

2026년 07월 월간 프로그램(주간)

시간	일	월	화	수	목	금	토
프로그램번호				1 1,2,4	2 1,2,4	3 1,2,3	4 1,2,3
09:30~10:30				오늘의 뉴스&회상활동	오늘의 뉴스&회상활동	오늘의 뉴스&회상활동	오늘의 뉴스&회상활동
10:30~11:30				치매예방체조&건강박수	치매예방체조&건강박수	치매예방체조&건강박수	치매예방체조&건강박수
13:30~14:30							
15:00~16:00				신체-실버신체놀이(맞춤) 강사 - 김일한	신체 - 신체플러스활동 (맞춤) 강사 - 김니은	인지-실버인지놀이(맞춤) 강사 - 방해숙	인지 - 인지교구활동 (맞춤) 강사 - 이대승
프로그램번호	5 8	6 1,2,4,9	7 1,2,3	8 1,2,4	9 1,2,4	10 1,2,3	11 1,2,3
09:30~10:30	자유활동	오늘의 뉴스&회상활동	오늘의 뉴스&회상활동	오늘의 뉴스&회상활동	오늘의 뉴스&회상활동	오늘의 뉴스&회상활동	오늘의 뉴스&회상활동
10:30~11:30		치매예방체조&건강박수	치매예방체조&건강박수	치매예방체조&건강박수	치매예방체조&건강박수	치매예방체조&건강박수	치매예방체조&건강박수
13:30~14:30		여가-화투 및 퍼즐맞추기					
15:00~16:00		신체 - 레크레이션	인지 - 미술 활동	신체-실버신체놀이(맞춤) 강사 - 김일한	신체 - 신체플러스활동 (맞춤) 강사 - 김니은	인지-실버인지놀이(맞춤) 강사 - 방해숙	인지 - 인지교구활동 (맞춤) 강사 - 이대승
프로그램번호	12 8	13 1,2,4,9	14 1,2,3	15 1,2,4	16 1,2,4	17 1,2,3	18 1,2,3
09:30~10:30	자유활동	오늘의 뉴스&회상활동	오늘의 뉴스&회상활동	오늘의 뉴스&회상활동	오늘의 뉴스&회상활동	오늘의 뉴스&회상활동	오늘의 뉴스&회상활동
10:30~11:30		치매예방체조&건강박수	치매예방체조&건강박수	치매예방체조&건강박수	치매예방체조&건강박수	치매예방체조&건강박수	치매예방체조&건강박수
13:30~14:30		여가-화투 및 퍼즐맞추기					
15:00~16:00		신체 - 레크레이션	인지 - 미술 활동	신체-실버신체놀이(맞춤) 강사 - 김일한	신체 - 신체플러스활동 (맞춤) 강사 - 김니은	인지-실버인지놀이(맞춤) 강사 - 방해숙	인지 - 인지교구활동 (맞춤) 강사 - 이대승
프로그램번호	19 8	20 1,2,4,9	21 1,2,3	22 1,2,4	23 1,2,4	24 1,2,3	25 1,2,3
09:30~10:30	자유활동	오늘의 뉴스&회상활동	오늘의 뉴스&회상활동	오늘의 뉴스&회상활동	오늘의 뉴스&회상활동	오늘의 뉴스&회상활동	오늘의 뉴스&회상활동
10:30~11:30		치매예방체조&건강박수	치매예방체조&건강박수	치매예방체조&건강박수	치매예방체조&건강박수	치매예방체조&건강박수	치매예방체조&건강박수
13:30~14:30		여가-화투 및 퍼즐맞추기					
15:00~16:00		신체 - 레크레이션	인지 - 미술 활동	신체-실버신체놀이(맞춤) 강사 - 김일한	신체 - 신체플러스활동 (맞춤) 강사 - 김니은	인지-실버인지놀이(맞춤) 강사 - 방해숙	인지 - 인지교구활동 (맞춤) 강사 - 이대승
프로그램번호	26 8	27 1,2,4,9	28 1,2,3	29 1,2,4,9	30 1,2,4,9	31 1,2,3	
09:30~10:30	자유활동	오늘의 뉴스&회상활동	오늘의 뉴스&회상활동	오늘의 뉴스&회상활동	오늘의 뉴스&회상활동	오늘의 뉴스&회상활동	
10:30~11:30		치매예방체조&건강박수	치매예방체조&건강박수	치매예방체조&건강박수	치매예방체조&건강박수	치매예방체조&건강박수	
13:30~14:30		여가-화투 및 퍼즐맞추기					
15:00~16:00		신체 - 레크레이션	인지 - 미술 활동	신체 - 율동체조	신체 - 신체건강체조	인지 - 워크북	

신체활동 주3
인지활동 주3
여가활동 주1

사회적응 분기1
가족참여 반기1
특화활동

외부강사 월 16회

* 매일하는 프로그램은 어르신건강관련 * 가족참여는 반기에 1번씩, 무조건 내방으로 ! * 맞춤프로그램은 매월 가족참여 필수(가족상담으로 대처)