

2026년 6월 1주 (6/1 ~ 6/5) 주간계획서

요일 시간	월 (1)	화 (2)	수 (3)	목 (4)	금 (5)
09:00~ 10:00	차량송영 및 등원지도			일상생활적응 및 자립생활훈련	
10:00~ 11:30	다이어트운동	레벨UP!스킬UP!		신나는노래방	문화활동 (우리미술관)
11:30 ~ 12:30	점심시간, 식생활관리			위생관리	
	쌀밥	후리가케밥		쌀밥	쌀밥
	두부참치김치찌개	미니유부우동		복어해장국	콩나물국
	메추리알돈사태조림	치즈돈까스		닭볶음탕	고추장돈불고기
	미역줄기볶음	단무지		부추전	새우까스
	단호박튀김	볶음김치		도라지초무침	얼갈이나물
	김치	김자반		김치	김치
12:30~ 14:00	자유시간, 일상생활훈련			자립생활훈련	
14:00~ 16:00	디지털플레이	레저스포츠활동	아트스쿨	숲치유	
16:00~ 16:30	간식		간식		
	요구르트/스낵	초코바	율무차/찰보리빵	마가렛트	
16:30~ 18:00	차량송영 및 하원지도		자유선택활동		

< 알려드립니다. >

1. 6월 휴무 안내합니다.

- 일시 : 6/3(수) 2026 지방선거

2. 2026년 힐링캠프 안내합니다.

- 일시 : 2026.6.10.(수) ~ 12(금), 2박 3일

- 장소 : 강화도 일대

- 내용 : 다양한 문화 체험 프로그램(역사 문화 탐방, 전통시장 체험, 지역문화 체험 등)

- 참가비 : 1인 10만원

참가신청서에 서명하여 보내주시고 참가비는 이용료 계좌로 입금해 주시길 바랍니다.

* 위 내용들은 센터 사정에 따라 변동될 수 있습니다.



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

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

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