

2026년 02월 프로그램계획표						
요일	월	화	수	목	금	토
	2/2	2/3	2/4	2/5	2/6	2/7
10:00-11:00	기본동작훈련 / 일상생활동작훈련 / 기구 이용한 신체건강관리					
11:00-11:30	오전 치매예방체조					
13:00-14:00	여가 / 인지회상 / 인지활동형 / 일상생활동작훈련					
14:10-14:30	자유활동 (사회적응훈련, 종교활동, 개인활동 등)					
14:30-15:30	미술치료	놀이교실	뇌건강교실	실버스포츠	캘리그래피	놀이교실
	겨울 오중싸개 챙이	파라, 모기 잡는 날	숫자 순서대로 선 긋기2 화질표 명함 따라 색칠하 기3	톡톡 튀는 발대 령 챌린지	빠른길보다 바른길을 걷겠습니다 해와 달은 밤낮으로 분주히 달려도 그 밝음은 변하지 않는다	사과씨 짝 맞추기
15:30-16:00	오후 치매예방체조 및 개별운동					
	2/9	2/10	2/11	2/12	2/13	2/14
10:00-11:00	기본동작훈련 / 일상생활동작훈련 / 기구 이용한 신체건강관리					
11:00-11:30	오전 치매예방체조					
13:00-14:00	여가 / 인지회상 / 인지활동형 / 일상생활동작훈련					
14:10-14:30	자유활동 (사회적응훈련, 종교활동, 개인활동 등)					
14:30-15:30	미술치료	놀이교실	뇌건강교실	실버스포츠	캘리그래피	놀이교실
	그라데이션 꽃	칠교놀이	선 따라 긋기 (공인형) 선 따라 긋기 04	주사위 부루마블	I can do it 사랑한다는 말보다 사랑받고 있다고 느끼는게 중요해	머리카락 자르기
15:30-16:00	오후 치매예방체조 및 개별운동					
	2/16	2/17	2/18	2/19	2/20	2/21
10:00-11:00	웃놀이	설날	기본동작훈련 / 일상생활동작훈련 / 기구 이용한 신체건강관리			
11:00-11:30	오전 치매예방체조		오전 치매예방체조			
13:00-14:00	여가 / 인지회상 / 인지활 동형 / 일상생활동작훈련		여가 / 인지회상 / 인지활동형 / 일상생활동작훈련			
14:10-14:30	자유활동 (사회적응훈련, 종교활동, 개인활동 등)		자유활동 (사회적응훈련, 종교활동, 개인활동 등)			
14:30-15:30	미술치료		뇌건강교실	실버스포츠	캘리그래피	놀이교실
	크레파스 참새		크기에 맞게 색칠하기 (나뭇잎) 선 따라 긋기 05	웃놀이	오늘 행복하세요 당신이 행복했으면 좋겠습니 다	얼굴 표정 퍼즐
15:30-16:00	오후 치매예방체조 및 개별운동		오후 치매예방체조 및 개별운동			
	2/23	2/24	2/25	2/26	2/27	2/28
10:00-11:00	기본동작훈련 / 일상생활동작훈련 / 기구 이용한 신체건강관리					
11:00-11:30	오전 치매예방체조					
13:00-14:00	여가 / 인지회상 / 인지활동형 / 일상생활동작훈련					
14:10-14:30	자유활동 (사회적응훈련, 종교활동, 개인활동 등)					
14:30-15:30	미술치료	실버스포츠	뇌건강교실	다함께차차차 노래교실	캘리그래피	실버스포츠
	햄버거 만들기	발로 신문지 먼저 가져오기	순서 맞춰 그리기 (애벌레) 선 따라 긋기 (물고기)		이심전심 현재가든 추억이 될 오늘 하루를 기억합니다	풍선 제기
15:30-16:00	오후 치매예방체조 및 개별운동					

* 어르신인의 건강 상태 및 인지 기능 변화에 따라 일부 일정은 탄력적으로 운영될 수 있습니다.