

2026년 8월 프로그램 일정표

미소노인복지센터

1주차						01(토)
오전						노인건강체조
오후						토요노래자랑
2주차	03(월)	04(화)	05(수)	06(목)	07(금)	08(토)
오전	두뇌훈련 (이혜경)	힘뇌체조	인지미술 (강맹순)	농악(장구)놀이 (황해인)	리듬체력강화 (추외숙)	노인건강체조
오후	팔팔건강체조	달력만들기	활기찬실버놀이 (이승국)	웃음치료	실버체조	영화감상
3주차	10(월)	11(화)	12(수)	13(목)	14(금)	15(토)
오전	두뇌훈련 (이혜경)	힘뇌체조	인지미술 (강맹순)	농악(장구)놀이 (황해인)	리듬체력강화 (추외숙)	노인건강체조
오후	팔팔건강체조	협동화색칠하기	활기찬실버놀이 (이승국)	웃음치료	실버체조	토요노래자랑
4주차	17(월)	18(화)	19(수)	20(목)	21(금)	22(토)
오전	두뇌훈련 (이혜경)	힘뇌체조	인지미술 (강맹순)	농악(장구)놀이 (황해인)	리듬체력강화 (추외숙)	노인건강체조
오후	팔팔건강체조	색칠하기(바다)	활기찬실버놀이 (이승국)	웃음치료	실버체조	영화감상
5주차	24(월)	25(화)	26(수)	27(목)	28(금)	29(토)
오전	두뇌훈련 (이혜경)	힘뇌체조	인지미술 (강맹순)	농악(장구)놀이 (황해인)	리듬체력강화 (추외숙)	노인건강체조
오후	팔팔건강체조	돌하르방만들기	활기찬실버놀이 (이승국)	웃음치료	실버체조	토요노래자랑
5주차	31(월)					
오전	우리나라속담색칠하기					
오후	보이스피싱예방체험 (사회적응훈련)					

* 센터 또는 강사 상황에 따라 일정이 변경될 수 있습니다.