

2026년 6월 민들레주간보호센터 프로그램일정표

프로그램유형		인지프로그램 신체프로그램 여가프로그램 사회적응프로그램 가족지지프로그램				
	월	화	수	목	금	토
1주차	1	2	3	4	5	6
10:00~10:30 10:30~11:30 14:00~15:00 15:10~16:00		기초체력운동 전래문화(외부강사) 튼튼실버체조(외부강사) 선택적활동	지방선거일	기초체력운동 인지활동(외부강사) 실버기구체조(외부강사) 선택적활동	기초체력운동 음악교실(외부강사) 사회적응(건강화폐바자회) 선택적활동	현충일
2주차	8	9	10	11	12	13
10:00~10:30 10:30~11:30 14:00~15:00 15:10~16:00	기초체력운동 인지활동(외부강사) 신나는놀이체조(외부강사) 선택적활동	기초체력운동 전래문화(외부강사) 튼튼실버체조(외부강사) 선택적활동	기초체력운동 수&인지교구(외부강사) 노래교실(자체) 선택적활동 생신잔치	기초체력운동 인지활동(외부강사) 실버기구체조(외부강사) 선택적활동	기초체력운동 음악교실(외부강사) 실버놀이체조(외부강사) 선택적활동	기초체력운동 인지활동(외부강사) 신체활동(볼링) 선택적활동
3주차	15	16	17	18	19	20
10:00~10:30 10:30~11:30 14:00~15:00 15:10~16:00	기초체력운동 미술활동(모루팔찌만들기) 신나는놀이체조(외부강사) 선택적활동	기초체력운동 인지활동(자체) 튼튼실버체조(외부강사) 선택적활동	기초체력운동 수&인지교구(외부강사) 노래교실(자체) 선택적활동 민들레치과 건강상담	기초체력운동 인지활동(외부강사) 실버기구체조(외부강사) 선택적활동	기초체력운동 음악교실(외부강사) 실버놀이체조(외부강사) 선택적활동	기초체력운동 인지활동(외부강사) 신체활동(골프) 선택적활동
4주차	22	23	24	25	26	27
10:00~10:30 10:30~11:30 14:00~15:00 15:10~16:00	기초체력운동 인지활동(외부강사) 신나는놀이체조(외부강사) 선택적활동	기초체력운동 전래문화(외부강사) 튼튼실버체조(외부강사) 선택적활동	기초체력운동 수&인지교구(외부강사) 노래교실(자체) 선택적활동	기초체력운동 인지활동(외부강사) 실버기구체조(외부강사) 선택적활동	기초체력운동 음악교실(외부강사) 실버놀이체조(외부강사) 선택적활동	기초체력운동 인지활동(외부강사) 신체활동(웃놀이) 선택적활동
5주차	29	30				
10:00~10:30 10:30~11:30 14:00~15:00 15:10~16:00	기초체력운동 인지활동(외부강사) 신나는놀이체조(외부강사) 선택적활동	기초체력운동 전래문화(외부강사) 튼튼실버체조(외부강사) 선택적활동				

* 기관 사정에 따라 프로그램이 변경될 수 있습니다.