

프로그램 운영일정

2025년 12월 / 기본형

장수재가복지센터

(외) : 외부강사 , (자) : 자원봉사자

일요일	월요일	화요일	수요일	목요일	금요일	토요일
	1 신체(전체) (신체)건강체조 10:00~10:30(30분) 인지(전체) (맞춤)실버미술(추억그림방)_이선민 10:30~11:30(60분)(외) 기타(전체) (간호)통증완화 시간 13:00~13:50(50분) 신체(전체) (신체)(신설) 투호 던지기 15:00~16:00(60분) 신체(전체) (신체)풍선 배드민턴 15:00~16:00(60분)	2 신체(전체) (신체)건강체조 10:00~10:30(30분) 인지(전체) 인지(미술)모자이크 10:30~11:30(60분) 기타(전체) (간호)통증완화 시간 13:00~13:50(50분) 신체(전체) (맞춤)실버체육(팔팔장수교실)_김재한 15:00~16:00(60분)(외)	3 신체(전체) (신체)건강체조 10:00~10:30(30분) 사회(전체) (사회적응)(4분기)김장행사 10:30~11:30(60분) 기타(전체) (간호)통증완화 시간 13:00~13:50(50분) 인지(5반-B) 인지(규칙) 기억 퍼즐 한조각 13:00~14:00(60분) 사회(전체) (자원연계)온사랑 복지회 15:00~16:00(60분)(자)	4 신체(전체) (신체)건강체조 10:00~10:30(30분) 인지(전체) 인지(퍼즐)컬링도안 10:30~11:30(60분) 기타(전체) (간호)통증완화 시간 13:00~13:50(50분) 신체(전체) (맞춤)실버체조(장수비결에어로빅)_백진희 15:00~16:00(60분)(외)	5 신체(전체) (신체)건강체조 10:00~10:30(30분) 인지(전체) 인지(감각)칼라믹스 10:30~11:30(60분) 기타(전체) (간호)통증완화 시간 13:00~13:50(50분) 신체(전체) (맞춤)실버레크프로그램_남선애 15:00~16:00(60분)(외)	6 신체(전체) (신체)건강체조 10:00~10:30(30분) 인지(전체) 인지(기억회상)그때 그 시절에는 10:30~11:30(60분) 기타(전체) (간호)통증완화 시간 14:00~15:00(60분) 신체(전체) (신체인지) 영화감상, 드라마 감상, 다큐감상 나누기 15:00~16:00(60분)
7	8 신체(전체) (신체)건강체조 10:00~10:30(30분) 인지(전체) (맞춤)실버미술(추억그림방)_이선민 10:30~11:30(60분)(외) 기타(전체) (간호)통증완화 시간 13:00~13:50(50분) 신체(전체) (신체)풍선 배드민턴 15:00~16:00(60분) 신체(전체) (신체)풍선 배드민턴 15:00~16:00(60분)	9 신체(전체) (신체)건강체조 10:00~10:30(30분) 인지(전체) 인지(미술)모자이크 10:30~11:30(60분) 기타(전체) (간호)통증완화 시간 13:00~13:50(50분) 신체(전체) (맞춤)실버체육(팔팔장수교실)_김재한 15:00~16:00(60분)(외)	10 신체(전체) (신체)건강체조 10:00~10:30(30분) 인지(전체) 인지(미술) 만다라 10:30~11:30(60분) 기타(전체) (간호)통증완화 시간 13:00~13:50(50분) 사회(전체) (자원연계)온사랑 복지회 15:00~16:00(60분)(자)	11 신체(전체) (신체)건강체조 10:00~10:30(30분) 인지(전체) 인지(퍼즐)컬링도안 10:30~11:30(60분) 기타(전체) (간호)통증완화 시간 13:00~13:50(50분) 신체(전체) (맞춤)실버체조(장수비결에어로빅)_백진희 15:00~16:00(60분)(외)	12 신체(전체) (신체)건강체조 10:00~10:30(30분) 인지(전체) 인지(감각)칼라믹스 10:30~11:30(60분) 기타(전체) (간호)통증완화 시간 13:00~13:50(50분) 신체(전체) (맞춤)(맞춤)실버레크프로그램_남선애 15:00~16:00(60분)(외)	13 신체(전체) (신체)건강체조 10:00~10:30(30분) 인지(전체) 인지(기억회상)그때 그 시절에는 10:30~11:30(60분) 기타(전체) (간호)통증완화 시간 14:00~15:00(60분) 신체(전체) (신체인지) 영화감상, 드라마 감상, 다큐감상 나누기 15:00~16:00(60분)
14	15 신체(전체) (신체)건강체조 10:00~10:30(30분) 인지(전체) (맞춤)실버미술(추억그림방)_이선민 10:30~11:30(60분)(외) 기타(전체) (간호)통증완화 시간 13:00~13:50(50분) 사회(전체) 대경상록(색소폰, 통기타, 우쿨렐라) 15:00~16:00(60분)	16 신체(전체) (신체)건강체조 10:00~10:30(30분) 인지(전체) 인지(미술)모자이크 10:30~11:30(60분) 기타(전체) (간호)통증완화 시간 13:00~13:50(50분) 신체(전체) (맞춤)실버체육(팔팔장수교실)_김재한 15:00~16:00(60분)(외)	17 신체(전체) (신체)건강체조 10:00~10:30(30분) 인지(전체) 인지(미술) 만다라 10:30~11:30(60분) 기타(전체) (간호)통증완화 시간 13:00~13:50(50분) 가족(전체) (가족)생신 잔치 & 보호자 회의 14:00~16:00(120분)	18 신체(전체) (신체)건강체조 10:00~10:30(30분) 인지(전체) 인지(퍼즐)컬링도안 10:30~11:30(60분) 기타(전체) (간호)통증완화 시간 13:00~13:50(50분) 신체(전체) (맞춤)실버체조(장수비결에어로빅)_백진희 15:00~16:00(60분)(외)	19 신체(전체) (신체)건강체조 10:00~10:30(30분) 인지(전체) 인지(감각)칼라믹스 10:30~11:30(60분) 기타(전체) (간호)통증완화 시간 13:00~13:50(50분) 신체(전체) (맞춤)실버레크프로그램_남선애 15:00~16:00(60분)(외)	20 신체(전체) (신체)건강체조 10:00~10:30(30분) 인지(전체) 인지(기억회상)그때 그 시절에는 10:30~11:30(60분) 기타(전체) (간호)통증완화 시간 14:00~15:00(60분) 신체(전체) (신체인지) 영화감상, 드라마 감상, 다큐감상 나누기 15:00~16:00(60분)

21	<p>22</p> <p>신체(전체) (신체)건강체조 10:00~10:30(30분)</p> <p>인지(전체) (맞춤)실버미술(추억그림방)_이선민 10:30~11:30(60분)(외)</p> <p>기타(전체) (간호)통증완화 시간 13:00~13:50(50분)</p> <p>신체(전체) (신체)비석치기 15:00~16:00(60분)</p> <p>신체(전체) (신체)풍선 배드민턴 15:00~16:00(60분)</p>	<p>23</p> <p>신체(전체) (신체)건강체조 10:00~10:30(30분)</p> <p>인지(전체) 인지(미술)모자이크 10:30~11:30(60분)</p> <p>기타(전체) (간호)통증완화 시간 13:00~13:50(50분)</p> <p>신체(전체) (맞춤)실버체육(팔팔장수교실)_김재한 15:00~16:00(60분)(외)</p>	<p>24</p> <p>신체(전체) (신체)건강체조 10:00~10:30(30분)</p> <p>인지(전체) 인지(미술)만다라 10:30~11:30(60분)</p> <p>기타(전체) (간호)통증완화 시간 13:00~13:50(50분)</p> <p>사회(전체) 마실노리 재능나눔 자원봉사 활동 15:00~16:00(60분)</p>	<p>25 크리스마스</p> <p>신체(전체) (신체)건강체조 10:00~10:30(30분)</p> <p>인지(전체) 인지(퍼즐)컬링도안 10:30~11:30(60분)</p> <p>기타(전체) (간호)통증완화 시간 13:00~13:50(50분)</p> <p>신체(전체) (맞춤)실버체조(장수비결에어로빅)_백진희 15:00~16:00(60분)(외)</p>	<p>26</p> <p>신체(전체) (신체)건강체조 10:00~10:30(30분)</p> <p>인지(전체) 인지(감각)칼라믹스 10:30~11:30(60분)</p> <p>기타(전체) (간호)통증완화 시간 13:00~13:50(50분)</p> <p>신체(전체) (맞춤)실버레크프로그래밍_남선애 15:00~16:00(60분)(외)</p>	<p>27</p> <p>신체(전체) (신체)건강체조 10:00~10:30(30분)</p> <p>인지(전체) 인지(기억회상)그때 그 시절에는 10:30~11:30(60분)</p> <p>기타(전체) (간호)통증완화 시간 14:00~15:00(60분)</p> <p>신체(전체) (신체인지) 영화감상, 드라마 감상, 다큐감상 나누기 15:00~16:00(60분)</p>
28	<p>29</p> <p>신체(전체) (신체)건강체조 10:00~10:30(30분)</p> <p>인지(전체) (맞춤)실버미술(추억그림방)_이선민 10:30~11:30(60분)(외)</p> <p>기타(전체) (간호)통증완화 시간 13:00~13:50(50분)</p> <p>신체(전체) (신체)풍선 배드민턴 15:00~16:00(60분)</p>	<p>30</p> <p>신체(전체) (신체)건강체조 10:00~10:30(30분)</p> <p>인지(전체) 인지(미술)모자이크 10:30~11:30(60분)</p> <p>기타(전체) (간호)통증완화 시간 13:00~13:50(50분)</p> <p>신체(전체) (맞춤)실버체육(팔팔장수교실)_김재한 15:00~16:00(60분)(외)</p>	<p>31</p> <p>신체(전체) (신체)건강체조 10:00~10:30(30분)</p> <p>인지(전체) 인지(미술)만다라 10:30~11:30(60분)</p> <p>기타(전체) (간호)통증완화 시간 13:00~13:50(50분)</p> <p>사회(전체) 자원봉사) 행복이야기 콘서트 (기타공연) 14:30~15:30(60분)(자)</p>			