

2026년 7월 프로그램 시간표

세부/날짜			1	2	3
10:00~10:30			아침체조 (내부)	아침체조 (내부)	아침체조 (내부)
10:30~11:30			똑똑한두뇌교실 (외부)	실버체조 (외부)	종이접기 (외부)
14:00~15:00			웃음치료 (외부)	공작교실 (내부)	토탈인지 (내부)
15:30~16:30			세상뉴스전하기 (내부)	초성퀴즈 (내부)	밴드체조 (내부)

세부/날짜	6	7	8	9	10
10:00~10:30	아침체조 (내부)	아침체조 (내부)	아침체조 (내부)	아침체조 (내부)	아침체조 (내부)
10:30~11:30	토탈인지 (내부)	힐링색칠 (내부)	똑똑한두뇌교실 (외부)	실버체조 (외부)	종이접기 (외부)
14:00~15:00	음악치료 (외부)	인지놀이 (외부)	웃음치료 (외부)	공작교실 (내부)	토탈인지 (내부)
15:30~16:30	치매예방체조 (내부)	토탈인지 (내부)	건강체조 (내부)	초성퀴즈 (내부)	밴드체조 (내부)

세부/날짜	13	14	15	16	17
10:00~10:30	아침체조 (내부)	아침체조 (내부)	아침체조 (내부)	아침체조 (내부)	제한절
10:30~11:30	토탈인지 (내부)	힐링색칠 (내부)	똑똑한두뇌교실 (외부)	실버체조 (외부)	
14:00~15:00	음악치료 (외부)	인지놀이 (외부)	웃음치료 (외부)	공작교실 (내부)	
15:30~16:30	치매예방체조 (내부)	시니어빅밴드 (봉사)	건강체조 (내부)	초성퀴즈 (내부)	

세부/날짜	20	21	22	23	24
10:00~10:30	아침체조 (내부)	아침체조 (내부)	아침체조 (내부)	아침체조 (내부)	아침체조 (내부)
10:30~11:30	토탈인지 (내부)	힐링색칠 (내부)	똑똑한두뇌교실 (외부)	실버체조 (외부)	종이접기 (외부)
14:00~15:00	음악치료 (외부)	인지놀이 (외부)	웃음치료 (외부)	공작교실 (내부)	토탈인지 (내부)
15:30~16:30	치매예방체조 (내부)	시니어빅밴드 (봉사)	생신잔치 (내부)	초성퀴즈 (내부)	탈수예방교육

세부/날짜	27	28	29	30	31
10:00~10:30	아침체조 (내부)	아침체조 (내부)	아침체조 (내부)	아침체조 (내부)	아침체조 (내부)
10:30~11:30	토탈인지 (내부)	힐링색칠 (내부)	똑똑한두뇌교실 (외부)	실버체조 (외부)	종이접기 (외부)
14:00~15:00	음악치료 (외부)	인지놀이 (외부)	웃음치료 (외부)	공작교실 (내부)	토탈인지 (내부)
15:30~16:30	치매예방체조 (내부)	토탈인지 (내부)	건강체조 (내부)	초성퀴즈 (내부)	촉각볼운동 (내부)