

# 프로그램 운영일정

2025년 08월 / 기본형

부모사랑노인주간보호센터

(외) : 외부강사 , (자) : 자원봉사자

| 일요일                                                                                                                                         | 월요일                                                                                                                                                                                                                   | 화요일                                                                                                                                                                                                  | 수요일                                                                                                                                                                                                 | 목요일                                                                                                                                                                                            | 금요일                                                                                                                                                                                                | 토요일                                                                                                                                                                                    |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                | <b>1</b><br><b>신체(전체)</b> 관절운동<br>10:00~10:50(50분)<br><b>인지(전체)</b> 미술활동(가로등)<br>11:10~12:10(60분)<br><b>신체(전체)</b> 릴레이 종이컵 쌓기<br>14:00~15:00(60분)<br><b>인지(전체)</b> 색칠공부(숲속 마을)<br>15:10~16:10(60분) | <b>2</b><br><b>신체(전체)</b> 노인건강체조<br>10:00~10:50(50분)<br><b>인지(전체)</b> 미술활동<br>11:10~12:10(60분)<br><b>신체(전체)</b> 신체기능의 훈련<br>14:00~15:00(60분)<br><b>인지(전체)</b> 색칠공부<br>15:10~16:10(60분) |
| <b>3</b><br><b>신체(전체)</b> 노인건강체조<br>08:40~09:30(50분)<br><b>인지(전체)</b> 색칠공부<br>09:40~10:40(60분)<br><b>사회(전체)</b> 야외 나들이<br>10:50~12:10(80분)  | <b>4</b><br><b>신체(전체)</b> 자원봉사 체조활동<br>10:01~11:10(69분)(자)<br><b>인지(전체)</b> 미술활동(고양이 형제)<br>11:10~12:10(60분)<br><b>신체(전체)</b> 웃음레크레이션 청춘교실<br>14:00~15:00(60분)(외)<br><b>인지(전체)</b> 미술활동(고양이 형제)2부<br>15:10~16:10(60분) | <b>5</b><br><b>신체(전체)</b> 노인건강체조<br>10:00~10:50(50분)<br><b>인지(전체)</b> 두뇌활동(기억훈련)<br>11:10~12:10(60분)<br><b>신체(전체)</b> 치매 예방 운동<br>14:00~15:00(60분)(외)<br><b>인지(전체)</b> 미술활동(폭포수)<br>15:10~16:10(60분) | <b>6</b><br><b>신체(전체)</b> 관절운동<br>10:00~10:50(50분)<br><b>인지(전체)</b> 빙고게임<br>11:10~12:10(60분)<br><b>신체(전체)</b> 리듬 스폰 땀싸!<br>14:00~15:00(60분)(외)<br><b>인지(전체)</b> 숫자색칠공부<br>15:10~16:10(60분)          | <b>7</b><br><b>신체(전체)</b> 건강박수&울동<br>10:00~10:50(50분)<br><b>인지(전체)</b> 달력 만들기<br>11:10~12:10(60분)<br><b>신체(전체)</b> 슬링워커 재활운동<br>14:00~15:00(60분)<br><b>인지(전체)</b> 미술활동<br>15:10~16:10(60분)     | <b>8</b><br><b>신체(전체)</b> 관절운동<br>10:00~10:50(50분)<br><b>인지(전체)</b> 회상활동<br>11:10~12:10(60분)<br><b>신체(전체)</b> 치매재활레크레이션<br>14:00~15:00(60분)(외)<br><b>인지(전체)</b> OX퀴즈<br>15:10~16:10(60분)           | <b>9</b><br><b>신체(전체)</b> 노인건강체조<br>10:00~10:50(50분)<br><b>인지(전체)</b> 미술활동<br>11:10~12:10(60분)<br><b>신체(전체)</b> 신체기능의 훈련<br>14:00~15:00(60분)<br><b>인지(전체)</b> 색칠공부<br>15:10~16:10(60분) |
| <b>10</b>                                                                                                                                   | <b>11</b><br><b>기타(전체)</b> 자원봉사 체조활동<br>10:00~10:30(30분)(자)<br><b>인지(전체)</b> 인지워크북<br>11:10~12:10(60분)<br><b>신체(전체)</b> 웃음레크레이션 청춘교실<br>14:00~15:00(60분)(외)<br><b>인지(전체)</b> 미술활동<br>15:10~16:10(60분)                 | <b>12</b><br><b>신체(전체)</b> 노인건강체조<br>10:00~10:50(50분)<br><b>인지(전체)</b> 두뇌활동(기억훈련)<br>11:10~12:10(60분)<br><b>신체(전체)</b> 치매 예방 운동<br>14:00~15:00(60분)(외)<br><b>인지(전체)</b> 분류하기<br>15:10~16:10(60분)     | <b>13</b><br><b>신체(전체)</b> 자원봉사 체조활동<br>10:30~11:10(40분)(자)<br><b>인지(전체)</b> 빙고게임<br>11:10~12:10(60분)<br><b>신체(전체)</b> 리듬 스폰 땀싸!<br>14:00~15:00(60분)(외)<br><b>인지(전체)</b> 숫자색칠공부<br>15:10~16:10(60분) | <b>14</b><br><b>신체(전체)</b> 건강박수&울동<br>10:00~10:50(50분)<br><b>인지(전체)</b> 마트장보기<br>11:10~12:10(60분)<br><b>신체(전체)</b> 슬링워커 재활운동<br>14:00~15:00(60분)<br><b>인지(전체)</b> 미술활동<br>15:10~16:10(60분)     | <b>15 광복절</b><br><b>신체(전체)</b> 관절운동<br>10:00~10:50(50분)<br><b>인지(전체)</b> 회상활동<br>11:10~12:10(60분)<br><b>신체(전체)</b> 치매재활레크레이션<br>14:00~15:00(60분)(외)<br><b>인지(전체)</b> 숨은그림찾기<br>15:10~16:10(60분)    | <b>16</b><br><b>신체(전체)</b> 노인건강체조<br>10:00~10:50(50분)<br><b>인지(전체)</b> 미술활동<br>11:10~12:10(60분)<br><b>신체(전체)</b> 노인건강체조<br>14:00~15:00(60분)<br><b>인지(전체)</b> 색칠공부<br>15:10~16:10(60분)  |
| <b>17</b><br><b>신체(전체)</b> 노인건강체조<br>08:40~09:30(50분)<br><b>인지(전체)</b> 색칠공부<br>09:40~10:40(60분)<br><b>사회(전체)</b> 야외 나들이<br>10:50~12:10(80분) | <b>18</b><br><b>기타(전체)</b> 자원봉사 체조활동<br>10:00~10:30(30분)(자)<br><b>인지(전체)</b> 인지워크북<br>11:10~12:10(60분)<br><b>신체(전체)</b> 웃음레크레이션 청춘교실<br>14:00~15:00(60분)(외)<br><b>인지(전체)</b> 미술활동<br>15:10~16:10(60분)                 | <b>19</b><br><b>신체(전체)</b> 노인건강체조<br>10:00~10:50(50분)<br><b>인지(전체)</b> 두뇌활동(기억훈련)<br>11:10~12:10(60분)<br><b>신체(전체)</b> 치매 예방 운동<br>14:00~15:00(60분)(외)<br><b>인지(전체)</b> 추억의 명가수<br>15:10~16:10(60분)  | <b>20</b><br><b>신체(전체)</b> 자원봉사 체조활동<br>10:30~11:10(40분)(자)<br><b>인지(전체)</b> 빙고게임<br>11:10~12:10(60분)<br><b>신체(전체)</b> 리듬 스폰 땀싸!<br>14:00~15:00(60분)(외)<br><b>인지(전체)</b> 숫자색칠공부<br>15:10~16:10(60분) | <b>21</b><br><b>신체(전체)</b> 건강박수&울동<br>10:00~10:50(50분)<br><b>인지(전체)</b> 인지 뇌블럭<br>11:10~12:10(60분)(외)<br><b>신체(전체)</b> 슬링워커 재활운동<br>14:00~15:00(60분)<br><b>인지(전체)</b> 미술활동<br>15:10~16:10(60분) | <b>22</b><br><b>신체(전체)</b> 관절운동<br>10:00~10:50(50분)<br><b>인지(전체)</b> 회상활동<br>11:10~12:10(60분)<br><b>신체(전체)</b> 치매재활레크레이션<br>14:00~15:00(60분)(외)<br><b>인지(전체)</b> 그림 맞추기<br>15:10~16:10(60분)        | <b>23</b><br><b>신체(전체)</b> 노인건강체조<br>10:00~10:50(50분)<br><b>인지(전체)</b> 미술활동<br>11:10~12:10(60분)<br><b>신체(전체)</b> 노인건강체조<br>14:00~15:00(60분)<br><b>인지(전체)</b> 색칠공부<br>15:10~16:10(60분)  |

|    |                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                        |    |
|----|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|
| 24 | 25<br>신체(전체) 자원봉사 체조활동<br>10:30~11:10(40분)(자)<br>인지(전체) 인지워크북<br>11:10~12:10(60분)<br>신체(전체) 웃음레크레이션 청<br>춘교실<br>14:00~15:00(60분)(외)<br>인지(전체) 미술활동<br>15:10~16:10(60분) | 26<br>신체(전체) 노인건강체조<br>10:00~10:50(50분)<br>인지(전체) 두뇌활동(기억훈련<br>)<br>11:10~12:10(60분)<br>신체(전체) 치매 예방 운동<br>14:00~15:00(60분)(외)<br>인지(전체) 동화회상<br>15:10~16:10(60분) | 27<br>신체(전체) 자원봉사 체조활동<br>10:30~11:10(40분)(자)<br>인지(전체) 빙고게임<br>11:10~12:10(60분)<br>신체(전체) 리듬 스폰 앳싸!<br>14:00~15:00(60분)(외)<br>인지(전체) 숫자색칠공부<br>15:10~16:10(60분) | 28<br>신체(전체) 건강박수&율동<br>10:00~10:50(50분)<br>인지(전체) 계산하기<br>11:10~12:10(60분)<br>신체(전체) 슬링워커 재활운동<br>14:00~15:00(60분)<br>인지(전체) 미술활동<br>15:10~16:10(60분) | 29<br>신체(전체) 관절운동<br>10:00~10:50(50분)<br>인지(전체) 미술활동<br>11:10~12:10(60분)<br>신체(전체) 치매재활레크레이<br>션<br>14:00~15:00(60분)(외)<br>인지(전체) 똑같은 모양 찾아<br>만들기<br>15:10~16:10(60분) | 30 |
| 31 |                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                        |    |