

프로그램 운영일정

2025년 06월 / 기본형

시흥동행주간보호센터

(외) : 외부강사 , (자) : 자원봉사자

일요일	월요일	화요일	수요일	목요일	금요일	토요일
1	2 신체(전체) 건강체조 10:00~10:30(30분) 인지(전체) 계절활동지 10:30~11:30(60분) 기타(전체) 시니어실버놀이 14:00~15:00(60분)(외) 인지(전체) 그때 그 시절에는 15:00~16:00(60분)	3 대통령선거 신체(전체) 건강체조 10:00~10:30(30분) 인지(전체) 계절활동지 10:30~11:30(60분) 기타(전체) 아트별미술 14:00~15:00(60분)(외) 신체(전체) 신체기능의 훈련 15:00~16:00(60분)	4 신체(전체) 건강체조 10:00~10:30(30분) 인지(전체) 그때 그 시절에는 10:30~11:30(60분) 기타(전체) 실버스포츠 14:00~15:00(60분)(외) 인지(전체) 나는 ○○○입니다 15:00~16:00(60분)	5 신체(전체) 건강체조 10:00~10:30(30분) 인지(전체) 계절활동지 10:30~11:30(60분) 기타(전체) 시니어올림픽놀이 14:00~15:00(60분)(외) 인지(전체) 그때 그 맛 15:00~16:00(60분)	6 현충일 신체(전체) 건강체조 10:00~10:30(30분) 인지(전체) 계절활동지 10:30~11:30(60분) 신체(전체) 신체기능의 훈련 14:00~15:00(60분) 인지(전체) 똑같은 모양 찾아 만들기 15:00~16:00(60분)	7 신체(전체) 건강체조 10:00~10:30(30분) 인지(전체) 그때 그 시절에는 10:30~11:30(60분) 사회(전체) 달빛이야기극장 보 고 주제에 맞는 그림 색칠하기 13:00~16:00(180분)
8	9 신체(전체) 건강체조 10:00~10:30(30분) 인지(전체) 계절활동지 11:00~12:00(60분) 신체(전체) 신체기능의 훈련 14:00~15:00(60분) 인지(전체) 똑같은 모양 찾아 만들기 15:00~16:00(60분)	10 신체(전체) 건강체조 10:00~10:30(30분) 인지(전체) 계절활동지 11:00~12:00(60분) 기타(전체) 아트별미술 14:00~15:00(60분)(외) 인지(전체) 계절활동지 15:00~16:00(60분)	11 신체(전체) 건강체조 10:00~10:30(30분) 인지(전체) 계절활동지 10:00~12:00(120분) 기타(전체) 실버스포츠 14:00~15:00(60분)(외) 인지(전체) 그때 그 시절에는 15:00~16:00(60분)	12 신체(전체) 건강체조 10:00~10:30(30분) 인지(전체) 나는 ○○○입니다 11:00~12:00(60분) 기타(전체) 시니어올림픽놀이 14:00~15:00(60분)(외) 인지(전체) 계절활동지 15:00~16:00(60분)	13 신체(전체) 건강체조 10:00~10:30(30분) 인지(전체) 계절활동지 11:00~12:00(60분) 기타(전체) 아트별미술 14:00~15:00(60분)(외) 신체(전체) 신체기능의 훈련 15:00~16:00(60분)	14 신체(전체) 건강체조 10:00~10:30(30분) 인지(전체) 계절활동지 10:30~11:30(60분) 사회(전체) 달빛이야기극장 보 고 주제에 맞는 그림 색칠하기 14:00~16:00(120분)
15	16 신체(전체) 건강체조 10:00~10:30(30분) 인지(전체) 계절활동지 10:30~11:30(60분) 기타(전체) 시니어실버놀이 14:00~15:00(60분)(외) 인지(전체) 그때 그 시절에는 15:00~16:00(60분)	17 신체(전체) 건강체조 10:00~10:30(30분) 인지(전체) 계절활동지 10:30~11:30(60분) 기타(전체) 아트별미술 14:00~15:00(60분)(외) 인지(전체) 똑같은 모양 찾아 만들기 15:00~16:00(60분)	18 신체(전체) 건강체조 10:00~10:30(30분) 인지(전체) 계절활동지 10:30~11:30(60분) 기타(전체) 실버스포츠 14:00~15:00(60분)(외) 인지(전체) 그때 그 시절에는 15:00~16:00(60분)	19 신체(전체) 건강체조 10:00~10:30(30분) 인지(전체) 계절활동지 10:30~11:30(60분) 기타(전체) 시니어올림픽놀이 14:00~15:00(60분)(외) 신체(전체) 신체기능의 훈련 15:00~16:00(60분)	20 신체(전체) 건강체조 10:00~10:30(30분) 인지(전체) 계절활동지 10:30~11:30(60분) 인지(전체) 똑같은 모양 찾아 만들기 14:00~15:00(60분) 신체(전체) 신체기능의 훈련 15:00~16:00(60분)	21 신체(전체) 건강체조 10:00~10:30(30분) 인지(전체) 계절활동지 10:30~11:30(60분) 사회(전체) 달빛이야기극장 보 고 주제에 맞는 그림 색칠하기 14:00~16:00(120분)
22	23 신체(전체) 건강체조 10:00~10:30(30분) 인지(전체) 계절활동지 10:30~11:30(60분) 기타(전체) 시니어실버놀이 14:00~15:00(60분)(외) 인지(전체) 그때 그 맛 15:00~16:00(60분)	24 신체(전체) 건강체조 10:00~10:30(30분) 인지(전체) 계절활동지 10:30~11:30(60분) 기타(전체) 아트별미술 14:00~15:00(60분)(외) 신체(전체) 신체기능의 훈련 15:00~16:00(60분)(외)	25 신체(전체) 건강체조 10:00~10:30(30분) 인지(전체) 계절활동지 10:30~11:30(60분) 기타(전체) 실버스포츠 14:00~15:00(60분)(외) 인지(전체) 그때 그 시절에는 15:00~16:00(60분)	26 신체(전체) 건강체조 10:00~10:30(30분) 인지(전체) 계절활동지 10:30~11:30(60분) 기타(전체) 시니어올림픽놀이 14:00~15:00(60분)(외) 인지(전체) 그때 그 시절에는 15:00~16:00(60분)	27 신체(전체) 건강체조 10:00~10:30(30분) 인지(전체) 계절활동지 10:30~11:30(60분) 신체(전체) 신체기능의 훈련 14:00~15:00(60분)(외) 인지(전체) 똑같은 모양 찾아 만들기 15:00~16:00(60분)	28 신체(전체) 건강체조 10:00~10:30(30분) 인지(전체) 계절활동지 10:30~11:30(60분) 사회(전체) 달빛이야기극장 보 고 주제에 맞는 그림 색칠하기 14:00~16:00(120분)

30
신체(전체) 건강체조
10:00~10:30(30분)
인지(전체) 계절활동지
10:30~11:30(60분)
기타(전체) 시니어실버놀이
14:00~15:00(60분)(외)
인지(전체) 그때 그 맛
15:00~16:00(60분)