

프로그램 운영일정

2026년 08월 / 기본형

굿모닝주간보호센터

(외) : 외부강사 , (자) : 자원봉사자

일요일	월요일	화요일	수요일	목요일	금요일	토요일
						1 기능회복훈련 (전체) 힘뇌체조 [신체] 10:30~11:00(30분) 인지기능 (전체) 워크북활동 [인지] 11:00~12:00(60분) 기능훈련 (전체) 추억의 노래방 [기타] 14:00~15:00(60분)
2	3 기능회복훈련 (전체) 힘뇌체조 [신체] 10:30~11:00(30분) 인지기능 (전체) 계산능력 [인지] 11:00~12:00(60분) 인지기능 (전체) 신나는노래교실 [인지] 14:00~15:00(60분)(외)	4 기능회복훈련 (전체) 힘뇌체조 [신체] 10:30~11:00(30분) 인지기능 (전체) 교구활동 [인지] 11:00~12:00(60분) 신체기능 (전체) 실버웃음체조 [신체] 14:00~15:00(60분)(외)	5 기능회복훈련 (전체) 힘뇌체조 [신체] 10:30~11:00(30분) 인지기능 (전체) 굿뉴스 [인지] 11:00~12:00(60분) 신체기능 (전체) 실버체육 [신체] 14:00~15:00(60분)(외)	6 기능회복훈련 (전체) 힘뇌체조 [신체] 10:30~11:00(30분) 인지기능 (전체) 그때 그 맛 [인지] 11:00~12:00(60분) 인지기능 (전체) 실버음악치료 [인지] 14:00~15:00(60분)(외)	7 기능회복훈련 (전체) 힘뇌체조 [신체] 10:30~11:00(30분) 인지기능 (전체) 색칠하기(꽃병 만들기) [인지] 11:00~12:00(60분) 신체기능 (전체) 바디스파이더 [신체] 14:00~15:00(60분) 인지기능 (전체) 만다라 색칠 [인지] 14:00~15:00(60분)	8 기능회복훈련 (전체) 힘뇌체조 [신체] 10:30~11:00(30분) 인지기능 (전체) 워크북활동 [인지] 11:00~12:00(60분) 기능훈련 (전체) 추억의 노래방 [기타] 14:00~15:00(60분)
9	10 기능회복훈련 (전체) 힘뇌체조 [신체] 10:30~11:00(30분) 인지기능 (전체) 사고능력 [인지] 11:00~12:00(60분) 인지기능 (전체) 신나는노래교실 [인지] 14:00~15:00(60분)(외)	11 기능회복훈련 (전체) 힘뇌체조 [신체] 10:30~11:00(30분) 인지기능 (전체) 끝말잇기 [인지] 11:00~12:00(60분) 신체기능 (전체) 실버웃음체조 [신체] 14:00~15:00(60분)(외)	12 기능회복훈련 (전체) 힘뇌체조 [신체] 10:30~11:00(30분) 인지기능 (전체) 달력만들기 [인지] 11:00~12:00(60분) 신체기능 (전체) 실버체육 [신체] 14:00~15:00(60분)(외)	13 기능회복훈련 (전체) 힘뇌체조 [신체] 10:30~11:00(30분) 인지기능 (전체) 동그라미 만다라 만들기 [인지] 11:00~12:00(60분) 인지기능 (전체) 실버음악치료 [인지] 14:00~15:00(60분)(외)	14 기능회복훈련 (전체) 힘뇌체조 [신체] 10:30~11:00(30분) 인지기능 (전체) 레크레이션 [인지] 11:00~12:00(60분) 가족지지 (전체) 생신 잔치 [가족] 14:00~15:00(60분)	15 광복절 기능회복훈련 (전체) 힘뇌체조 [신체] 10:30~11:00(30분) 인지기능 (전체) 워크북활동 [인지] 11:00~12:00(60분) 기능훈련 (전체) 추억의 노래방 [기타] 14:00~15:00(60분)
16	17 대체공휴일(8.15) 기능회복훈련 (전체) 힘뇌체조 [신체] 10:30~11:00(30분) 인지기능 (전체) 마방진 게임 [인지] 11:00~12:00(60분) 인지기능 (전체) 신나는노래교실 [인지] 14:00~15:00(60분)(외)	18 기능회복훈련 (전체) 힘뇌체조 [신체] 10:30~11:00(30분) 인지기능 (전체) 마인드맵 활동 [인지] 11:00~12:00(60분) 신체기능 (전체) 실버웃음체조 [신체] 14:00~15:00(60분)(외)	19 기능회복훈련 (전체) 힘뇌체조 [신체] 10:30~11:00(30분) 인지기능 (전체) 만다라 색칠 [인지] 11:00~12:00(60분) 신체기능 (전체) 실버체육 [신체] 14:00~15:00(60분)(외)	20 기능회복훈련 (전체) 힘뇌체조 [신체] 10:30~11:00(30분) 인지기능 (전체) 미술활동 [인지] 11:00~12:00(60분) 인지기능 (전체) 실버음악치료 [인지] 14:00~15:00(60분)(외)	21 기능회복훈련 (전체) 힘뇌체조 [신체] 10:30~11:00(30분) 인지기능 (전체) 빙고 [인지] 11:00~12:00(60분) 신체기능 (전체) 바디스파이더 [신체] 14:00~15:00(60분) 인지기능 (전체) 사고능력 [인지] 14:00~15:00(60분)	22 기능회복훈련 (전체) 힘뇌체조 [신체] 10:30~11:00(30분) 인지기능 (전체) 워크북활동 [인지] 11:00~12:00(60분) 기능훈련 (전체) 추억의 노래방 [기타] 14:00~15:00(60분)

23	24 기능회복훈련 (전체) 힘뇌체조 [신체] 10:30~11:00(30분) 인지기능 (전체) 사진퀴즈 [인지] 11:00~12:00(60분) 인지기능 (전체) 신나는노래교실 [인지] 14:00~15:00(60분)(외)	25 기능회복훈련 (전체) 힘뇌체조 [신체] 10:30~11:00(30분) 인지기능 (전체) 산가지놀이등 전통놀이 [인지] 11:00~12:00(60분) 신체기능 (전체) 실버웃음체조 [신체] 14:00~15:00(60분)(외)	26 기능회복훈련 (전체) 힘뇌체조 [신체] 10:30~11:00(30분) 인지기능 (전체) 속담 [인지] 11:00~12:00(60분) 신체기능 (전체) 실버체육 [신체] 14:00~15:00(60분)(외)	27 기능회복훈련 (전체) 힘뇌체조 [신체] 10:30~11:00(30분) 인지기능 (전체) 언어능력 [인지] 11:00~12:00(60분) 인지기능 (전체) 실버음악치료 [인지] 14:00~15:00(60분)(외)	28 기능회복훈련 (전체) 힘뇌체조 [신체] 10:30~11:00(30분) 인지기능 (전체) 사진퀴즈 [인지] 11:00~12:00(60분) 신체기능 (전체) 바디스파이더 [신체] 14:00~15:00(60분) 인지기능 (전체) 예전과 지금 비교하기 [인지] 14:00~15:00(60분)	29 기능회복훈련 (전체) 힘뇌체조 [신체] 10:30~11:00(30분) 인지기능 (전체) 워크북활동 [인지] 11:00~12:00(60분) 기능훈련 (전체) 추억의 노래방 [기타] 14:00~15:00(60분)
30	31 기능회복훈련 (전체) 힘뇌체조 [신체] 10:30~11:00(30분) 인지기능 (전체) 교구활동 [인지] 11:00~12:00(60분) 사회적응 (전체) 예술단공연 [사회] 14:00~15:00(60분)					