

# 2026년 8월 프로그램 계획서

(외) 외부강사, (자) 자원봉사자

맘편한노인복지센터

| 월요일                                                                                                                                                          | 화요일                                                                                                                                                                                          | 수요일                                                                                                                                                                                                                                      | 목요일                                                                                                                                                                                   | 금요일                                                                                                                                                                                       | 토요일                                                                                                                                                             |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                           | <b>1</b><br><b>인지(전체)</b><br>쌀고 맞추기 활동<br>09:10~10:10(60분)<br><b>신체(전체)</b> 풍선라켓<br>10:20~10:50(30분)<br><b>인지(전체)</b><br>게임활동(하투놀이)<br>14:20~15:20(60분)         |
| <b>3</b><br><b>인지(전체)</b><br>쌀고 맞추기 활동<br>09:10~10:10(60분)<br><b>신체(전체)</b><br>실버체조-김제체육회<br>10:20~10:50(30분)(외)<br><b>인지(전체)</b> 스토리텔링<br>14:10~15:10(60분)  | <b>4</b><br><b>인지(전체)</b><br>쌀고 맞추기 활동<br>09:10~10:10(60분)<br><b>신체(전체)</b><br>놀이활동(미니볼링)<br>10:20~10:50(30분)<br><b>인지(전체)</b><br>맞춤형프로그램-<br>인지음악<br>14:40~15:40(60분)(외)                    | <b>5 생일잔치<br/>이미용봉사</b><br><b>인지(전체)</b><br>쌀고 맞추기 활동<br>09:10~10:10(60분)<br><b>신체(전체)</b><br>실버체조-김제체육회<br>10:20~10:50(30분)(외)<br><b>사회(전체)</b> 종교활동<br>14:10~14:40(30분)<br><b>인지(전체)</b><br>맞춤형프로그램-<br>인지기구/블록<br>14:40~15:40(60분)(외) | <b>6</b><br><b>계약의 진료</b><br><b>사회(전체)</b> 시네마 천국<br>10:30~11:10(40분)<br><b>신체(전체)</b><br>힘뇌체조 및 건강체조<br>14:00~14:30(30분)<br><b>인지(전체)</b><br>맞춤형프로그램-<br>인지미술<br>14:40~15:40(60분)(외) | <b>7</b><br><b>신체(전체)</b><br>공놀이 활동<br>09:30~09:50(20분)<br><b>인지(전체)</b> 과거회상하기<br>(봉숭아물들이기)<br>10:00~11:00(60분)<br><b>인지(전체)</b><br>맞춤형프로그램-<br>건강관리체험 활동<br>14:30~15:30(60분)(외)         | <b>8</b><br><b>인지(전체)</b><br>쌀고 맞추기 활동<br>09:10~10:10(60분)<br><b>신체(전체)</b> 풍선라켓<br>10:20~10:50(30분)<br><b>인지(전체)</b><br>인지플러스(색칠하기)<br>14:20~15:20(60분)        |
| <b>10</b><br><b>인지(전체)</b><br>쌀고 맞추기 활동<br>09:10~10:10(60분)<br><b>신체(전체)</b><br>실버체조-김제체육회<br>10:20~10:50(30분)(외)<br><b>인지(전체)</b> 스토리텔링<br>14:10~15:10(60분) | <b>11</b><br><b>인지(전체)</b><br>쌀고 맞추기 활동<br>09:10~10:10(60분)<br><b>신체(전체)</b><br>놀이활동(울놀이)<br>10:20~10:50(30분)<br><b>인지(전체)</b><br>맞춤형프로그램-<br>인지음악<br>14:40~15:40(60분)(외)                    | <b>12</b><br><b>인지(전체)</b><br>쌀고 맞추기 활동<br>09:10~10:10(60분)<br><b>신체(전체)</b><br>실버체조-김제체육회<br>10:20~10:50(30분)(외)<br><b>사회(전체)</b> 종교활동<br>14:10~14:40(30분)<br><b>인지(전체)</b><br>맞춤형프로그램-<br>인지기구/블록<br>14:40~15:40(60분)(외)               | <b>13</b><br><b>사회(전체)</b><br>시네마 천국<br>10:30~11:10(40분)<br><b>신체(전체)</b><br>힘뇌체조 및 건강체조<br>14:00~14:30(30분)<br><b>인지(전체)</b><br>맞춤형프로그램-<br>인지미술<br>14:40~15:40(60분)(외)              | <b>14</b><br><b>신체(전체)</b><br>공놀이 활동<br>09:30~09:50(20분)<br><b>인지(전체)</b> 추억의 명가수<br>10:00~11:00(60분)<br><b>인지(전체)</b><br>맞춤형프로그램-<br>건강관리체험 활동<br>14:30~15:30(60분)(외)                    | <b>15</b><br><b>인지(전체)</b><br>쌀고 맞추기 활동<br>09:10~10:10(60분)<br><b>신체(전체)</b> 풍선라켓<br>10:20~10:50(30분)<br><b>인지(전체)</b> 인지훈련<br>(수수께끼,속담맞추기)<br>14:20~15:20(60분) |
| <b>17</b><br><b>인지(전체)</b><br>쌀고 맞추기 활동<br>09:10~10:10(60분)<br><b>신체(전체)</b><br>실버체조-김제체육회<br>10:20~10:50(30분)(외)<br><b>인지(전체)</b> 스토리텔링<br>14:10~15:10(60분) | <b>18</b><br><b>계약의 진료</b><br><b>인지(전체)</b><br>쌀고 맞추기 활동<br>09:10~10:10(60분)<br><b>신체(전체)</b><br>놀이활동(고리던지기)<br>10:20~10:50(30분)<br><b>인지(전체)</b><br>맞춤형프로그램-<br>인지음악<br>14:40~15:40(60분)(외) | <b>19</b><br><b>인지(전체)</b><br>쌀고 맞추기 활동<br>09:10~10:10(60분)<br><b>신체(전체)</b><br>실버체조-김제체육회<br>10:20~10:50(30분)(외)<br><b>사회(전체)</b> 종교활동<br>14:10~14:40(30분)<br><b>인지(전체)</b><br>맞춤형프로그램-<br>인지기구/블록<br>14:40~15:40(60분)(외)               | <b>20</b><br><b>사회(전체)</b> 시네마 천국<br>10:30~11:10(40분)<br><b>신체(전체)</b><br>힘뇌체조 및 건강체조<br>14:00~14:30(30분)<br><b>인지(전체)</b><br>맞춤형프로그램-<br>인지미술<br>14:40~15:40(60분)(외)                 | <b>21</b><br><b>신체(전체)</b><br>공놀이 활동<br>09:30~09:50(20분)<br><b>인지(전체)</b> 추억의 명가수<br>10:00~11:00(60분)<br><b>인지(전체)</b><br>맞춤형프로그램-<br>건강관리체험 활동<br>14:30~15:30(60분)(외)                    | <b>22</b><br><b>인지(전체)</b><br>쌀고 맞추기 활동<br>09:10~10:10(60분)<br><b>신체(전체)</b> 풍선라켓<br>10:20~10:50(30분)<br><b>인지(전체)</b><br>아트테라피(모자이크)<br>14:20~15:20(60분)       |
| <b>24</b><br><b>인지(전체)</b><br>쌀고 맞추기 활동<br>09:10~10:10(60분)<br><b>신체(전체)</b><br>실버체조-김제체육회<br>10:20~10:50(30분)(외)<br><b>인지(전체)</b> 스토리텔링<br>14:10~15:10(60분) | <b>25</b><br><b>사회적응훈련</b><br><b>인지(전체)</b><br>쌀고 맞추기 활동<br>09:10~10:10(60분)<br><b>신체(전체)</b> 놀이활동(다트)<br>10:20~10:50(30분)<br><b>인지(전체)</b><br>맞춤형프로그램-<br>인지음악<br>14:40~15:40(60분)(외)       | <b>26</b><br><b>인지(전체)</b><br>쌀고 맞추기 활동<br>09:10~10:10(60분)<br><b>신체(전체)</b><br>실버체조-김제체육회<br>10:20~10:50(30분)(외)<br><b>사회(전체)</b> 종교활동<br>14:10~14:40(30분)<br><b>인지(전체)</b><br>맞춤형프로그램-<br>인지기구/블록<br>14:40~15:40(60분)(외)               | <b>27</b><br><b>사회(전체)</b><br>시네마 천국<br>10:30~11:10(40분)<br><b>신체(전체)</b><br>힘뇌체조 및 건강체조<br>14:00~14:30(30분)<br><b>인지(전체)</b><br>맞춤형프로그램-<br>인지미술<br>14:40~15:40(60분)(외)              | <b>28</b><br><b>찾아오는문화마당</b><br><b>신체(전체)</b><br>공놀이 활동<br>09:30~09:50(20분)<br><b>인지(전체)</b> 추억의 명가수<br>10:00~11:00(60분)<br><b>인지(전체)</b><br>맞춤형프로그램-<br>건강관리체험 활동<br>14:30~15:30(60분)(외) | <b>29</b><br><b>인지(전체)</b><br>쌀고 맞추기 활동<br>09:10~10:10(60분)<br><b>신체(전체)</b> 풍선라켓<br>10:20~10:50(30분)<br><b>인지(전체)</b> 즐거운 컵타<br>14:20~15:20(60분)               |
| <b>31</b><br><b>인지(전체)</b><br>쌀고 맞추기 활동<br>09:10~10:10(60분)<br><b>신체(전체)</b><br>실버체조-김제체육회<br>10:20~10:50(30분)(외)<br><b>인지(전체)</b> 스토리텔링<br>14:10~15:10(60분) |                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                 |