

2026년 10월 프로그램 계획서

맴편한노인복지센터

(외) : 외부강사 , (자) : 자원봉사자

월요일	화요일	수요일	목요일	금요일	토요일
			1 사회적응 (전체) 시네마 천국 10:30~11:10(40분) 신체기능 (전체) 힘뇌체조 및 건강 체조 14:00~14:30(30분) 인지미술 (전체) 맞춤형프로그램- 인지미술 14:40~15:40(60분)(외)	2 사회적응 훈련 (전체) 지역행사참여하기 (김제 지평선축제 관람) 09:30~12:30(180분) 인지기능 (전체) 맞춤형프로그램- 건강관리체험 활동 14:30~15:30(60분)(외) 신체기능 (전체) 공놀이 활동 15:30~16:00(30분)	3 개천절 인지기능 (전체) 쌓고 맞추기 활동 09:10~10:10(60분) 신체기능 (전체) 풍선라켓 10:20~10:50(30분) 인지기능 (전체) 게임활동(화투놀이) 14:20~15:20(60분)
5 대체공휴일(10.3) 인지기능 (전체) 쌓고 맞추기 활동 09:10~10:10(60분) 신체기능 (전체) 실버체조-김제체육회 10:20~10:50(30분)(외) 인지기능 (전체) 스토리텔링 14:10~15:10(60분)	6 인지기능 (전체) 쌓고 맞추기 활동 09:10~10:10(60분) 신체기능 (전체) 놀이활동(미니볼링) 10:20~10:50(30분) 인지음악 (전체) 맞춤형프로그램- 인지음악 14:40~15:40(60분)(외)	7 인지기능 (전체) 쌓고 맞추기 활동 09:10~10:10(60분) 신체기능 (전체) 실버체조-김제체육회 10:20~10:50(30분)(외) 사회적응 (전체) 종교활동 14:10~14:40(30분) 인지교구/블록 (전체) 맞춤형프로그램- 인지교구/블록 14:40~15:40(60분)(외)	8 계약의 진료 사회적응 (전체) 시네마 천국 10:30~11:10(40분) 신체기능 (전체) 힘뇌체조 및 건강 체조 14:00~14:30(30분) 인지미술 (전체) 맞춤형프로그램- 인지미술 14:40~15:40(60분)(외)	9 한글날 신체기능 (전체) 공놀이 활동 09:30~09:50(20분) 인지음악 (전체) 추억의 명가수 10:00~11:00(60분) 인지기능 (전체) 맞춤형프로그램- 건강관리체험 활동 14:30~15:30(60분)(외)	10 인지기능 (전체) 쌓고 맞추기 활동 09:10~10:10(60분) 신체기능 (전체) 풍선라켓 10:20~10:50(30분) 인지기능 (전체) 인지플러스(색칠하기) 14:20~15:20(60분)
12 인지기능 (전체) 쌓고 맞추기 활동 09:10~10:10(60분) 신체기능 (전체) 실버체조-김제체육회 10:20~10:50(30분)(외) 인지기능 (전체) 스토리텔링 14:10~15:10(60분)	13 인지기능 (전체) 쌓고 맞추기 활동 09:10~10:10(60분) 신체기능 (전체) 놀이활동(웃놀이) 10:20~10:50(30분) 인지음악 (전체) 맞춤형프로그램- 인지음악 14:40~15:40(60분)(외)	14 인지기능 (전체) 쌓고 맞추기 활동 09:10~10:10(60분) 신체기능 (전체) 실버체조-김제체육회 10:20~10:50(30분)(외) 사회적응 (전체) 종교활동 14:10~14:40(30분) 인지교구/블록 (전체) 맞춤형프로그램- 인지교구/블록 14:40~15:40(60분)(외)	15 사회적응 (전체) 시네마 천국 10:30~11:10(40분) 신체기능 (전체) 힘뇌체조 및 건강 체조 14:00~14:30(30분) 인지미술 (전체) 맞춤형프로그램- 인지미술 14:40~15:40(60분)(외)	16 신체기능 (전체) 공놀이 활동 09:30~09:50(20분) 인지음악 (전체) 추억의 명가수 10:00~11:00(60분) 인지기능 (전체) 맞춤형프로그램- 건강관리체험 활동 14:30~15:30(60분)(외)	17 인지기능 (전체) 쌓고 맞추기 활동 09:10~10:10(60분) 신체기능 (전체) 풍선라켓 10:20~10:50(30분) 인지기능 (전체) 인지훈련 (수수께끼,속담맞추기) 14:20~15:20(60분)
19 인지기능 (전체) 쌓고 맞추기 활동 09:10~10:10(60분) 신체기능 (전체) 실버체조-김제체육회 10:20~10:50(30분)(외) 인지기능 (전체) 스토리텔링 14:10~15:10(60분)	20 인지기능 (전체) 쌓고 맞추기 활동 09:10~10:10(60분) 신체기능 (전체) 놀이활동(고리던지기) 10:20~10:50(30분) 인지음악 (전체) 맞춤형프로그램- 인지음악 14:40~15:40(60분)(외)	21 인지기능 (전체) 쌓고 맞추기 활동 09:10~10:10(60분) 신체기능 (전체) 실버체조-김제체육회 10:20~10:50(30분)(외) 사회적응 (전체) 종교활동 14:10~14:40(30분) 인지교구/블록 (전체) 맞춤형프로그램- 인지교구/블록 14:40~15:40(60분)(외)	22 계약의 진료 사회적응 (전체) 시네마 천국 10:30~11:10(40분) 신체기능 (전체) 힘뇌체조 및 건강 체조 14:00~14:30(30분) 인지미술 (전체) 맞춤형프로그램- 인지미술 14:40~15:40(60분)(외)	23 찾아오는문화마당 신체기능 (전체) 공놀이 활동 09:30~09:50(20분) 인지음악 (전체) 추억의 명가수 10:00~11:00(60분) 인지기능 (전체) 맞춤형프로그램- 건강관리체험 활동 14:30~15:30(60분)(외)	24 인지기능 (전체) 쌓고 맞추기 활동 09:10~10:10(60분) 신체기능 (전체) 풍선라켓 10:20~10:50(30분) 인지기능 (전체) 아트테라피(모자이크) 14:20~15:20(60분)
26 인지기능 (전체) 쌓고 맞추기 활동 09:10~10:10(60분) 신체기능 (전체) 실버체조-김제체육회 10:20~10:50(30분)(외) 인지기능 (전체) 스토리텔링 14:10~15:10(60분)	27 인지기능 (전체) 쌓고 맞추기 활동 09:10~10:10(60분) 신체기능 (전체) 놀이활동(다트) 10:20~10:50(30분) 인지음악 (전체) 맞춤형프로그램- 인지음악 14:40~15:40(60분)(외)	28 이미용봉사 인지기능 (전체) 쌓고 맞추기 활동 09:10~10:10(60분) 신체기능 (전체) 실버체조-김제체육회 10:20~10:50(30분)(외) 사회적응 (전체) 종교활동 14:10~14:40(30분) 인지교구/블록 (전체) 맞춤형프로그램- 인지교구/블록 14:40~15:40(60분)(외)	29 사회적응 (전체) 시네마 천국 10:30~11:10(40분) 신체기능 (전체) 힘뇌체조 및 건강 체조 14:00~14:30(30분) 인지 (전체) 색칠하기 14:40~15:40(60분)	30 신체기능 (전체) 공놀이 활동 09:30~09:50(20분) 인지음악 (전체) 추억의 명가수 10:00~11:00(60분) 인지기능 (전체) 맞춤형프로그램- 건강관리체험 활동 14:30~15:30(60분)(외)	31 인지기능 (전체) 쌓고 맞추기 활동 09:10~10:10(60분) 신체기능 (전체) 풍선라켓 10:20~10:50(30분) 인지기능 (전체) 인지훈련(치매예방퍼즐) 14:20~15:20(60분)