

2025년 7월 프로그램 일정표

미소노인복지센터

1주차		01(화)	02(수)	03(목)	04(금)	05(토)
오전		힘뇌체조	인지미술 (강맹순)	농악(장구)놀이 (황해인)	리듬체력강화 (추외숙)	노인건강체조
오후		달력만들기	활기찬실버놀이 (이승국)	웃음치료	실버체조	영화감상
2주차	07(월)	08(화)	09(수)	10(목)	11(금)	12(토)
오전	두뇌훈련 (이혜경)	힘뇌체조	인지미술 (강맹순)	웃음치료	리듬체력강화 (추외숙)	어항 만들기
오후	팔팔건강체조	색칠하기	활기찬실버놀이 (이승국)	글씨따라 쓰기	실버체조	민속장구놀이 공연
3주차	14(월)	15(화)	16(수)	17(목)	18(금)	19(토)
오전	두뇌훈련 (이혜경)	힘뇌체조	인지미술 (강맹순)	농악(장구)놀이 (황해인)	리듬체력강화 (추외숙)	노인건강체조
오후	팔팔건강체조	반진고리 바구니 만들기	활기찬실버놀이 (이승국)	웃음치료	실버체조	영화감상
4주차	21(월)	22(화)	23(수)	24(목)	25(금)	26(토)
오전	두뇌훈련 (이혜경)	힘뇌체조	인지미술 (강맹순)	농악(장구)놀이 (황해인)	리듬체력강화 (추외숙)	노인건강체조
오후	팔팔건강체조	우리나라 속담 색칠하기	활기찬실버놀이 (이승국)	웃음치료	실버체조	토요노래자랑
5주차	28(월)	29(화)	30(수)	31(목)		
오전	두뇌훈련 (이혜경)	팔팔건강체조	숫자별로 색칠하기	농악(장구)놀이 (황해인)		
오후	팔팔건강체조	삼계탕 만들기	품바 공연	웃음치료		

* 센터 또는 강사 상황에 따라 일정이 변경될 수 있습니다.