

프로그램 운영일정

2026년 03월 / 기본형

영종하늘주간보호센터

(외) : 외부강사 , (자) : 자원봉사자

일요일	월요일	화요일	수요일	목요일	금요일	토요일
1 삼일절	2 대체공휴일(3.1절) 신체(전체) 걷기와 스트레칭 10:00~10:30(30분) 인지(전체) 미술교실 10:30~11:30(60분) 인지(전체) 색칠교실 14:00~15:00(60분)	3 신체(전체) 걷기와 스트레칭 10:00~10:30(30분) 인지(전체) 색칠교실 10:30~11:30(60분) 인지(전체) 색칠교실 14:00~15:00(60분) 신체(전체) 게임교실 15:10~16:10(60분)	4 신체(전체) 걷기와 스트레칭 10:00~10:30(30분) 인지(전체) 웃음치료 10:30~11:30(60분)(외) 인지(전체) 미술교실 14:00~15:00(60분) 인지(전체) 특화프로그램 15:10~16:10(60분)	5 신체(전체) 걷기와 스트레칭 10:00~10:30(30분) 인지(전체) 색칠교실 10:30~11:30(60분) 인지(전체) 숫자계산하기 14:00~15:00(60분) 신체(전체) 노인건강체조 15:10~16:10(60분)(외)	6 신체(전체) 걷기와 스트레칭 10:00~10:30(30분) 인지(전체) 색칠교실 10:30~11:30(60분) 인지(전체) 색칠교실 14:00~15:00(60분) 인지(전체) 영상 시청 15:10~16:10(60분)	7 신체(전체) 걷기와 스트레칭 10:00~10:30(30분) 인지(전체) 색칠교실 10:30~11:30(60분) 인지(전체) 색칠교실 14:00~15:00(60분)
8	9 신체(전체) 걷기와 스트레칭 10:00~10:30(30분) 인지(전체) 미술교실 10:30~11:30(60분) 인지(전체) 미술교실 14:00~15:00(60분) 신체(전체) 노인건강체조 15:10~16:10(60분)(외)	10 신체(전체) 걷기와 스트레칭 10:00~10:30(30분) 인지(전체) 인지수업시간 10:30~11:30(60분)(자) 인지(전체) 미술교실 14:00~15:00(60분) 인지(전체) 색칠교실 15:10~16:10(60분)	11 신체(전체) 걷기와 스트레칭 10:00~10:30(30분) 인지(전체) 웃음치료 10:30~11:30(60분)(외) 인지(전체) 숫자계산하기 14:00~15:00(60분) 인지(전체) 특화프로그램 15:10~16:10(60분)	12 신체(전체) 걷기와 스트레칭 10:00~10:30(30분) 인지(전체) 미술교실 10:30~11:30(60분) 인지(전체) 미술교실 14:00~15:00(60분) 신체(전체) 노인건강체조 15:10~16:10(60분)(외)	13 신체(전체) 걷기와 스트레칭 10:00~10:30(30분) 인지(전체) 웃음치료 10:30~11:30(60분)(외) 신체(전체) 산책 14:00~15:00(60분) 인지(전체) 미술교실 15:10~16:10(60분)	14 신체(전체) 걷기와 스트레칭 10:00~10:30(30분) 인지(전체) 미술교실 10:30~11:30(60분) 인지(전체) 미술교실 14:00~15:00(60분)
15	16 신체(전체) 걷기와 스트레칭 10:00~10:30(30분) 인지(전체) 미술교실 10:30~11:30(60분) 인지(전체) 미술교실 14:00~15:00(60분) 신체(전체) 노인건강체조 15:10~16:10(60분)(외)	17 신체(전체) 걷기와 스트레칭 10:00~10:30(30분) 인지(전체) 미술교실 10:30~11:30(60분) 신체(전체) 산책 14:00~15:00(60분) 인지(전체) 노래교실 15:10~16:10(60분)	18 신체(전체) 걷기와 스트레칭 10:00~10:30(30분) 인지(전체) 웃음치료 10:30~11:30(60분)(외) 인지(전체) 미술교실 14:00~15:00(60분) 인지(전체) 특화프로그램 15:10~16:10(60분)	19 신체(전체) 걷기와 스트레칭 10:00~10:30(30분) 인지(전체) 미술교실 10:30~11:30(60분) 신체(전체) 산책 14:00~15:00(60분) 신체(전체) 노인건강체조 15:10~16:10(60분)(외)	20 신체(전체) 걷기와 스트레칭 10:00~10:30(30분) 인지(전체) 웃음치료 10:30~11:30(60분)(외) 인지(전체) 미술교실 14:00~15:00(60분) 인지(전체) 미술교실 15:10~16:10(60분)	21 신체(전체) 걷기와 스트레칭 10:00~10:30(30분) 인지(전체) 미술교실 10:30~11:30(60분) 인지(전체) 미술교실 14:00~15:00(60분)
22	23 신체(전체) 걷기와 스트레칭 10:00~10:30(30분) 인지(전체) 미술교실 10:30~11:30(60분) 신체(전체) 산책 14:00~15:00(60분) 신체(전체) 노인건강체조 15:10~16:10(60분)(외)	24 신체(전체) 걷기와 스트레칭 10:00~10:30(30분) 인지(전체) 미술교실 10:30~11:30(60분) 사회(전체) 소방대피훈련및 재난대응교육 14:00~15:00(60분) 인지(전체) 미술교실 15:10~16:10(60분)	25 신체(전체) 걷기와 스트레칭 10:00~10:30(30분) 인지(전체) 웃음치료 10:30~11:30(60분)(외) 인지(전체) 미술교실 14:00~15:00(60분) 인지(전체) 특화프로그램 15:10~16:10(60분)	26 신체(전체) 걷기와 스트레칭 10:00~10:30(30분) 인지(전체) 미술교실 10:30~11:30(60분) 신체(전체) 신체 측정 14:00~15:00(60분) 신체(전체) 노인건강체조 15:10~16:10(60분)(외)	27 신체(전체) 걷기와 스트레칭 10:00~10:30(30분) 인지(전체) 웃음치료 10:30~11:30(60분)(외) 인지(전체) 미술교실 14:00~15:00(60분) 인지(전체) 미술교실 15:10~16:10(60분)	28 신체(전체) 걷기와 스트레칭 10:00~10:30(30분) 인지(전체) 미술교실 10:30~11:30(60분) 인지(전체) 미술교실 14:00~15:00(60분)
29	30 신체(전체) 걷기와 스트레칭 10:00~10:30(30분) 인지(전체) 미술교실 10:30~11:30(60분) 인지(전체) 미술교실 14:00~15:00(60분) 신체(전체) 노인건강체조 15:10~16:10(60분)(외)	31 신체(전체) 걷기와 스트레칭 10:00~10:30(30분) 인지(전체) 웃음치료 10:30~11:30(60분)(외) 인지(전체) 미술교실 14:00~15:00(60분) 인지(전체) 미술교실 15:10~16:10(60분)				