# 프로그램 운영일정

2021.07 / 기본형

**수호천사노인전문요양원**

(외) : 외부강사 , (자) : 자원봉사자

| 일요일 | 월요일 | 화요일 | 수요일 | 목요일 | 금요일 | 토요일 |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | 1<br>**기타(전체)** 건강체크 – 혈압, 맥박, 체온, 체중 등<br>09:10~10:10(60분)<br>**기타(전체)** 신체기본동작, 일상생활동작훈련<br>11:00~11:30(30분)<br>**인지(전체)** 실버미술<br>15:30~16:30(60분) | 2<br>**기타(전체)** 건강체크 – 혈압, 맥박, 체온, 체중 등<br>09:10~10:10(60분)<br>**기타(전체)** 신체기본동작, 일상생활동작훈련<br>11:00~11:30(30분)<br>**기타(전체)** 레크레이션–실버<br>14:00~15:00(60분) | 3<br>**기타(전체)** 건강체크 – 혈압, 맥박, 체온, 체중 등<br>09:10~10:10(60분)<br>**기타(전체)** 신체기본동작, 일상생활동작훈련<br>11:00~11:30(30분)<br>**인지(전체)** 사회적응훈련<br>15:00~16:00(60분) |
| 4<br>**기타(전체)** 건강체크 – 혈압, 맥박, 체온, 체중 등<br>09:10~10:10(60분)<br>**기타(전체)** 신체기본동작, 일상생활동작훈련<br>11:00~11:30(30분)<br>**여가(전체)** TV 시청<br>19:00~21:00(120분) | 5<br>**기타(전체)** 건강체크 – 혈압, 맥박, 체온, 체중 등<br>09:10~10:10(60분)<br>**기타(전체)** 신체기본동작, 일상생활동작훈련<br>11:00~11:30(30분)<br>**기타(전체)** 인지, 신체 – 실버체조(외부강사)<br>15:00~16:00(60분) | 6<br>**기타(전체)** 건강체크 – 혈압, 맥박, 체온, 체중 등<br>09:10~10:10(60분)<br>**기타(전체)** 신체기본동작, 일상생활동작훈련<br>11:00~11:30(30분)<br>**인지(전체)** 인지,정서 –심리상담(종교활동)<br>14:00~15:00(60분) | 7<br>**기타(전체)** 건강체크 – 혈압, 맥박, 체온, 체중 등<br>09:10~10:10(60분)<br>**기타(전체)** 신체기본동작, 일상생활동작훈련<br>11:00~11:30(30분)<br>**인지(전체)** 만다라, 만들기(종이 접기)<br>15:00~16:00(60분) | 8<br>**기타(전체)** 건강체크 – 혈압, 맥박, 체온, 체중 등<br>09:10~10:10(60분)<br>**기타(전체)** 신체기본동작, 일상생활동작훈련<br>11:00~11:30(30분)<br>**인지(전체)** 실버미술<br>15:30~16:30(60분) | 9<br>**기타(전체)** 건강체크 – 혈압, 맥박, 체온, 체중 등<br>09:10~10:10(60분)<br>**기타(전체)** 신체기본동작, 일상생활동작훈련<br>11:00~11:30(30분)<br>**기타(전체)** 레크레이션–실버<br>14:00~15:00(60분) | 10<br>**기타(전체)** 건강체크 – 혈압, 맥박, 체온, 체중 등<br>09:10~10:10(60분)<br>**기타(전체)** 신체기본동작, 일상생활동작훈련<br>11:00~11:30(30분)<br>**인지(전체)** 사회적응훈련<br>15:00~16:00(60분) |
| 11<br>**기타(전체)** 건강체크 – 혈압, 맥박, 체온, 체중 등<br>09:10~10:10(60분)<br>**기타(전체)** 신체기본동작, 일상생활동작훈련<br>11:00~11:30(30분)<br>**여가(전체)** TV 시청<br>19:00~21:00(120분) | 12<br>**기타(전체)** 건강체크 – 혈압, 맥박, 체온, 체중 등<br>09:10~10:10(60분)<br>**기타(전체)** 신체기본동작, 일상생활동작훈련<br>11:00~11:30(30분)<br>**기타(전체)** 인지, 신체 – 실버체조(외부강사)<br>15:00~16:00(60분) | 13<br>**기타(전체)** 건강체크 – 혈압, 맥박, 체온, 체중 등<br>09:10~10:10(60분)<br>**기타(전체)** 신체기본동작, 일상생활동작훈련<br>11:00~11:30(30분)<br>**인지(전체)** 인지,정서 –심리상담(종교활동)<br>14:00~15:00(60분) | 14<br>**기타(전체)** 건강체크 – 혈압, 맥박, 체온, 체중 등<br>09:10~10:10(60분)<br>**기타(전체)** 신체기본동작, 일상생활동작훈련<br>11:00~11:30(30분)<br>**인지(전체)** 만다라, 만들기(종이 접기)<br>15:00~16:00(60분) | 15<br>**기타(전체)** 건강체크 – 혈압, 맥박, 체온, 체중 등<br>09:10~10:10(60분)<br>**기타(전체)** 신체기본동작, 일상생활동작훈련<br>11:00~11:30(30분)<br>**인지(전체)** 실버미술<br>15:30~16:30(60분) | 16<br>**기타(전체)** 건강체크 – 혈압, 맥박, 체온, 체중 등<br>09:10~10:10(60분)<br>**기타(전체)** 신체기본동작, 일상생활동작훈련<br>11:00~11:30(30분)<br>**기타(전체)** 레크레이션–실버<br>14:00~15:00(60분) | 17<br>**기타(전체)** 건강체크 – 혈압, 맥박, 체온, 체중 등<br>09:10~10:10(60분)<br>**기타(전체)** 신체기본동작, 일상생활동작훈련<br>11:00~11:30(30분)<br>**인지(전체)** 사회적응훈련<br>15:00~16:00(60분) |
| 18<br>**기타(전체)** 건강체크 – 혈압, 맥박, 체온, 체중 등<br>09:10~10:10(60분)<br>**기타(전체)** 신체기본동작, 일상생활동작훈련<br>11:00~11:30(30분)<br>**여가(전체)** TV 시청<br>19:00~21:00(120분) | 19<br>**기타(전체)** 건강체크 – 혈압, 맥박, 체온, 체중 등<br>09:10~10:10(60분)<br>**기타(전체)** 신체기본동작, 일상생활동작훈련<br>11:00~11:30(30분)<br>**기타(전체)** 인지, 신체 – 실버체조(외부강사)<br>15:00~16:00(60분) | 20<br>**기타(전체)** 건강체크 – 혈압, 맥박, 체온, 체중 등<br>09:10~10:10(60분)<br>**기타(전체)** 신체기본동작, 일상생활동작훈련<br>11:00~11:30(30분)<br>**인지(전체)** 인지,정서 –심리상담(종교활동)<br>14:00~15:00(60분) | 21<br>**기타(전체)** 건강체크 – 혈압, 맥박, 체온, 체중 등<br>09:10~10:10(60분)<br>**기타(전체)** 신체기본동작, 일상생활동작훈련<br>11:00~11:30(30분)<br>**인지(전체)** 만다라, 만들기(종이 접기)<br>15:00~16:00(60분) | 22<br>**기타(전체)** 건강체크 – 혈압, 맥박, 체온, 체중 등<br>09:10~10:10(60분)<br>**기타(전체)** 신체기본동작, 일상생활동작훈련<br>11:00~11:30(30분)<br>**인지(전체)** 실버미술<br>15:30~16:30(60분) | 23<br>**기타(전체)** 건강체크 – 혈압, 맥박, 체온, 체중 등<br>09:10~10:10(60분)<br>**기타(전체)** 신체기본동작, 일상생활동작훈련<br>11:00~11:30(30분)<br>**기타(전체)** 레크레이션–실버<br>14:00~15:00(60분) | 24<br>**기타(전체)** 건강체크 – 혈압, 맥박, 체온, 체중 등<br>09:10~10:10(60분)<br>**기타(전체)** 신체기본동작, 일상생활동작훈련<br>11:00~11:30(30분)<br>**인지(전체)** 사회적응훈련<br>15:00~16:00(60분) |

| 25 | 26 | 27 | 28 | 29 | 30 | 31 |
|---|---|---|---|---|---|---|
| **기타(전체)** 건강체크 - 혈압, 맥박, 체온, 체중 등<br>09:10~10:10(60분)<br>**기타(전체)** 신체기본동작, 일상생활동작훈련<br>11:00~11:30(30분)<br>**여가(전체)** TV 시청<br>19:00~21:00(120분) | **기타(전체)** 건강체크 - 혈압, 맥박, 체온, 체중 등<br>09:10~10:10(60분)<br>**기타(전체)** 신체기본동작, 일상생활동작훈련<br>11:00~11:30(30분)<br>**기타(전체)** 인지, 신체 - 실버체조(외부강사)<br>15:00~16:00(60분) | **기타(전체)** 건강체크 - 혈압, 맥박, 체온, 체중 등<br>09:10~10:10(60분)<br>**기타(전체)** 신체기본동작, 일상생활동작훈련<br>11:00~11:30(30분)<br>**인지(전체)** 인지,정서 -심리상담(종교활동)<br>14:00~15:00(60분) | **기타(전체)** 건강체크 - 혈압, 맥박, 체온, 체중 등<br>09:10~10:10(60분)<br>**기타(전체)** 신체기본동작, 일상생활동작훈련<br>11:00~11:30(30분)<br>**인지(전체)** 만다라, 만들기(종이 접기)<br>15:00~16:00(60분) | **기타(전체)** 건강체크 - 혈압, 맥박, 체온, 체중 등<br>09:10~10:10(60분)<br>**기타(전체)** 신체기본동작, 일상생활동작훈련<br>11:00~11:30(30분)<br>**인지(전체)** 실버미술<br>15:30~16:30(60분) | **기타(전체)** 건강체크 - 혈압, 맥박, 체온, 체중 등<br>09:10~10:10(60분)<br>**기타(전체)** 신체기본동작, 일상생활동작훈련<br>11:00~11:30(30분)<br>**기타(전체)** 레크레이션-실버<br>14:00~15:00(60분) | **기타(전체)** 건강체크 - 혈압, 맥박, 체온, 체중 등<br>09:10~10:10(60분)<br>**기타(전체)** 신체기본동작, 일상생활동작훈련<br>11:00~11:30(30분)<br>**인지(전체)** 사회적응훈련<br>15:00~16:00(60분) |