

4월 프로그램 계획서

		월	화	수	목	금	토
				1	2	3	4
1주	09:50-10:00	아침조회/바이탈체크/건강체조/목욕서비스					
	10:00-11:00			맞춤형프로그램 (인지미술)	동아리활동 (영어반, 종이접기반, 한자반, 종교반)	맞춤형프로그램 (인지치매예방운동)	인지학습지 (언어능력 훈련)
	11:00-12:00			시니어피트니스 (바디스파이터/세라밴드 시니어365/공체조)	시니어피트니스 (바디스파이터/세라밴드 시니어365/공체조)	시니어피트니스 (바디스파이터/세라밴드 시니어365/공체조)	시니어피트니스 (바디스파이터/세라밴드 시니어365/공체조)
	13:00-14:00				오침 & 자유선택활동		
	14:00-15:00			인지활동형 프로그램 (파마이지 프로그램) 비석치기	신체검사	인지활동형 프로그램 (파마이지 프로그램) 고리던지기	영화감상
선택 활동	15:30-16:30	노래방/퍼즐/바둑, 장기 등	노래방/퍼즐/바둑, 장기 등	노래방/퍼즐/바둑, 장기 등	노래방/퍼즐/바둑, 장기 등	노래방/퍼즐/바둑, 장기 등	노래방/퍼즐/바둑, 장기 등
		6	7	8	9	10	11
2주	09:50-10:00	아침조회/바이탈체크/건강체조/목욕서비스					
	10:00-11:00	맞춤형프로그램 (인지레크레이션)	맞춤형프로그램 (인지음악)	맞춤형프로그램 (인지미술)	피노키오 숲에서 봉사나 오심	맞춤형프로그램 (인지치매예방운동)	수변공원나들이
	11:00-12:00	시니어피트니스 (바디스파이터/세라밴드 시니어365/공체조)	시니어피트니스 (바디스파이터/세라밴드 시니어365/공체조)	시니어피트니스 (바디스파이터/세라밴드 시니어365/공체조)	시니어피트니스 (바디스파이터/세라밴드 시니어365/공체조)	시니어피트니스 (바디스파이터/세라밴드 시니어365/공체조)	시니어피트니스 (바디스파이터/세라밴드 시니어365/공체조)
	13:00-14:00				오침 & 자유선택활동		
	14:00-15:00	인지활동형 프로그램 (파마이지 프로그램) 탁 구공놀이	인지활동형 프로그램 (파마이지 프로그램) 다 트	인지활동형 프로그램 (파마이지 프로그램) 토끼와거북이	인지활동형 프로그램 (파마이지 프로그램) 콩주머니던지기	인지활동형 프로그램 (파마이지 프로그램) 퍼팅	손마사지/네일아트
선택 활동		노래방/퍼즐/바둑, 장기 등	노래방/퍼즐/바둑, 장기 등	노래방/퍼즐/바둑, 장기 등	노래방/퍼즐/바둑, 장기 등	노래방/퍼즐/바둑, 장기 등	노래방/퍼즐/바둑, 장기 등
		13	14	15	16	17	18
3주	09:50-10:00	아침조회/바이탈체크/건강체조/목욕서비스					
	10:00-11:00	맞춤형프로그램 (인지레크레이션)	맞춤형프로그램 (인지음악)	인지학습지 (언어능력 훈련)	동아리활동 (영어반, 종이접기반, 한자 반, 종교반)	맞춤형프로그램 (인지치매예방운동)	인지학습지 (언어능력 훈련)
	11:00-12:00	시니어피트니스 (바디스파이터/세라밴드 시니어365/공체조)	시니어피트니스 (바디스파이터/세라밴드 시니어365/공체조)	시니어피트니스 (바디스파이터/세라밴드 시니어365/공체조)	시니어피트니스 (바디스파이터/세라밴드 시니어365/공체조)	시니어피트니스 (바디스파이터/세라밴드 시니어365/공체조)	시니어피트니스 (바디스파이터/세라밴드 시니어365/공체조)
	13:00-14:00				오침 & 자유선택활동		
	14:00-15:00	인지활동형 프로그램 (파마이지 프로그램) 미로	인지활동형 프로그램 (파마이지 프로그램) 탁 구공움겨담기	인지활동형 프로그램 (파마이지 프로그램) 노래자랑	재난상황대응훈련	인지활동형 프로그램 (파마이지 프로그램) 오재미놀이	인지활동형 프로그램 (파마이지 프로그램) 미 로
선택 활동	15:30-16:30	노래방/퍼즐/바둑, 장기 등	노래방/퍼즐/바둑, 장기 등	노래방/퍼즐/바둑, 장기 등	노래방/퍼즐/바둑, 장기 등	노래방/퍼즐/바둑, 장기 등	노래방/퍼즐/바둑, 장기 등
		20	21	22	23	24	25
4주	09:50-10:00	아침조회/바이탈체크/건강체조/목욕서비스					
	10:00-11:00	맞춤형프로그램 (인지레크레이션)	맞춤형프로그램 (인지음악)	맞춤형프로그램 (인지미술)	피노키오 숲에서 봉사나 오심	맞춤형프로그램 (인지치매예방운동)	인지학습지 (언어능력 훈련)
	11:00-12:00	시니어피트니스 (바디스파이터/세라밴드 시니어365/공체조)	시니어피트니스 (바디스파이터/세라밴드 시니어365/공체조)	시니어피트니스 (바디스파이터/세라밴드 시니어365/공체조)	시니어피트니스 (바디스파이터/세라밴드 시니어365/공체조)	시니어피트니스 (바디스파이터/세라밴드 시니어365/공체조)	시니어피트니스 (바디스파이터/세라밴드 시니어365/공체조)
	13:00-14:00				오침 & 자유선택활동		
	14:00-15:00	인지활동형 프로그램 (파마이지 프로그램) 뽕망치과일담기	인지활동형 프로그램 (파마이지 프로그램) 볼링	인지활동형 프로그램 (파마이지 프로그램) 컵쌓기	미리내공원나들이 (남자어르신)	인지활동형 프로그램 (파마이지 프로그램) 투호놀이	손마사지/네일아트
선택 활동	15:30-16:30	노래방/퍼즐/바둑, 장기 등	노래방/퍼즐/바둑, 장기 등	노래방/퍼즐/바둑, 장기 등	노래방/퍼즐/바둑, 장기 등	노래방/퍼즐/바둑, 장기 등	노래방/퍼즐/바둑, 장기 등
날짜		27	28	29	30		
5주	09:50-10:00	아침조회/바이탈체크/건강체조/목욕서비스					
	10:00-11:00	맞춤형프로그램 (인지레크레이션)	맞춤형프로그램 (인지음악)	맞춤형프로그램 (인지미술)	동아리활동 (영어반, 종이접기반, 한자반, 종교반)		
	11:00-12:00	시니어피트니스 (바디스파이터/세라밴드 시니어365/공체조)	시니어피트니스 (바디스파이터/세라밴드 시니어365/공체조)	시니어피트니스 (바디스파이터/세라밴드 시니어365/공체조)	시니어피트니스 (바디스파이터/세라밴드 시니어365/공체조)		
	13:00-14:00				오침 & 자유선택활동		
	14:00-15:00	인지활동형 프로그램 (파마이지 프로그램) 비석치기	인지활동형 프로그램 (파마이지 프로그램) 다트	인지활동형 프로그램 (파마이지 프로그램) 노래자랑	미리내공원나들이 (여자어르신)		
선택 활동	15:30-16:30	노래방/퍼즐/바둑, 장기 등	노래방/퍼즐/바둑, 장기 등	노래방/퍼즐/바둑, 장기 등	노래방/퍼즐/바둑, 장기 등		
* 위 프로그램은 센터 사정에 따라 변경 될 수 있습니다.							
0							