

프로그램 운영일정

2026년 10월 / 간략형

동구인지재활주간보호센터

(외) : 외부강사 , (자) : 자원봉사자

일요일	월요일	화요일	수요일	목요일	금요일	토요일
				1 09:00~10:00 건강, 위생 관리, 기본동작훈련 10:00~10:30 (신)-힘뇌체조 10:30~11:30 (인)-색칠, 퍼즐 13:30~14:30 장구난타-외부 15:00~15:30 세상뉴스전하기	2 09:00~10:00 건강, 위생 관리, 기본동작훈련 10:00~10:30 (신)-힘뇌체조 10:30~11:30 (인)-색칠, 퍼즐 13:30~14:30 근력체조-외부 14:30~15:30 (신)-외부 산책	3 개천절 09:00~10:00 건강, 위생 관리, 기본동작훈련 10:00~10:30 (신)-힘뇌체조 10:30~11:30 (인)-색칠, 퍼즐 13:30~14:30 (인) 인지활동워크북 15:00~15:30 물리치료
4 10:00~10:30 (신)-힘뇌체조 10:30~11:30 (인)-색칠, 퍼즐 11:30~12:30 건강, 위생 관리, 기본동작훈련 13:00~13:30 물리치료	5 대체공휴일(10.3) 09:00~10:00 건강, 위생 관리, 기본동작훈련 10:00~10:30 (신)-힘뇌체조 10:30~11:30 (인)-색칠, 퍼즐 13:30~14:30 웃음치료-외부 15:00~15:30 (신)-동구체육회 신체기능의 훈련	6 09:00~10:00 건강, 위생 관리, 기본동작훈련 10:00~10:30 (신)-힘뇌체조 10:30~11:30 (인)-색칠, 퍼즐 13:30~14:30 인지미술 - 외부 15:00~15:30 물리치료	7 09:00~10:00 건강, 위생 관리, 기본동작훈련 10:00~10:30 (신)-힘뇌체조 10:30~11:30 (인)-색칠, 퍼즐 13:30~14:30 (인) 인지활동워크북 14:30~15:30 (신)-외부 산책	8 09:00~10:00 건강, 위생 관리, 기본동작훈련 10:00~10:30 (신)-힘뇌체조 10:30~11:30 (인)-색칠, 퍼즐 13:30~14:30 인지킵타-외부 15:00~15:30 세상뉴스전하기	9 한글날 09:00~10:00 건강, 위생 관리, 기본동작훈련 10:00~10:30 (신)-힘뇌체조 10:30~11:30 (인)-색칠, 퍼즐 13:30~14:30 (인) 인지활동워크북 14:30~15:30 (신)-외부 산책	10 09:00~10:00 건강, 위생 관리, 기본동작훈련 10:00~10:30 (신)-힘뇌체조 10:30~11:30 (인)-색칠, 퍼즐 13:30~14:30 (인) 인지활동워크북 15:00~15:30 물리치료
11 10:00~10:30 (신)-힘뇌체조 10:30~11:30 (인)-색칠, 퍼즐 11:30~12:30 건강, 위생 관리, 기본동작훈련 13:00~13:30 물리치료	12 09:00~10:00 건강, 위생 관리, 기본동작훈련 10:00~10:30 (신)-힘뇌체조 10:30~11:30 (인)-색칠, 퍼즐 13:30~14:30 실버체조-외부 15:00~15:30 (신)-동구체육회 신체기능의 훈련	13 09:00~10:00 건강, 위생 관리, 기본동작훈련 10:00~10:30 (신)-힘뇌체조 10:30~11:30 (인)-색칠, 퍼즐 13:30~14:30 (인) 인지활동워크북 15:00~15:30 물리치료	14 09:00~10:00 건강, 위생 관리, 기본동작훈련 10:00~10:30 (신)-힘뇌체조 10:30~11:30 (인)-색칠, 퍼즐 13:30~14:30 (인) 인지활동워크북 14:30~15:30 (신)-외부 산책	15 09:00~10:00 건강, 위생 관리, 기본동작훈련 10:00~10:30 (신)-힘뇌체조 10:30~11:30 (인)-색칠, 퍼즐 13:30~14:30 리듬스틱-외부 15:00~15:30 세상뉴스전하기	16 09:00~10:00 건강, 위생 관리, 기본동작훈련 10:00~10:30 (신)-힘뇌체조 10:30~11:30 (인)-색칠, 퍼즐 13:30~14:30 가요교실-외부 14:30~15:30 (신)-외부 산책	17 09:00~10:00 건강, 위생 관리, 기본동작훈련 10:00~10:30 (신)-힘뇌체조 10:30~11:30 (인)-색칠, 퍼즐 13:30~14:30 (인) 인지활동워크북 15:00~15:30 물리치료
18 10:00~10:30 (신)-힘뇌체조 10:30~11:30 (인)-색칠, 퍼즐 11:30~12:30 건강, 위생 관리, 기본동작훈련 13:00~13:30 물리치료	19 09:00~10:00 건강, 위생 관리, 기본동작훈련 10:00~10:30 (신)-힘뇌체조 10:30~11:30 (인)-색칠, 퍼즐 13:30~14:30 손가락웃음난타-외부 15:00~15:30 (신)-동구체육회 신체기능의 훈련	20 09:00~10:00 건강, 위생 관리, 기본동작훈련 10:00~10:30 (신)-힘뇌체조 10:30~11:30 (인)-색칠, 퍼즐 13:30~14:30 (인) 인지활동워크북 15:00~15:30 물리치료	21 09:00~10:00 건강, 위생 관리, 기본동작훈련 10:00~10:30 (신)-힘뇌체조 10:30~11:30 (인)-색칠, 퍼즐 13:30~14:30 (인) 인지활동워크북 14:30~15:30 (신)-외부 산책	22 09:00~10:00 건강, 위생 관리, 기본동작훈련 10:00~10:30 (신)-힘뇌체조 10:30~11:30 (인)-색칠, 퍼즐 13:30~14:30 청기백기-외부 15:00~15:30 세상뉴스전하기	23 09:00~10:00 건강, 위생 관리, 기본동작훈련 10:00~10:30 (신)-힘뇌체조 10:30~11:30 (인)-색칠, 퍼즐 13:30~14:30 인지미술 - 외부 14:30~15:30 (신)-외부 산책	24 09:00~10:00 건강, 위생 관리, 기본동작훈련 10:00~10:30 (신)-힘뇌체조 10:30~11:30 (인)-색칠, 퍼즐 13:30~14:30 (인) 인지활동워크북 15:00~15:30 물리치료
25 10:00~10:30 (신)-힘뇌체조 10:30~11:30 (인)-색칠, 퍼즐 11:30~12:30 건강, 위생 관리, 기본동작훈련 13:00~13:30 물리치료	26 09:00~10:00 건강, 위생 관리, 기본동작훈련 10:00~10:30 (신)-힘뇌체조 10:30~11:30 (인)-색칠, 퍼즐 13:30~14:30 웃음치료-외부 15:00~15:30 (신)-동구체육회 신체기능의 훈련	27 09:00~10:00 건강, 위생 관리, 기본동작훈련 10:00~10:30 (신)-힘뇌체조 10:30~11:30 (인)-색칠, 퍼즐 13:30~14:30 국악체조-외부 15:00~15:30 물리치료	28 09:00~10:00 건강, 위생 관리, 기본동작훈련 10:00~10:30 (신)-힘뇌체조 10:30~11:30 (인)-색칠, 퍼즐 13:30~14:30 (인) 인지활동워크북 14:30~15:30 (신)-외부 산책	29 09:00~10:00 건강, 위생 관리, 기본동작훈련 10:00~10:30 (신)-힘뇌체조 10:30~11:30 (인)-색칠, 퍼즐 13:30~14:30 가요교실-외부 15:00~15:30 세상뉴스전하기	30 09:00~10:00 건강, 위생 관리, 기본동작훈련 10:00~10:30 (신)-힘뇌체조 10:30~11:30 (인)-색칠, 퍼즐 13:30~14:30 놀이P/G-외부 14:30~15:30 (신)-외부 산책	31 09:00~10:00 건강, 위생 관리, 기본동작훈련 10:00~10:30 (신)-힘뇌체조 10:30~11:30 (인)-색칠, 퍼즐 13:30~14:30 (인) 인지활동워크북 15:00~15:30 물리치료