

2019년 1월 프로그램

| 구분 | 월 | 화 | 수 | 목 | 금 | 토 |
|----|-----------------------------------------------------------------------------------|--------------------|--------------------------|--------------------|---------------------------------------------------------------------------------------|-------------------|
| | | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 오전 |  | 치매예방체조 | 국민체조 | 뇌신경체조 | 레크댄스 | 힘뇌체조 |
| 오후 | | 인지활동 (회상활동) | 건.습식손마사지 | 인지활동 (끝말잇기) | 건강쑥뜸 | 인지활동 (화투놀이) |
| | | 신체활동 (웃놀이) | 생신잔치 8899재능기부단 | 신체활동 (탱탱볼놀이) | 한소리풍물단 (김상동외) | 신체활동 (세라밴드) |
| | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 |
| 오전 | 힘뇌체조 | 치매예방체조 | 국민체조 | 뇌신경체조 | 레크댄스 | 힘뇌체조 |
| 오후 | 인지활동 (워크북) | 단전호흡 (양복조강사) | 건.습식손마사지 | 인지활동 (직물짜기) | 건강쑥뜸 | 인지활동 (공놀이) |
| | 웃음치료 (김지혜강사) | 상록봉사단 (배세원외) | 신체활동 (활쏘기) | 차차차봉사단 (문달웅외) | 아리랑색소폰 (송기일외) | 신체활동 (소고치기) |
| | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 |
| 오전 | 힘뇌체조 | 치매예방체조 | 국민체조 | 뇌신경체조 | 레크댄스 | 힘뇌체조 |
| 오후 | 인지활동 (워크북) | 단전호흡 (양복조강사) | 건.습식손마사지 | 인지활동 (스도쿠:숫자퍼즐) | 건강쑥뜸 | 인지활동 (색공놀이) |
| | 웃음치료 (김지혜강사) | 규방공예 (서영임외) | 나르샤음악공연 (윤희외) | 신체활동 (다트게임) | 마술공연 (이태준강사) | 신체활동 (캐스트네츠놀이) |
| | 21 | 22 | 23 | 24 | 25 | 26 |
| 오전 | 힘뇌체조 | 치매예방체조 | 국민체조 | 뇌신경체조 | 레크댄스 | 힘뇌체조 |
| 오후 | 인지활동 (워크북) | 단전호흡 (양복조강사) | 건.습식손마사지 | 인지활동 (수수께끼) | 건강쑥뜸 | 인지활동 (성냥개비놀이) |
| | 웃음치료 (김지혜강사) | 동래구노인복지관 | 재능기부 (김제일강사) | 신체활동 (게이트볼) | 재능기부 (김기영강사) | 신체활동 (스포츠스타킹) |
| | 28 | 29 | 30 | 31 |  | |
| 오전 | 힘뇌체조 | 치매예방체조 | 국민체조 | 뇌신경체조 | | |
| 오후 | 인지활동 (워크북) | 활력무 | 건.습식손마사지 | 인지활동 (색종이접기) | | |
| | 웃음치료 (김지혜강사) | 간호교육 (근골격계질환예방) | 요리활동 (만두빚기) | 음악활동 (노래자랑) | | |