

프로그램 운영일정

2024년 02월 / 기본형

수성실버복지센터

(외) : 외부강사 , (자) : 자원봉사자

일요일	월요일	화요일	수요일	목요일	금요일	토요일
				1 신체(전체) 실버체조 09:30~10:30(60분) 인지(전체) 선택형인지 10:30~11:30(60분) 인지(전체) 인지교재 14:00~15:00(60분) 인지(전체) 맞춤형p/g-백업 15:00~16:00(60분)(외)	2 신체(전체) 실버체조 09:30~10:30(60분) 인지(전체) 선택형인지 10:30~11:30(60분) 인지(전체) 인지교재 14:00~15:00(60분) 사회(전체) 요리교실(유부초밥 만들기) 15:00~16:00(60분)	3 신체(전체) 실버체조 09:30~10:30(60분) 인지(전체) 색종이 모자이크 10:30~11:30(60분) 인지(전체) 인지교재 14:00~15:00(60분) 인지(전체) 노래따라부르기 15:00~16:00(60분)
4	5 신체(전체) 실버체조 09:30~10:30(60분) 인지(전체) 선택형인지 10:30~11:30(60분) 신체(전체) 고리던지기 14:00~15:00(60분) 인지(전체) 맞춤형p/g-공 15:00~16:00(60분)(외)	6 신체(전체) 실버체조 09:30~10:30(60분) 인지(전체) 선택형인지 10:30~11:30(60분) 인지(전체) 인지교재 14:00~15:00(60분) 인지(전체) 맞춤형p/g-옷이아 모야 15:00~16:00(60분)(외)	7 신체(전체) 실버체조 09:30~10:30(60분) 인지(전체) 선택형인지 10:30~11:30(60분) 인지(전체) 인지교재 14:00~15:00(60분) 인지(전체) 맞춤형p/g-꽃만두(요리) 15:00~16:00(60분)(외)	8 신체(전체) 실버체조 09:30~10:30(60분) 인지(전체) 선택형인지 10:30~11:30(60분) 인지(전체) 인지교재 14:00~15:00(60분) 신체(전체) 맞춤형p/g-행복체조 15:00~16:00(60분)(외)	9 규정 신체(전체) 실버체조 09:30~10:30(60분) 신체(전체) 윗놀이 10:30~11:30(60분) 인지(전체) 인지교재 14:00~15:00(60분) 인지(전체) 노래따라부르기 15:00~16:00(60분)	10 규정 신체(전체) 실버체조 09:30~10:30(60분) 인지(전체) 선택형인지 10:30~11:30(60분) 인지(전체) 인지교재 14:00~15:00(60분) 신체(전체) 신체기능 15:00~16:00(60분)
11 규정	12 대체공휴일(설날) 신체(전체) 실버체조 09:30~10:30(60분) 인지(전체) 선택형인지 10:30~11:30(60분) 신체(전체) 다트게임 14:00~15:00(60분) 인지(전체) 숙담맞추기 15:00~16:00(60분)	13 신체(전체) 실버체조 09:30~10:30(60분) 인지(전체) 선택형인지 10:30~11:30(60분) 인지(전체) 인지교재 14:00~15:00(60분) 인지(전체) 맞춤형p/g-복을 채우자 15:00~16:00(60분)(외)	14 신체(전체) 실버체조 09:30~10:30(60분) 인지(전체) 선택형인지 10:30~11:30(60분) 인지(전체) 인지교재 14:00~15:00(60분) 인지(전체) 맞춤형p/g-한복 머리핀 15:00~16:00(60분)(외)	15 신체(전체) 실버체조 09:30~10:30(60분) 인지(전체) 선택형인지 10:30~11:30(60분) 인지(전체) 인지교재 14:00~15:00(60분) 신체(전체) 맞춤형p/g-두뇌체조 15:00~16:00(60분)(외)	16 신체(전체) 실버체조 09:30~10:30(60분) 인지(전체) 선택형인지 10:30~11:30(60분) 인지(전체) 인지교재 14:00~15:00(60분) 신체(전체) 윗놀이 15:00~16:00(60분)	17 신체(전체) 실버체조 09:30~10:30(60분) 인지(전체) 시계보기 10:30~11:30(60분) 인지(전체) 인지교재 14:00~15:00(60분) 인지(전체) 노래따라부르기 15:00~16:00(60분)
18	19 신체(전체) 실버체조 09:30~10:30(60분) 인지(전체) 선택형인지 10:30~11:30(60분) 신체(전체) 미니블링 14:00~15:00(60분) 인지(전체) 맞춤형p/g-마라카스 15:00~16:00(60분)(외)	20 신체(전체) 실버체조 09:30~10:30(60분) 인지(전체) 선택형인지 10:30~11:30(60분) 인지(전체) 인지교재 14:00~15:00(60분) 인지(전체) 맞춤형p/g-통증을 없애자 15:00~16:00(60분)(외)	21 신체(전체) 실버체조 09:30~10:30(60분) 인지(전체) 선택형인지 10:30~11:30(60분) 인지(전체) 인지교재 14:00~15:00(60분) 인지(전체) 맞춤형p/g-한복 세트 15:00~16:00(60분)(외)	22 신체(전체) 실버체조 09:30~10:30(60분) 인지(전체) 선택형인지 10:30~11:30(60분) 인지(전체) 인지교재 14:00~15:00(60분) 신체(전체) 맞춤형p/g-운동체조 15:00~16:00(60분)(외)	23 신체(전체) 실버체조 09:30~10:30(60분) 인지(전체) 선택형인지 10:30~11:30(60분) 인지(전체) 인지교재 14:00~15:00(60분) 신체(전체) 윗놀이 15:00~16:00(60분)	24 신체(전체) 실버체조 09:30~10:30(60분) 인지(전체) 면봉으로 물감찍기 10:30~11:30(60분) 인지(전체) 인지교재 14:00~15:00(60분) 인지(전체) 노래따라부르기 15:00~16:00(60분)

	<div>26</div> <div>신체(전체) 실버체조 09:30~10:30(60분) 인지(전체) 선택형인지 10:30~11:30(60분) 신체(전체) 오자미던지기 14:00~15:00(60분) 인지(전체) 맞춤형p/g-다함께 차차차 15:00~16:00(60분)(외)</div>	<div>27</div> <div>신체(전체) 실버체조 09:30~10:30(60분) 인지(전체) 선택형인지 10:30~11:30(60분) 인지(전체) 인지교재 14:00~15:00(60분) 인지(전체) 맞춤형p/g-흔들흔 들 탁구공 15:00~16:00(60분)(외)</div>	<div>28</div> <div>신체(전체) 실버체조 09:30~10:30(60분) 인지(전체) 선택형인지 10:30~11:30(60분) 인지(전체) 인지교재 14:00~15:00(60분) 인지(전체) 맞춤형p/g-동백섬 15:00~16:00(60분)(외)</div>	<div>29</div> <div>신체(전체) 실버체조 09:30~10:30(60분) 인지(전체) 선택형인지 10:30~11:30(60분) 인지(전체) 인지교재 14:00~15:00(60분) 신체(전체) 맞춤형p/g-건강체 조 15:00~16:00(60분)(외)</div>		
--	--	--	--	--	--	--