

프로그램 운영일정

2026년 09월 / 기본형

삼성실버케어 주야간보호

(외) : 외부강사 , (자) : 자원봉사자

일요일	월요일	화요일	수요일	목요일	금요일	토요일
		1 신체기능 (전체) 건강 체조 [신체] 10:50~11:20(30분) 신체기능 (전체) 걷기 운동 [신체] 13:00~13:30(30분) 인지기능 (전체) 그림 퍼즐 맞추기 [인지] 14:00~15:00(60분)	2 신체기능 (전체) 건강 체조 [신체] 10:50~11:20(30분) 신체기능 (전체) 걷기 운동 [신체] 13:00~13:30(30분) 맞춤형 프로그램 (전체) 퓨전장구 [기타] 14:00~15:00(60분)(외)	3 신체기능 (전체) 건강 체조 [신체] 10:50~11:20(30분) 신체기능 (전체) 걷기 운동 [신체] 13:00~13:30(30분) 맞춤형 프로그램 (전체) 종합노래 [기타] 14:00~15:00(60분)(외)	4 인지기능 (전체) 같은 색상 칠하기 [인지] 09:00~10:00(60분) 신체기능 (전체) 건강 체조 [신체] 10:50~11:20(30분) 신체기능 (전체) 걷기 운동 [신체] 13:00~13:30(30분)	5 신체기능 (전체) 건강 체조 [신체] 10:50~11:20(30분) 인지기능 (전체) 점선 잇기 [인지] 14:00~15:00(60분)
6 여가활동 (일반) TV시청 및 답소 나누기 [사회] 14:00~15:00(60분)	7 인지기능 (전체) 같은 색상 칠하기 [인지] 09:00~10:00(60분) 신체기능 (전체) 건강 체조 [신체] 10:50~11:20(30분) 신체기능 (전체) 걷기 운동 [신체] 13:00~13:30(30분) 맞춤형 프로그램 (전체) 인지, 여가 프로그램 [기타] 13:40~14:40(60분)(외)	8 신체기능 (전체) 건강 체조 [신체] 10:50~11:20(30분) 신체기능 (전체) 걷기 운동 [신체] 13:00~13:30(30분) 맞춤형 프로그램 (전체) 아트미술 [기타] 14:00~15:00(60분)(외) 인지기능 (전체) 그림 퍼즐 맞추기 [인지] 14:00~15:00(60분)	9 신체기능 (전체) 건강 체조 [신체] 10:50~11:20(30분) 신체기능 (전체) 걷기 운동 [신체] 13:00~13:30(30분)	10 신체기능 (전체) 건강 체조 [신체] 10:50~11:20(30분) 신체기능 (전체) 걷기 운동 [신체] 13:00~13:30(30분) 맞춤형 프로그램 (전체) 종합노래 [기타] 14:00~15:00(60분)(외)	11 인지기능 (전체) 같은 색상 칠하기 [인지] 09:00~10:00(60분) 신체기능 (전체) 건강 체조 [신체] 10:50~11:20(30분) 신체기능 (전체) 걷기 운동 [신체] 13:00~13:30(30분) 맞춤형 프로그램 (전체) 아트미술 [기타] 14:00~15:00(60분)(외)	12 신체기능 (전체) 건강 체조 [신체] 10:50~11:20(30분) 인지기능 (전체) 점선 잇기 [인지] 14:00~15:00(60분)
13 여가활동 (일반) TV시청 및 답소 나누기 [사회] 14:00~15:00(60분)	14 인지기능 (전체) 같은 색상 칠하기 [인지] 09:00~10:00(60분) 신체기능 (전체) 건강 체조 [신체] 10:50~11:20(30분) 신체기능 (전체) 걷기 운동 [신체] 13:00~13:30(30분) 맞춤형 프로그램 (전체) 인지, 여가 프로그램 [기타] 13:40~14:40(60분)(외)	15 신체기능 (전체) 건강 체조 [신체] 10:50~11:20(30분) 신체기능 (전체) 걷기 운동 [신체] 13:00~13:30(30분) 인지기능 (전체) 그림 퍼즐 맞추기 [인지] 14:00~15:00(60분)	16 신체기능 (전체) 건강 체조 [신체] 10:50~11:20(30분) 신체기능 (전체) 걷기 운동 [신체] 13:00~13:30(30분)	17 신체기능 (전체) 건강 체조 [신체] 10:50~11:20(30분) 신체기능 (전체) 걷기 운동 [신체] 13:00~13:30(30분) 맞춤형 프로그램 (전체) 종합노래 [기타] 14:00~15:00(60분)(외)	18 인지기능 (전체) 같은 색상 칠하기 [인지] 09:00~10:00(60분) 신체기능 (전체) 건강 체조 [신체] 10:50~11:20(30분) 신체기능 (전체) 걷기 운동 [신체] 13:00~13:30(30분) 맞춤형 프로그램 (전체) 아트미술 [기타] 14:00~15:00(60분)(외)	19 신체기능 (전체) 건강 체조 [신체] 10:50~11:20(30분) 맞춤형 프로그램 (전체) 퓨전장구 [기타] 14:00~15:00(60분)(외) 인지기능 (전체) 점선 잇기 [인지] 14:00~15:00(60분)

20 여가활동 (일반) TV시청 및 담 소 나누기 [사회] 14:00~15:00(60분)	21 인지기능 (전체) 같은 색상 칠 하기 [인지] 09:00~10:00(60분) 신체기능 (전체) 건강 체조 [신 체] 10:50~11:20(30분) 신체기능 (전체) 걷기 운동 [신 체] 13:00~13:30(30분) 맞춤형 프로그램 (전체) 인지, 여가 프로그램 [기타] 13:40~14:40(60분)(외)	22 신체기능 (전체) 건강 체조 [신 체] 10:50~11:20(30분) 신체기능 (전체) 걷기 운동 [신 체] 13:00~13:30(30분) 맞춤형 프로그램 (전체) 아트 미술 [기타] 14:00~15:00(60분)(외) 인지기능 (전체) 그림 퍼즐 맞 추기 [인지] 14:00~15:00(60분)	23 신체기능 (전체) 건강 체조 [신 체] 10:50~11:20(30분) 신체기능 (전체) 걷기 운동 [신 체] 13:00~13:30(30분) 맞춤형 프로그램 (전체) 퓨전장 구 [기타] 14:00~15:00(60분)(외)	24 추석 신체기능 (전체) 건강 체조 [신 체] 10:50~11:20(30분) 신체기능 (전체) 걷기 운동 [신 체] 13:00~13:30(30분) 맞춤형 프로그램 (전체) 종합 노래 [기타] 14:00~15:00(60분)(외)	25 추석	26 추석 신체기능 (전체) 건강 체조 [신 체] 10:50~11:20(30분) 인지기능 (전체) 점선 잇기 [인 지] 14:00~15:00(60분)
27 여가활동 (일반) TV시청 및 담 소 나누기 [사회] 14:00~15:00(60분)	28 인지기능 (전체) 같은 색상 칠 하기 [인지] 09:00~10:00(60분) 신체기능 (전체) 건강 체조 [신 체] 10:50~11:20(30분) 신체기능 (전체) 걷기 운동 [신 체] 13:00~13:30(30분) 맞춤형 프로그램 (전체) 인지, 여가 프로그램 [기타] 13:40~14:40(60분)(외)	29 신체기능 (전체) 건강 체조 [신 체] 10:50~11:20(30분) 신체기능 (전체) 걷기 운동 [신 체] 13:00~13:30(30분) 인지기능 (전체) 그림 퍼즐 맞 추기 [인지] 14:00~15:00(60분)	30 신체기능 (전체) 건강 체조 [신 체] 10:50~11:20(30분) 신체기능 (전체) 걷기 운동 [신 체] 13:00~13:30(30분) 맞춤형 프로그램 (전체) 퓨전장 구 [기타] 14:00~15:00(60분)(외)			