

2026년 8월 프로그램 일정표

1주	[기본프로그램] ※ 09:45 아침체조 ※ 10:05 건강차마시기 ※ 10:30 치매예방체조 (다함께 노래부르기)					1/토
11:00~12:00						교구활동
14:00~15:00						기타듀엣
15:00~16:00						공놀이/재활치료/족욕 이지워크 보행훈련
16:15~16:35						마무리체조
2주	3/월	4/화	5/수	6/목	7/금	8/토
11:00~12:00	인지활동지 (지남력)	인지활동지 (리멤버링북) (미용봉사)	해피바이러스 오카리나	인지활동지 (집중력)	인지활동지 (색칠하기)	교구활동
14:00~15:00	실버가요	행복공예	인지활동지 (계산력)	아코디언연주단	해바라기공연단	웃놀이
15:00~16:00	공놀이/재활치료/족욕 이지워크 보행훈련	공놀이/재활치료/족욕 이지워크 보행훈련	공놀이/재활치료/족욕 이지워크 보행훈련	공놀이/재활치료/족욕 이지워크 보행훈련	공놀이/재활치료/족욕 이지워크 보행훈련	공놀이/재활치료/족욕 이지워크 보행훈련
16:15~16:35	마무리체조	마무리체조	마무리체조	마무리체조	마무리체조	마무리체조
3주	10/월	11/화	12/수	13/목	14/금	15/토
11:00~12:00	인지활동지 (언어력)	인지활동지 (계산력)	음악레크교실	인지활동지 (시지각력)	인지활동지 (색칠하기)	교구활동
14:00~15:00	하모니카	시니어레크레이션	인지활동지 (집중력)	정통가요	국악교실(판소리)	볼링게임
15:00~16:00	공놀이/재활치료/족욕 이지워크 보행훈련	공놀이/재활치료/족욕 이지워크 보행훈련	공놀이/재활치료/족욕 이지워크 보행훈련	공놀이/재활치료/족욕 이지워크 보행훈련	공놀이/재활치료/족욕 이지워크 보행훈련	공놀이/재활치료/족욕 이지워크 보행훈련
16:15~16:35	마무리체조	마무리체조	마무리체조	마무리체조	마무리체조	마무리체조
4주	17/월	18/화	19/수	20/목	21/금	22/토
11:00~12:00	인지활동지 (계산력)	행복공예	인지활동지 (시지각력)	인지활동지 (집중력)	인지활동지 (색칠하기)	교구활동
14:00~15:00	실버가요	인지활동지 (언어력)	사회적응프로그램 (시장놀이)	유니슨색소폰	아코디언연주단	정평노래자랑
15:00~16:00	공놀이/재활치료/족욕 이지워크 보행훈련	공놀이/재활치료/족욕 이지워크 보행훈련	공놀이/재활치료/족욕 이지워크 보행훈련	공놀이/재활치료/족욕 이지워크 보행훈련	공놀이/재활치료/족욕 이지워크 보행훈련	공놀이/재활치료/족욕 이지워크 보행훈련
16:15~16:35	마무리체조	마무리체조	마무리체조	마무리체조	마무리체조	마무리체조
5주	24/월	25/화	26/수	27/목	28/금	22/토
11:00~12:00	인지활동지 (언어력)	인지활동지 (계산력)	음악레크교실	인지활동지 (시지각력)	인지활동지 (색칠하기)	교구활동
14:00~15:00	하모니카	시니어레크레이션	인지활동지 (집중력)	정통가요	국악교실(판소리)	콩주머니던지기
15:00~16:00	공놀이/재활치료/족욕 이지워크 보행훈련	공놀이/재활치료/족욕 이지워크 보행훈련	공놀이/재활치료/족욕 이지워크 보행훈련	공놀이/재활치료/족욕 이지워크 보행훈련	공놀이/재활치료/족욕 이지워크 보행훈련	공놀이/재활치료/족욕 이지워크 보행훈련
16:15~16:35	마무리체조	마무리체조	마무리체조	마무리체조	마무리체조	마무리체조
6주	31/월	건강한 노후! 행복한 인생! 정평실버 복지센터!				
11:00~12:00	인지활동지 (계산력)					
14:00~15:00	뽕망치대결					
15:00~16:00	공놀이/재활치료/족욕 이지워크 보행훈련					
16:15~16:35	마무리체조					

※위 프로그램은 사정에 의해 변경될 수 있습니다.