

7월 월간 프로그램 계획서

		월	화	수	목	금	토
				1	2	3	4
1주	09:00~09:40			기능회복훈련(전체) (기분동작훈련)걷기운동	기능회복훈련(전체) (기분동작훈련)걷기운동	기능회복훈련(전체) (기분동작훈련)걷기운동	기능회복훈련(전체) (기분동작훈련)걷기운동
	09:40~10:00			아침조회 및 프로그램안내			
	10:00~11:00			맞춤형프로그램 (음악&신체)	맞춤형프로그램 (실버체육)	맞춤형프로그램 (전래문화)	인지활동형프로그램 (파마이지 테이블 고리/퍼 트)
	11:00~11:20			기능회복훈련 (실버건강체조)	기능회복훈련 (실버건강체조)	기능회복훈련 (실버건강체조)	기능회복훈련 (실버건강체조)
	13:40~14:00			기능회복훈련 (운동 및 체조)	기능회복훈련 (운동 및 체조)	기능회복훈련 (운동 및 체조)	기능회복훈련 (운동 및 체조)
	14:00~15:00			재활특화프로그램 I (공기압,바디스파이더,자전거)	재활특화프로그램 II (세라밴드,시니어퍼트니스365,족 욕,자전거)	재활특화프로그램 I (공기압,바디스파이더,자전거)	인지활동형프로그램 (신나는 노래방)
		6	7	8	9	10	11
2주	09:00~09:40	기능회복훈련(전체) (기분동작훈련)걷기운동	기능회복훈련(전체) (기분동작훈련)걷기운동	기능회복훈련(전체) (기분동작훈련)걷기운동	기능회복훈련(전체) (기분동작훈련)걷기운동	기능회복훈련(전체) (기분동작훈련)걷기운동	기능회복훈련(전체) (기분동작훈련)걷기운동
	09:40~10:00	사회적응프로그램(전체) 세상뉴스전하기	아침조회 및 프로그램안내				
	10:00~11:00	맞춤형프로그램 (감성미술)	맞춤형프로그램 (음악&신체)	인지활동형프로그램 (몸으로 말해요)	맞춤형프로그램 (실버체육)	맞춤형프로그램 (전래문화)	인지활동형프로그램 (색판뒤집기)
	11:00~11:20	기능회복훈련 (실버건강체조)	기능회복훈련 (실버건강체조)	기능회복훈련 (실버건강체조)	기능회복훈련 (실버건강체조)	기능회복훈련 (실버건강체조)	기능회복훈련 (실버건강체조)
	13:40~14:00	기능회복훈련 (운동 및 체조)	기능회복훈련 (운동 및 체조)	기능회복훈련 (운동 및 체조)	기능회복훈련 (운동 및 체조)	기능회복훈련 (운동 및 체조)	기능회복훈련 (운동 및 체조)
	14:00~15:00	재활특화프로그램 I (공기압,바디스파이더,자전거)	재활특화프로그램 II (세라밴드,시니어퍼트니스365,족 욕,자전거)	재활특화프로그램 I (공기압,바디스파이더,자전거)	재활특화프로그램 II (세라밴드,시니어퍼트니스365,족 욕,자전거)	재활특화프로그램 I (공기압,바디스파이더,자전거)	인지활동형프로그램 (신나는 노래방)
		13	14	15	16	17	18
3주	09:00~09:40	기능회복훈련(전체) (기분동작훈련)걷기운동	기능회복훈련(전체) (기분동작훈련)걷기운동	기능회복훈련(전체) (기분동작훈련)걷기운동	기능회복훈련(전체) (기분동작훈련)걷기운동	기능회복훈련(전체) (기분동작훈련)걷기운동	기능회복훈련(전체) (기분동작훈련)걷기운동
	09:40~10:00	사회적응프로그램(전체) 세상뉴스전하기	아침조회 및 프로그램안내				
	10:00~11:00	맞춤형프로그램 (감성미술)	인지활동형프로그램 (협동화 그리기)	맞춤형프로그램 (음악&신체) / 이미용	맞춤형프로그램 (실버체육)	인지활동형프로그램 (웃놀이)	사회적응프로그램 (산책)
	11:00~11:20	기능회복훈련 (실버건강체조)	기능회복훈련 (실버건강체조)	기능회복훈련 (실버건강체조)	기능회복훈련 (실버건강체조)	기능회복훈련 (실버건강체조)	기능회복훈련 (실버건강체조)
	13:40~14:00	기능회복훈련 (운동 및 체조)	기능회복훈련 (운동 및 체조)	기능회복훈련 (운동 및 체조)	기능회복훈련 (운동 및 체조)	기능회복훈련 (운동 및 체조)	기능회복훈련 (운동 및 체조)
	14:00~15:00	재활특화프로그램 I (공기압,바디스파이더,자전거)	재활특화프로그램 II (세라밴드,시니어퍼트니스365,족 욕,자전거)	재활특화프로그램 I (공기압,바디스파이더,자전거)	재활특화프로그램 II (세라밴드,시니어퍼트니스365,족 욕,자전거)	재활특화프로그램 I (공기압,바디스파이더,자전거)	인지활동형프로그램 (주은 영화관)
		20	21	22	23	24	25
4주	09:00~09:40	기능회복훈련(전체) (기분동작훈련)걷기운동	기능회복훈련(전체) (기분동작훈련)걷기운동	기능회복훈련(전체) (기분동작훈련)걷기운동	기능회복훈련(전체) (기분동작훈련)걷기운동	기능회복훈련(전체) (기분동작훈련)걷기운동	기능회복훈련(전체) (기분동작훈련)걷기운동
	09:40~10:00	사회적응프로그램(전체) 세상뉴스전하기	아침조회 및 프로그램안내				
	10:00~11:00	맞춤형프로그램 (감성미술)	인지활동형프로그램 (수수께끼 게임)	맞춤형프로그램 (음악&신체)	맞춤형프로그램 (실버체육)	맞춤형프로그램 (전래문화)	인지활동형프로그램 (칭기백기)/ 이미용
	11:00~11:20	기능회복훈련 (실버건강체조)	기능회복훈련 (실버건강체조)	기능회복훈련 (실버건강체조)	기능회복훈련 (실버건강체조)	기능회복훈련 (실버건강체조)	기능회복훈련 (실버건강체조)
	13:40~14:00	기능회복훈련 (운동 및 체조)	기능회복훈련 (운동 및 체조)	기능회복훈련 (운동 및 체조)	기능회복훈련 (운동 및 체조)	기능회복훈련 (운동 및 체조)	기능회복훈련 (운동 및 체조)
	14:00~15:00	재활특화프로그램 I (공기압,바디스파이더,자전거)	재활특화프로그램 II (세라밴드,시니어퍼트니스365,족 욕,자전거)	재활특화프로그램 I (공기압,바디스파이더,자전거)	재활특화프로그램 II (세라밴드,시니어퍼트니스365,족 욕,자전거)	재활특화프로그램 I (공기압,바디스파이더,자전거)	인지활동형프로그램 (신나는 노래방)
		27	28	29	30	31	
5주	09:00~09:40	기능회복훈련(전체) (기분동작훈련)걷기운동	기능회복훈련(전체) (기분동작훈련)걷기운동	기능회복훈련(전체) (기분동작훈련)걷기운동	기능회복훈련(전체) (기분동작훈련)걷기운동	기능회복훈련(전체) (기분동작훈련)걷기운동	
	09:40~10:00	사회적응프로그램(전체) 세상뉴스전하기	아침조회 및 프로그램안내				
	10:00~11:00	맞춤형프로그램 (감성미술)	인지활동형프로그램 (추억의 사진 맞추기)	인지활동형프로그램 (푸드 테라피)	인지활동형프로그램 (을고기 자석 낚시)	맞춤형프로그램 (전래문화)	
	11:00~11:20	기능회복훈련 (실버건강체조)	기능회복훈련 (실버건강체조)	기능회복훈련 (실버건강체조)	기능회복훈련 (실버건강체조)	기능회복훈련 (실버건강체조)	
	13:40~14:00	기능회복훈련 (운동 및 체조)	기능회복훈련 (운동 및 체조)	기능회복훈련 (운동 및 체조)	기능회복훈련 (운동 및 체조)	기능회복훈련 (운동 및 체조/개근시상 사)	
	14:00~15:00	재활특화프로그램 I (공기압,바디스파이더,자전거)	재활특화프로그램 II (세라밴드,시니어퍼트니스365,족 욕,자전거)	재활특화프로그램 I (공기압,바디스파이더,자전거)	재활특화프로그램 II (세라밴드,시니어퍼트니스365,족 욕,자전거)	재활특화프로그램 I (공기압,바디스파이더,자전거)	

*위의 내용은 센터 사정에 따라 변경 될 수 있습니다.