

프로그램 운영일정

2026년 08월 / 간략형

성모실버케어센터

(외) : 외부강사 , (자) : 자원봉사자

일요일	월요일	화요일	수요일	목요일	금요일	토요일
						1 09:30~10:00 퍼즐맞추기/구슬 꿰기/공고르기 10:20~10:30 인지기능향상훈련 10:30~10:50 신체기능 · 기본 동작훈련 11:00~12:00 전래동화 만들기 (심청전) 13:00~13:30 냉 · 온열팩찜질 14:00~14:30 신체기능 · 기본 동작훈련 15:00~16:00 다트게임 16:00~16:30 공기압마사지/저주파자극/족욕/반신욕/안마의자/좌식 사이클운동
2	3 09:30~10:00 퍼즐맞추기/구슬 꿰기/공고르기 10:20~10:30 인지기능향상훈련 10:30~10:50 신체기능 · 기본 동작훈련 11:00~12:00 달력만들기 13:00~13:30 냉 · 온열팩찜질 14:00~14:30 신체기능 · 기본 동작훈련 15:00~16:00 젓가락 릴레이 16:00~16:30 공기압마사지/저주파자극/족욕/반신욕/안마의자/좌식 사이클운동	4 09:30~10:00 퍼즐맞추기/구슬 꿰기/공고르기 10:20~10:30 인지기능향상훈련 10:30~10:50 신체기능 · 기본 동작훈련 11:00~12:00 놀이치료(외부강사) 13:00~13:30 냉 · 온열팩찜질 14:00~14:30 신체기능 · 기본 동작훈련 15:00~16:00 알까기 16:00~16:30 공기압마사지/저주파자극/족욕/반신욕/안마의자/좌식 사이클운동	5 09:30~10:00 퍼즐맞추기/구슬 꿰기/공고르기 10:20~10:30 인지기능향상훈련 10:30~10:50 신체기능 · 기본 동작훈련 11:00~12:00 미술공예수업(외부강사) 13:00~13:30 냉 · 온열팩찜질 14:00~14:30 신체기능 · 기본 동작훈련 15:00~16:00 종이컵 레이싱 16:00~16:30 공기압마사지/저주파자극/족욕/반신욕/안마의자/좌식 사이클운동	6 09:30~10:00 퍼즐맞추기/구슬 꿰기/공고르기 10:20~10:30 인지기능향상훈련 10:30~10:50 신체기능 · 기본 동작훈련 11:00~12:00 뒤로 오자미 던지기 13:00~13:30 냉 · 온열팩찜질 14:00~14:30 신체기능 · 기본 동작훈련 15:10~16:10 인지뇌블럭(외부강사) 16:10~16:40 공기압마사지/저주파자극/족욕/반신욕/안마의자/좌식 사이클운동	7 09:30~10:00 퍼즐맞추기/구슬 꿰기/공고르기 10:20~10:30 인지기능향상훈련 10:30~10:50 신체기능 · 기본 동작훈련 11:00~12:00 음악치료(외부강사) 13:00~13:30 냉 · 온열팩찜질 14:00~14:30 신체기능 · 기본 동작훈련 15:00~16:00 만다라색칠하기 16:00~16:30 공기압마사지/저주파자극/족욕/반신욕/안마의자/좌식 사이클운동	8 09:30~10:00 퍼즐맞추기/구슬 꿰기/공고르기 10:20~10:30 인지기능향상훈련 10:30~10:50 신체기능 · 기본 동작훈련 11:00~12:00 매미와 나무 13:00~13:30 냉 · 온열팩찜질 14:00~14:30 신체기능 · 기본 동작훈련 15:00~16:00 신발양궁 16:00~16:30 공기압마사지/저주파자극/족욕/반신욕/안마의자/좌식 사이클운동

9	10 09:30~10:00 퍼즐맞추기/구슬깨기/콩고르기 10:20~10:30 인지기능향상훈련 10:30~10:50 신체기능 · 기본 동작훈련 11:00~12:00 인지 학습지 13:00~13:30 냉 · 온열팩찜질 14:00~14:30 신체기능 · 기본 동작훈련 15:00~16:00 터널 공 전달하기 16:00~16:30 공기압마사지/저주파자극/족욕/반신욕/안마의자/좌식 사이클운동	11 09:30~10:00 퍼즐맞추기/구슬깨기/콩고르기 10:20~10:30 인지기능향상훈련 10:30~10:50 신체기능 · 기본 동작훈련 11:00~12:00 놀이치료(외부강사) 13:00~13:30 냉 · 온열팩찜질 14:00~14:30 신체기능 · 기본 동작훈련 15:00~16:00 인간 미끄럼틀 16:00~16:30 공기압마사지/저주파자극/족욕/반신욕/안마의자/좌식 사이클운동	12 09:30~10:00 퍼즐맞추기/구슬깨기/콩고르기 10:20~10:30 인지기능향상훈련 10:30~10:50 신체기능 · 기본 동작훈련 11:00~12:00 미술공예수업(외부강사) 13:00~13:30 냉 · 온열팩찜질 14:00~14:30 신체기능 · 기본 동작훈련 15:00~16:00 티슈통 탁구게임 16:00~16:30 공기압마사지/저주파자극/족욕/반신욕/안마의자/좌식 사이클운동	13 09:30~10:00 퍼즐맞추기/구슬깨기/콩고르기 10:20~10:30 인지기능향상훈련 10:30~10:50 신체기능 · 기본 동작훈련 11:00~12:00 양팔로 고리받기 13:00~13:30 냉 · 온열팩찜질 14:00~14:30 신체기능 · 기본 동작훈련 15:10~16:10 인지뇌블럭(외부강사) 16:10~16:40 공기압마사지/저주파자극/족욕/반신욕/안마의자/좌식 사이클운동	14 09:30~10:00 퍼즐맞추기/구슬깨기/콩고르기 10:20~10:30 인지기능향상훈련 10:30~10:50 신체기능 · 기본 동작훈련 11:00~12:00 음악치료(외부강사) 13:00~13:30 냉 · 온열팩찜질 14:00~14:30 신체기능 · 기본 동작훈련 15:00~16:00 만다라색칠하기 16:00~16:30 공기압마사지/저주파자극/족욕/반신욕/안마의자/좌식 사이클운동	15 광복절 09:30~10:00 퍼즐맞추기/구슬깨기/콩고르기 10:20~10:30 인지기능향상훈련 10:30~10:50 신체기능 · 기본 동작훈련 11:00~12:00 무궁화 지도 만들기 13:00~13:30 냉 · 온열팩찜질 14:00~14:30 신체기능 · 기본 동작훈련 15:00~16:00 고리던지기 16:00~16:30 공기압마사지/저주파자극/족욕/반신욕/안마의자/좌식 사이클운동
16	17 대체공휴일(8.15) 09:30~10:00 퍼즐맞추기/구슬깨기/콩고르기 10:20~10:30 인지기능향상훈련 10:30~10:50 신체기능 · 기본 동작훈련 11:00~12:00 인지 학습지 13:00~13:30 냉 · 온열팩찜질 14:00~14:30 신체기능 · 기본 동작훈련 15:00~16:00 노래교실 16:00~16:30 공기압마사지/저주파자극/족욕/반신욕/안마의자/좌식 사이클운동	18 09:30~10:00 퍼즐맞추기/구슬깨기/콩고르기 10:20~10:30 인지기능향상훈련 10:30~10:50 신체기능 · 기본 동작훈련 11:00~12:00 놀이치료(외부강사) 13:00~13:30 냉 · 온열팩찜질 14:00~14:30 신체기능 · 기본 동작훈련 15:00~16:00 탁구공 16:00~16:30 공기압마사지/저주파자극/족욕/반신욕/안마의자/좌식 사이클운동	19 09:30~10:00 퍼즐맞추기/구슬깨기/콩고르기 10:20~10:30 인지기능향상훈련 10:30~10:50 신체기능 · 기본 동작훈련 11:00~12:00 미술공예수업(외부강사) 13:00~13:30 냉 · 온열팩찜질 14:00~14:30 신체기능 · 기본 동작훈련 15:00~16:00 마스크팩 16:00~16:30 공기압마사지/저주파자극/족욕/반신욕/안마의자/좌식 사이클운동	20 09:30~10:00 퍼즐맞추기/구슬깨기/콩고르기 10:20~10:30 인지기능향상훈련 10:30~10:50 신체기능 · 기본 동작훈련 11:00~12:00 협동 겹쌓기 13:00~13:30 냉 · 온열팩찜질 14:00~14:30 신체기능 · 기본 동작훈련 15:10~16:10 인지뇌블럭(외부강사) 16:10~16:40 공기압마사지/저주파자극/족욕/반신욕/안마의자/좌식 사이클운동	21 09:30~10:00 퍼즐맞추기/구슬깨기/콩고르기 10:20~10:30 인지기능향상훈련 10:30~10:50 신체기능 · 기본 동작훈련 11:00~12:00 음악치료(외부강사) 13:00~13:30 냉 · 온열팩찜질 14:00~14:30 신체기능 · 기본 동작훈련 15:00~16:00 만다라색칠하기 16:00~16:30 공기압마사지/저주파자극/족욕/반신욕/안마의자/좌식 사이클운동	22 09:30~10:00 퍼즐맞추기/구슬깨기/콩고르기 10:20~10:30 인지기능향상훈련 10:30~10:50 신체기능 · 기본 동작훈련 11:00~12:00 황금나팔꽃 만들기 (알라민다) 13:00~13:30 냉 · 온열팩찜질 14:00~14:30 신체기능 · 기본 동작훈련 15:00~16:00 모의 영화관 가기 16:00~16:30 공기압마사지/저주파자극/족욕/반신욕/안마의자/좌식 사이클운동
23	24 09:30~10:00 퍼즐맞추기/구슬깨기/콩고르기 10:20~10:30 인지기능향상훈련 10:30~10:50 신체기능 · 기본 동작훈련 11:00~12:00 인지 학습지 13:00~13:30 냉 · 온열팩찜질 14:00~14:30 신체기능 · 기본 동작훈련 15:00~16:00 휴지심 던지기 16:00~16:30 공기압마사지/저주파자극/족욕/반신욕/안마의자/좌식 사이클운동	25 09:30~10:00 퍼즐맞추기/구슬깨기/콩고르기 10:20~10:30 인지기능향상훈련 10:30~10:50 신체기능 · 기본 동작훈련 11:00~12:00 놀이치료(외부강사) 13:00~13:30 냉 · 온열팩찜질 14:00~14:30 신체기능 · 기본 동작훈련 15:00~16:00 바구니 공 넣기 16:00~16:30 공기압마사지/저주파자극/족욕/반신욕/안마의자/좌식 사이클운동	26 09:30~10:00 퍼즐맞추기/구슬깨기/콩고르기 10:20~10:30 인지기능향상훈련 10:30~10:50 신체기능 · 기본 동작훈련 11:00~12:00 미술공예수업(외부강사) 13:00~13:30 냉 · 온열팩찜질 14:00~14:30 신체기능 · 기본 동작훈련 15:00~16:00 색인지 축구 16:00~16:30 공기압마사지/저주파자극/족욕/반신욕/안마의자/좌식 사이클운동	27 09:30~10:00 퍼즐맞추기/구슬깨기/콩고르기 10:20~10:30 인지기능향상훈련 10:30~10:50 신체기능 · 기본 동작훈련 11:00~12:00 계란판탁구공던지기 13:00~13:30 냉 · 온열팩찜질 14:00~14:30 신체기능 · 기본 동작훈련 15:10~16:10 인지뇌블럭(외부강사) 16:10~16:40 공기압마사지/저주파자극/족욕/반신욕/안마의자/좌식 사이클운동	28 09:30~10:00 퍼즐맞추기/구슬깨기/콩고르기 10:20~10:30 인지기능향상훈련 10:30~10:50 신체기능 · 기본 동작훈련 11:00~12:00 음악치료(외부강사) 13:00~13:30 냉 · 온열팩찜질 14:00~14:30 신체기능 · 기본 동작훈련 15:00~16:00 만다라색칠하기 16:00~16:30 공기압마사지/저주파자극/족욕/반신욕/안마의자/좌식 사이클운동	29 09:30~10:00 퍼즐맞추기/구슬깨기/콩고르기 10:20~10:30 인지기능향상훈련 10:30~10:50 신체기능 · 기본 동작훈련 11:00~12:00 연꽃과 비단잉어 13:00~13:30 냉 · 온열팩찜질 14:00~14:30 신체기능 · 기본 동작훈련 15:00~16:00 낚시놀이 16:00~16:30 공기압마사지/저주파자극/족욕/반신욕/안마의자/좌식 사이클운동

30

31

09:30~10:00 퍼즐맞추기/구
슬괘기/콩고르기
10:20~10:30 인지기능향상훈
련
10:30~10:50 신체기능 · 기본
동작훈련
11:00~12:00 인지 학습지
13:00~13:30 냉 · 온열팩찜질
14:00~14:30 신체기능 · 기본
동작훈련
15:00~16:00 투망물병낚시
16:00~16:30 공기압마사지/
저주파자극/족욕/반신욕/안마
의자/좌식 사이클 운동