프로그램 운영일정

2025년 11월 / 간략형

가일노인복지센터 월성지점

(외) : 외부강사 , (자) : 자원봉사자

일요일	월요일	화요일	수요일	목요일	금요일	토요일
30						1 10:30~11:00 신체P/G(생활체조) 11:00~12:00 인지활동P/G(색칠하기) 12:30~13:00 신체P/G(냉・온열팩 찜질) 13:30~14:30 인지P/G(윷놀이)
2	3 10:30~11:00 신체P/G(생활체조) 11:00~12:00 인지활동P/G(색칠하기) 12:30~13:00 신체P/G(냉・온열팩 찜질) 13:30~14:30 신체P/G(밴드스트레칭)	4 10:30~11:00 신체P/G(생활체조), 사회적응P/G(대구 수목원 나들이) 11:00~12:00 사회적응P/G(대구 수목원 나들이), 인지활동P/G(색종이접기 - 국화) 12:30~13:00 신체P/G(냉・온열팩 찜질) 13:30~14:30 맞춤형P/G(웃음치료)	5 10:30~11:00 신체P/G(생활체조),사회적응P/G(대구수목원 나들이) 11:00~12:00 사회적응P/G(대구 수목원 나들이),인지활동P/G(색칠하기) 12:30~13:00 신체P/G(냉・온열팩 찜질) 13:30~14:30 맞춤형P/G(가요교실)	6 10:30~11:00 신체P/G(생활체조),사회적응P/G(대구수목원 나들이) 11:00~12:00 사회적응P/G(대구 수목원 나들이), 인지활동P/G(색칠하기) 12:30~13:00 신체P/G(냉・온열팩 찜질) 13:30~14:30 맞춤형 PG(탬버린 난타 체조)	7 10:30~11:00 신체P/G(생활체조), 사회적응P/G(대구 수목원 나들이) 11:00~12:00 사회적응P/G(외부 나들이), 신체활동P/G(생활체조) 12:30~13:00 신체P/G(냉・온열팩 찜질) 13:30~14:30 맞춤형P/G(미술)	8 10:30~11:00 신체P/G(생활체조) 11:00~12:00 인지활동P/G(색칠하기) 12:30~13:00 신체P/G(냉・온열팩 찜질) 13:30~14:30 사회적응P/G(참꽃 색소폰 동아리)
9	10 10:30~11:00 신체P/G(생활체조) 11:00~12:00 인지활동P/G(색칠하기) 12:30~13:00 신체P/G(냉・온열팩 찜질) 13:30~14:30 맞춤형P/G(컵타)	11 10:30~11:00 신체P/G(생활체조) 11:00~12:00 인지활동P/G(색칠하기) 12:30~13:00 신체P/G(냉・온열팩 찜질) 13:30~14:30 맞춤형P/G(근력체조)	12 10:30~11:00 신체P/G(생활체조) 11:00~12:00 인지활동P/G(색종이접기) 12:30~13:00 신체P/G(냉・온열팩 찜질) 13:30~14:30 맞춤형P/G(장구난타)	13 10:30~11:00 신체P/G(생활체조) 11:00~12:00 인지활동P/G(색칠하기) 12:30~13:00 신체P/G(냉・온열팩 찜질) 13:30~14:30 맞춤형P/G(놀이프로그램)	14 10:30~11:00 신체P/G(생활체조) 11:00~12:00 인지활동P/G(색칠하기) 12:30~13:00 신체P/G(냉・온열팩 찜질) 13:30~14:30 신체활동P/G(볼체조)	15 10:30~11:00 신체P/G(생활체조) 11:00~12:00 인지활동P/G(실버스터디) 12:30~13:00 신체P/G(냉・온열팩 찜질) 13:30~14:30 사회적응P/G(상인색소폰)
16	17 10:30~11:00 신체P/G(생활체조) 11:00~12:00 인지활동P/G(색칠하기) 12:30~13:00 신체P/G(냉・온열팩 찜질) 13:30~14:30 맞춤형P/G(실버레크레이션)	18 10:30~11:00 신체P/G(생활체조) 11:00~12:00 인지활동P/G(실버스터디) 12:30~13:00 신체P/G(냉・온열팩 찜질) 13:30~14:30 맞춤형P/G(가요교실)	19 10:30~11:00 신체P/G(생활체조) 11:00~12:00 인지활동P/G(실버스터디) 12:30~13:00 신체P/G(냉・온열팩 찜질) 13:30~14:30 사회적응P/G(락우예술단)	20 10:30~11:00 신체P/G(생활체조) 11:00~12:00 인지활동P/G(모자이크활동) 12:30~13:00 신체P/G(냉・온열팩 찜질) 13:30~14:30 맞춤형 P/G 민요웃음체조	21 10:30~11:00 신체P/G(생활체조) 11:00~12:00 인지활동P/G(색칠하기) 12:30~13:00 신체P/G(냉・온열팩 찜질) 13:30~14:30 맞춤형P/G(실버체조)	22 10:30~11:00 신체P/G(생활체조) 11:00~12:00 인지활동P/G(색칠하기) 12:30~13:00 신체P/G(냉・온열팩 찜질) 13:30~14:30 신체활동P/G(바구니에 공 던져넣기)
23	24 10:30~11:00 신체P/G(생활체조) 11:00~12:00 인지활동P/G(모자이크활동) 12:30~13:00 신체P/G(냉・온열팩 찜질) 13:30~14:30 맞춤형P/G(실버체조)	25 10:30~11:00 신체P/G(생활체조) 11:00~12:00 사회적응P/G(생신 잔치) 12:30~13:00 신체P/G(냉・온열팩 찜질) 13:30~14:30 맞춤형P/G(웃음치료)	26 10:30~11:00 신체P/G(생활체조) 11:00~12:00 인지활동P/G(실버스터디) 12:30~13:00 신체P/G(냉・온열팩 찜질) 13:30~14:30 신체P/G(탁구공(오자미) 계란판에 넣기)	27 10:30~11:00 신체P/G(생활체조) 11:00~12:00 인지활동P/G(색칠하기) 12:30~13:00 신체P/G(냉・온열팩 찜질) 13:30~14:30 맞춤형(숟가락웃음난타)	28 10:30~11:00 신체P/G(생활체조) 11:00~12:00 인지활동P/G(모자이크활동) 12:30~13:00 신체P/G(냉・온열팩 찜질) 13:30~14:30 맞춤형P/G(퓨전국악)	29 10:30~11:00 신체P/G(생활체조) 11:00~12:00 인지활동P/G(실버스터디) 12:30~13:00 신체P/G(냉・온열팩 찜질) 13:30~14:30 사회적응P/G(해바라기 봉사단)