

2024년 10월 가정통신문

•10월 11일 : 건강검진 측정의 날

•10월 26일 : 논개예술단공연

***10월1일, 10월3일, 10월9일 사랑나눔 정상등원하는 날 ***

독감예방접종안내 : 10월16일예정

<사랑나눔 프로그램 안내>

프로그램 명	횟수	활동내용
웃음치료수업	4회	노인요가,인지미술활동프로그램,웃음치료활동
노래외부수업	4회	노래신곡배우기수업,소고놀이,가사배우기,노래활동
진주시체육회	3회	다양한 노래를 통해 노인체육활동
레크외부수업	4회	각종 교구를 통한 레크레이션(몸움직이기)활동
논개예술단	1회	국악, 장구, 춤사위, 가곡 등을 통한 공연 활동
요리활동	1회	분기1회 각 계절별 요리만들기 활동
노인체육수업	4회	하하 웃으며 신나는 교구와 동작체조 운동 활동

어르신들의 센터 생활 모습 영상은 사랑나눔데이케어센터 밴드에서 확인하실 수 있습니다.

<목욕 일정 안내> 어르신들께서 인원이 많은 관계로 요일별로 이틀에 걸쳐 (수,목요일-여자어르신 / 금요일-남자어르신) 목욕을 진행합니다. 확인부탁드립니다.

<지난 9월의 일정 추억사진>



미인도



슬링



2024년 10월 프로그램 일정표

2024년 10월 / 기본형

사랑나눔데이케어센터

(외) : 외부강사 , (자) : 자원봉사자

일요일	월요일	화요일	수요일	목요일	금요일	토요일
		1 임시공휴일 신체(전체) 밴드운동 10:00~10:40(40분) 인지(전체) 맞춤노래외부수업 11:00~12:00(60분)(외) 인지(전체) 인지기능활동프로그램 13:30~14:30(60분) 인지(B) 인지활동형프로그램 14:40~15:40(60분)	2 신체(전체) 노래체조운동 10:30~10:50(20분) 인지(전체) 맞춤웃음치료수업 11:00~12:00(60분)(외) 기타(전체) 자원봉사프로그램 13:30~14:30(60분)(자) 인지(B) 인지활동형프로그램 14:40~15:40(60분)	3 개천절 신체(전체) 20분의자운동 10:30~10:50(20분) 인지(전체) 인지기능활동프로그램 11:00~12:00(60분) 인지(B) 인지활동형프로그램 13:30~14:30(60분) 기타(전체) 자원봉사프로그램 14:40~15:20(40분)(자)	4 신체(전체) 밴드운동 10:30~10:50(20분) 신체(전체) 맞춤레크외부수업 11:00~12:00(60분)(외) 신체(전체) 신체여가프로그램 13:30~14:30(60분) 인지(B) 인지활동형프로그램 14:40~15:40(60분)	5 신체(전체) 치매예방운동 10:30~10:50(20분) 신체(전체) 노인체육활동 11:00~12:00(60분)(외) 인지(전체) 인지기능활동프로그램 13:30~14:30(60분) 인지(B) 인지활동형프로그램 14:40~15:40(60분)
6	7 신체(전체) 밴드운동 10:30~10:50(20분) 신체(전체) 슬링운동 11:00~12:00(60분) 인지(전체) 맞춤웃음치료수업 13:30~14:30(60분)(외) 인지(B) 인지활동형프로그램 14:40~15:40(60분)	8 기타(전체) 진주시체육회 10:00~10:40(40분)(외) 인지(전체) 맞춤노래외부수업 11:00~12:00(60분)(외) 신체(전체) 신체활동프로그램 13:30~14:30(60분) 인지(B) 인지활동형프로그램 14:40~15:40(60분)	9 한글날 신체(전체) 노래체조운동 10:30~10:50(20분) 신체(전체) 슬링운동 11:00~12:00(60분) 기타(전체) 자원봉사프로그램 13:30~14:30(60분)(자) 인지(B) 인지활동형프로그램 14:40~15:40(60분)	10 신체(전체) 20분의자운동 10:30~10:50(20분) 인지(전체) 인지기능활동프로그램 11:00~12:00(60분) 인지(B) 인지활동형프로그램 13:30~14:30(60분) 기타(전체) 자원봉사프로그램 14:40~15:20(40분)(자)	11 신체(전체) 밴드운동 10:30~10:50(20분) 신체(전체) 맞춤레크외부수업 11:00~12:00(60분)(외) 인지(전체) 인지기능활동프로그램 13:30~14:30(60분) 인지(B) 인지활동형프로그램 14:40~15:40(60분)	12 신체(전체) 치매예방운동 10:30~10:50(20분) 신체(전체) 노인체육활동 11:00~12:00(60분)(외) 신체(전체) 신체활동프로그램 13:30~14:30(60분) 인지(B) 인지활동형프로그램 14:40~15:40(60분)
13	14 신체(전체) 밴드운동 10:30~10:50(20분) 신체(전체) 슬링운동 11:00~12:00(60분) 인지(전체) 인지기능활동프로그램 13:30~14:30(60분) 인지(B) 인지활동형프로그램 14:40~15:40(60분)	15 기타(전체) 진주시체육회 10:00~10:40(40분)(외) 인지(전체) 맞춤노래외부수업 11:00~12:00(60분)(외) 신체(전체) 신체활동프로그램 13:30~14:30(60분) 인지(B) 인지활동형프로그램 14:40~15:40(60분)	16 기타(전체) 접종 10:30~10:50(20분) 신체(전체) 슬링운동 11:00~12:00(60분) 기타(전체) 자원봉사프로그램 13:30~14:30(60분)(자) 인지(B) 인지활동형프로그램 14:40~15:40(60분)	17 신체(전체) 20분의자운동 10:30~10:50(20분) 인지(전체) 인지기능활동프로그램 11:00~12:00(60분) 인지(B) 인지활동형프로그램 13:30~14:30(60분) 기타(전체) 자원봉사프로그램 14:40~15:20(40분)(자)	18 신체(전체) 밴드운동 10:30~10:50(20분) 신체(전체) 맞춤레크외부수업 11:00~12:00(60분)(외) 신체(전체) 신체여가프로그램 13:30~14:30(60분) 인지(B) 인지활동형프로그램 14:40~15:40(60분)	19 신체(전체) 치매예방운동 10:30~10:50(20분) 신체(전체) 노인체육활동 11:00~12:00(60분)(외) 인지(전체) 인지기능활동프로그램 13:30~14:30(60분) 인지(B) 인지활동형프로그램 14:40~15:40(60분)
20	21 신체(전체) 밴드운동 10:30~10:50(20분) 신체(전체) 슬링운동 11:00~12:00(60분) 인지(전체) 맞춤웃음치료수업 13:30~14:30(60분)(외) 인지(B) 인지활동형프로그램 14:40~15:40(60분)	22 기타(전체) 진주시체육회 10:00~10:40(40분)(외) 인지(전체) 맞춤노래외부수업 11:00~12:00(60분)(외) 신체(전체) 신체활동프로그램 13:30~14:30(60분) 인지(B) 인지활동형프로그램 14:40~15:40(60분)	23 신체(전체) 노래체조운동 10:30~10:50(20분) 신체(전체) 슬링운동 11:00~12:00(60분) 기타(전체) 자원봉사프로그램 13:30~14:30(60분)(자) 인지(B) 인지활동형프로그램 14:40~15:40(60분)	24 신체(전체) 20분의자운동 10:30~10:50(20분) 인지(전체) 인지기능활동프로그램 11:00~12:00(60분) 인지(B) 인지활동형프로그램 13:30~14:30(60분) 기타(전체) 자원봉사프로그램 14:40~15:20(40분)(자)	25 신체(전체) 밴드운동 10:30~10:50(20분) 신체(전체) 맞춤레크외부수업 11:00~12:00(60분)(외) 인지(전체) 인지미술활동프로그램 13:30~14:30(60분) 인지(B) 인지활동형프로그램 14:40~15:40(60분)	26 신체(전체) 치매예방운동 10:30~10:50(20분) 신체(전체) 노인체육활동 11:00~12:00(60분)(외) 기타(전체) 자원봉사프로그램 13:30~14:30(60분)(자) 인지(B) 인지활동형프로그램 14:40~15:40(60분)

27	<p>28</p> <p>신체(전체) 밴드운동 10:30~10:50(20분)</p> <p>신체(전체) 슬링운동 11:00~12:00(60분)</p> <p>인지(전체) 맞춤웃음치료수업 13:30~14:30(60분)(외)</p> <p>인지(B) 인지활동형프로그램 14:40~15:40(60분)</p>	<p>29</p> <p>기타(전체) 진주시체육회 10:00~10:40(40분)(외)</p> <p>인지(전체) 맞춤노래외부수업 11:00~12:00(60분)(외)</p> <p>사회(전체) 요리활동프로그램 13:30~14:30(60분)</p> <p>인지(B) 인지활동형프로그램 14:40~15:40(60분)</p>	<p>30</p> <p>신체(전체) 노래체조운동 10:30~10:50(20분)</p> <p>신체(전체) 슬링운동 11:00~12:00(60분)</p> <p>기타(전체) 자원봉사프로그램 13:30~14:30(60분)(자)</p> <p>인지(B) 인지활동형프로그램 14:40~15:40(60분)</p>	<p>31</p> <p>신체(전체) 20분의자운동 10:30~10:50(20분)</p> <p>인지(전체) 인지기능활동프로그램 11:00~12:00(60분)</p> <p>인지(B) 인지활동형프로그램 13:30~14:30(60분)</p> <p>기타(전체) 자원봉사프로그램 14:40~15:20(40분)(자)</p>		
----	--	---	--	---	--	--