

2026년 9월 1주 (8/31 ~ 9/4) 주간계획서

요일 시간	월 (31)	화 (1)	수 (2)	목 (3)	금 (4)
09:00~ 10:00	차량송영 및 등원지도, 일상생활적응 및 자립생활훈련				
10:00~ 11:30	다이어트운동	레벨UP스킬UP	편편스포츠	신나는노래방	문화활동 (송림아뜨렛길)
11:30 ~ 12:30	점심시간, 식생활관리, 위생관리				
	미역장국	잡곡밥	쌀밥	쌀밥	보리밥
	카레라이스	시래기된장국	소불고기두부찌개	참치김치찌개	냉콩국수
	치킨까스	오삼불고기	콩치캐김치찜	계란말이	연양식바싹불고기
	단무지	양배추찜/쌈장	미니돈까스/케찹	건새우볶음	볶음고추장
	방울토마토샐러드	감자떡조림	숙주나물	도라지무침	맛김가루/꿀떡
	김치/빅파이	김치	깍두기	김치	열무김치
12:30~ 14:00	자유시간, 일상생활훈련 및 자립생활훈련				
14:00~ 16:00	디지털플레이	레저스포츠활동	뮤직큐	한마음씨네마	숲치유
16:00~ 16:30	간식				
	요플레/비스킷	치즈볼	요구르트/빵	녹차/에이스	쌀과자
16:30~ 18:00	차량송영 및 하원지도, 자유선택활동				

<알려드립니다.>

1. 2026년 하반기 보호자 간담회 및 견학 안내합니다.

- 일시 : 2026년 9월 9일, 10:00~16:00
- 장소 : 연수허브단기보호센터(연수구 선학로 14, 2층)

2. 한마음씨네마 안내

- 일시 : 9/3(목), 오후
- 장소 : 도화CGV

※ 위 내용들은 센터 사정에 따라 변동될 수 있습니다.



제물포구장애인지용시설

* 센터 문의 전화 : 032-724-9501(내선 6번) / FAX) 032-724-9570 *

* 이용료 계좌 : 신한은행 100-031-699954, 예금주 : 제물포구장애인지용시설

* 후원계좌 : 신한은행 100-033-562317, 예금주 : 제물포구장애인지용시설