

9월 프로그램일정(1,2,3주)

시간	일	월	화	수	목	금	토
08:00~09:20	이동서비스 시작 / 건강상태 관찰 및 측정(혈압, 체온) / 간식						
09:20~10:40	매일체조 기능회복훈련 인지활동	목욕 /매일체조 기능회복훈련 인지활동	목욕 /매일체조 기능회복훈련 인지활동	매일체조/기능회복훈련/인지활동/찜질,발마사지/U워커/신체관절기능향상			
10:40~11:40	찜질,발마사지 U워커 신체관절기능향상	찜질,발마사지 U워커 신체관절기능향상	찜질,발마사지 U워커 신체관절기능향상	맞춤형프로그램 (실버체조)	맞춤형프로그램 (시니어 뇌순환)	맞춤형프로그램 (노래교실)	인지기능 프로그램
11:40~12:00	개인정비 / 점심 식사 준비						
12:00~12:40	점심식사 / 구강관리						
12:40~14:00	개인 여가 활동 / 1층 U워커,워크메이트(자율) / 2층 신체 프로그램(자율)						
14:00~14:20	간식 / 오후 프로그램준비						
14:20~15:40	놀이프로그램	맞춤형프로그램 (실버인지)	인지기능 프로그램	인지기능 프로그램	놀이프로그램	놀이프로그램	놀이프로그램
15:40~16:00	개인 정비 및 자리 재배치 / 저녁 식사 준비						
16:00~17:30	저녁식사 / 휴식 / 이동서비스 종료						
	사회적응,안전교육 월 1회 / 자원봉사(필요시)						
날짜			9/1(화)	9/2(수)	9/3(목)	9/4(금)	9/5(토)
1주차			인지기능	인지기능	인지기능	인지기능	인지기능
			미술활동 건강운동	지필활동 음악활동	맞춤형프로그램 -시니어 뇌순환-	맞춤형프로그램 -노래교실-	미술활동 건강운동
			자원봉사	신체기능	신체기능	신체기능	신체기능
			미용	맞춤형프로그램 -실버체조-	놀이프로그램 남북 컵놀이	놀이프로그램 흔들릴레이모레시계	놀이프로그램 신비의블럭쌓기
날짜	9/6(일)	9/7(월)	9/8(화)	9/9(수)	9/10(목)	9/11(금)	9/12(토)
2주차	인지기능	인지기능	인지기능	인지기능	인지기능	인지기능	인지기능
	미술활동 건강운동	맞춤형프로그램 -실버인지-	미술활동 건강운동	지필활동 음악활동	맞춤형프로그램 -시니어 뇌순환-	맞춤형프로그램 -노래교실-	미술활동 건강운동
	신체기능	신체기능	신체기능	신체기능	신체기능	신체기능	신체기능
	놀이프로그램 파리잡기	치매예방체조 힘뇌체조	치매예방체조 힘뇌체조	맞춤형프로그램 -실버체조-	놀이프로그램 원판위블럭쌓기	놀이프로그램 노곤뽑기	놀이프로그램 종이컵쌓기 vs 비행기접어날리기
날짜	9/13(일)	9/14(월)	9/15(화)	9/16(수)	9/17(목)	9/18(금)	9/19(토)
3주차		인지기능	인지기능	인지기능	인지기능	인지기능	인지기능
		맞춤형프로그램 -실버인지-	지필활동 건강운동	지필활동 건강운동	맞춤형프로그램 -시니어 뇌순환-	맞춤형프로그램 -노래교실-	미술활동 건강운동
		신체기능	사회적응	신체기능	신체기능	신체기능	신체기능
		치매예방체조 힘뇌체조	생신잔치	맞춤형프로그램 -실버체조-	놀이프로그램 공타쌓기	놀이프로그램 탁구공컵받기	놀이프로그램 별 뒤집기

9월 프로그램일정(4,5주)

시간	일	월	화	수	목	금	토
08:00~09:20	이동서비스 시작 / 건강상태 관찰 및 측정(혈압, 체온) / 간식						
09:20~10:40	매일체조 기능회복훈련 인지활동 찜질,발마사지 U워커 신체관절기능향상	목욕 /매일체조 기능회복훈련 인지활동 찜질,발마사지 U워커 신체관절기능향상	목욕 /매일체조 기능회복훈련 인지활동 찜질,발마사지 U워커 신체관절기능향상	매일체조/기능회복훈련/인지활동/찜질,발마사지/U워커/신체관절기능향상			
10:40~11:40				맞춤형프로그램 (실버체조)	맞춤형프로그램 (시니어 뇌순환)	맞춤형프로그램 (노래교실)	인지기능 프로그램
11:40~12:00	개인정비 / 점심 식사 준비						
12:00~12:40	점심식사 / 구강관리						
12:40~14:00	개인 여가 활동 / 1층 U워커,워크메이트(자율) / 2층 신체 프로그램(자율)						
14:00~14:20	간식 / 오후 프로그램준비						
14:20~15:40	놀이프로그램	맞춤형프로그램 (실버인지)	인지기능 프로그램	인지기능 프로그램	놀이프로그램	놀이프로그램	놀이프로그램
15:40~16:00	개인 정비 및 자리 재배치 / 저녁 식사 준비						
16:00~17:30	저녁식사 / 휴식 / 이동서비스 종료						
	사회적응,안전교육 월 1회 / 자원봉사(필요시)						
날짜	9/20(일)	9/21(월)	9/22(화)	9/23(수)	9/24(목)	9/25(금)	9/26(토)
4주차	인지기능	인지기능	인지기능	인지기능	인지기능	추석	인지기능
	미술활동 건강운동	맞춤형프로그램 -실버인지-	지필활동 건강운동	미술활동 음악활동	맞춤형프로그램 -시니어 뇌순환-		미술활동 건강운동
	신체기능	신체기능	안전교육	사회적응	신체기능		신체기능
	놀이프로그램 손으로던져발로받기	치매예방체조 힘뇌체조	응급상황대응지침	송편만들기	놀이프로그램 컵 자유낙하		놀이프로그램 발걸림
날짜	9/27(일)	9/28(월)	9/29(화)	9/30(수)			
5주차		인지기능	인지기능	인지기능			
		맞춤형프로그램 -실버인지-	전래동화 건강운동	미술활동 음악활동			
		신체기능	신체기능	신체기능			
		치매예방체조 힘뇌체조	치매예방체조 힘뇌체조	맞춤형프로그램 -실버체조-			
				사회적응			
				감사합니다			

♥기관의 상황에 따라 일정은 변경될 수 있습니다♥