

프로그램 운영일정

2026년 03월 / 기본형

엘림노인복지센터

(외) : 외부강사 , (자) : 자원봉사자

일요일	월요일	화요일	수요일	목요일	금요일	토요일
1 삼일절	2 대체공휴일(3.1절) 인지(전체) 인지활동(정월 대보름) 10:30~11:30(60분) 신체(전체) 전래놀이(대형 윷놀이) 14:30~15:30(60분)	3 인지(전체) 인지활동(개수 연결하기 및 돈계산하기) 10:30~11:30(60분) 신체(전체) 실버체조(외부)기초근력 형성-A 14:30~15:30(60분)(외)	4 인지(전체) 행복한 동행(외부) 종이말아 탈팽이만들기 10:30~11:30(60분)(외) 인지(개별) 인지활동(숫자에 맞게 색칠하기) 12:30~13:30(60분) 신체(전체) 신체활동(로비 산책 및 건강체조) 14:30~15:30(60분)	5 사회(전체) 엘림노인대학 10:30~11:30(60분)(외) 인지(전체) 인지재활(외부)반 대말그리기 규칙연결하기 14:00~15:00(60분)(외)	6 인지(전체) 인지활동(경칩: 개구리 왕관 만들기) 10:30~11:30(60분) 기타(전체) 영화관람(여가정서): 설특집 드라마 형제1(1997년 작) 14:30~15:30(60분)	7 인지(전체) 인지활동(어울리는 말 쓰기 및 끝말 잇기) 10:30~11:30(60분) 신체(전체) 신체활동(탁구공 튕기기) 14:30~15:30(60분)
8	9 인지(전체) 인지활동(태극기 팝업 북) 10:30~11:30(60분) 신체(전체) 실버스트레칭(외부)기체조 익히기 14:30~15:30(60분)(외)	10 인지(전체) 인지활동(선 따라 그리기 및 그림 완성하기) 10:30~11:30(60분) 신체(전체) 신체활동: 볼링 14:30~15:30(60분)	11 인지(전체) 행복한 동행(외부) 문어만들기 10:30~11:30(60분)(외) 신체(전체) 신체활동: 컵타 + 비즈 홀더 14:30~15:30(60분)	12 사회(전체) 엘림노인대학 10:30~11:30(60분) 인지(전체) 인지재활(외부): 장갑직조 짜기 14:00~15:00(60분)(외)	13 인지(전체) 인지활동(히아신스 만들기) 10:30~11:30(60분) 인지(개별) 인지활동(속담 필사 및 색칠하기) 13:00~14:00(60분) 기타(전체) 영화관람(여가정서)검정고무신 14:30~15:30(60분)	14 인지(전체) 인지활동(진달래 따기) 10:30~11:30(60분) 신체(전체) 신체활동(주사위 놀이) 14:30~15:30(60분)
15	16 사회(전체) 사회적응(미술활동) 10:30~11:30(60분)(자) 인지(개별) 인지활동(계산하고 숫자에 맞게 색칠하기) 13:00~14:00(60분) 신체(전체) 신체활동(고리던지기) 14:30~15:30(60분)	17 인지(전체) 인지활동(두수 합하기 및 그래프 표시하기) 10:30~11:30(60분) 인지(개별) 인지활동(동화읽기 및 색칠하) 13:00~14:00(60분) 신체(전체) 실버체조(외부)기초근력 형성-B 14:30~15:30(60분)(외)	18 인지(전체) 행복한 동행(외부) 병아리, 개나리꾸미기 10:30~11:30(60분)(외) 신체(전체) 신체활동(스카프 체조 및 산책) 14:30~15:30(60분)	19 사회(전체) 엘림노인대학 10:30~11:30(60분) 인지(전체) 인지활동(수선화 꾸미기: 모자이크) 14:30~15:30(60분)	20 인지(전체) 인지활동(일어나 봄이야) 10:30~11:30(60분) 신체(전체) 실버스트레칭(외부)작뇌,우뇌 움직이기 14:00~15:00(60분)(외)	21 인지(전체) 인지재활(외부)도형숫자쓰기 따라 그리기 10:30~11:30(60분)(외) 신체(전체) 신체활동(실버 체조 및 스카프 체조) 14:30~15:30(60분)
22	23 인지(전체) 인지활동(홍내네는 말 찾기 및 단어 연결하기) 10:30~11:30(60분) 신체(전체) 실버스트레칭(외부)건강체조 인사체조 14:30~15:30(60분)(외)	24 인지(전체) 인지활동(동전 계산하기 및 같은 수 더하기) 10:30~11:30(60분) 인지(개별) 행복한 책임기(의좋은 형제) 13:00~14:00(60분) 신체(전체) 실버체조(외부)관절가동성 확보-A 14:30~15:30(60분)(외)	25 사회(개별) 관공서 및 장보기 등 10:10~10:25(15분) 인지(전체) 행복한 동행(외부) 물소리개꾸미기 10:30~11:30(60분)(외) 신체(전체) 신체활동(산책 및 체조) 14:30~15:30(60분)	26 사회(전체) 엘림노인대학 10:30~11:30(60분) 인지(전체) 인지재활(외부)전래동화 토끼의 재판 14:00~15:00(60분)(외)	27 인지(전체) 인지활동(3월 회상 및 4월 달력만들기) 10:30~11:30(60분) 기타(전체) 영화관람(여가정서): 빨간 마후라 14:30~15:30(60분)	28 인지(전체) 인지활동(입체 화병 꾸미기) 10:30~11:30(60분) 신체(전체) 신체활동(빙고 및 체조) 14:30~15:30(60분)

30
인지(전체) 인지활동(사과 따라
그리고 색칠하기 및 같은 위치
에 그리기)
10:30~11:30(60분)
신체(전체) 실버스트레칭(외부
)풍선놀이
14:30~15:30(60분)(외)

31
인지(전체) 생신잔치
10:30~11:30(60분)
신체(전체) 실버체조(외부)관
절가동성 확보-B
14:30~15:30(60분)(외)