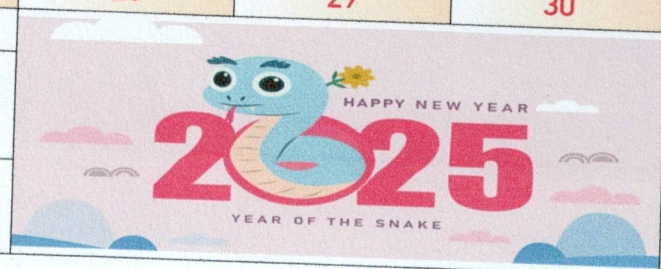


2025년 01월 프로그램 계획표

★ 인지훈련 프로그램 : 집중력 활동, 지남력 활동, 기억력 활동, 미술활동, 음악활동, 시지각능력 활동
사고능력 활동, 회상활동, 시청각교육 등

★ 신체활동 프로그램 : 맨손체조, 노인건강체조, 힘뇌체조, 세라밴드 운동
컵쌓기/블록쌓기, 볼링, 다트 던지기, 게이트볼, 윷놀이, 미니농구게임, 발양궁 등

★ 사회적응 프로그램 : 야외나들이, 시장보기, 관공서 견학, 세상뉴스 전하기, 가족사진보고 이야기하기 등

일	월	화	수	목	금	토
			1	2	3	4
10:30~11:30			건강체조	목욕서비스	목욕서비스	건강체조
인지요법 14:30~15:30			달력만들기	목욕서비스 시청각교육 (영화,TV시청등)	도형개수 알아보기	손 마사지
신체기능 15:40~16:10			윷놀이		발 양궁	윷놀이
5	6	7	8	9	10	11
10:30~11:30	건강체조	건강체조	건강체조	목욕서비스	목욕서비스	건강체조
인지요법 14:30~15:30	모자이크	주어진색으로 색칠하기	회상활동 (사진보며 이야기)	목욕서비스 시청각교육 (영화,TV시청등)	미로찾기	웃음치료
신체기능 15:40~16:10	고리던지기	낚시	게이트볼		청기백기	다트던지기
12	13	14	15	16	17	18
10:30~11:30	건강체조	건강체조	건강체조	목욕서비스	목욕서비스	건강체조
인지요법 14:30~15:30	동화책 읽어주기	칠교놀이 이미용봉사	걱정일랑 인형 만들기	목욕서비스 시청각교육 (영화,TV시청등)	숨은그림찾기	인지활동 (페트병으로 노래부르기)
신체기능 15:40~16:10	도미노게임 /블록쌓기	비석치기	풍선 테니스		미니농구	윷놀이
19	20	21	22	23	24	25
10:30~11:30	건강체조	건강체조	건강체조	목욕서비스	목욕서비스	건강체조
인지요법 14:30~15:30	동화책 읽어주기	만다라 색칠하기	퍼즐맞추기	목욕서비스 시청각교육 (영화,TV시청등)	다른그림찾기	요리활동 (강정만들기)
신체기능 15:40~16:10	미니볼링	신문지 투호	종이컵으로 탁구공유키기		물통 출당기기	윷놀이
26	27	28	29	30	31	
10:30~11:30	건강체조				건강체조	
인지요법 14:30~15:30	같은그림 잇기				따라 그리기	
신체기능 15:40~16:10	계란판 공넣기				보자기 배구	

- 프로그램일정은 주간보호센터 상황 및 여건에 의해 변경될 수 있습니다. -



북부노인주간보호센터 (055-942-2226)