

그림책으로 만나는 나, 마음을 돌보는 시간

그림책으로 마음을 토크토크

2026년 6월 17일 ~ 6월 26일

매주 수·금요일 오전 10시

농소3동도서관 2층 다목적실



대상 50세 이상 지역주민 15명

강사 김경희(대구 책마실작은도서관 관장/독서치료강사)

내용 그림책 읽기와 체험활동을 통해 몸과 마음 돌보기

- 1차시 6/17(수) 손이 전하는 마음(손 그리기, 셀프 손마사지)
- 2차시 6/19(금) 그림책으로 배우는 돌봄(자화상 그리기, 스트레칭)
- 3차시 6/24(수) 내 인생의 오미, 오미!(오마자차 나눔, 삶의 경험 공유)
- 4차시 6/26(금) 내 삶을 바꾸는 그림책의 힘(향기카드 만들기, 삶의 다짐)
+ 시니어 북스타트 책꾸러미(그림책2권, 워크북) 증정

신청 2026년 5월 21일 (목) 10:00 ~ 마감 시
북구 구립도서관 누리집(행사신청), 전화 및 방문 신청

문의 농소3동도서관(052-241-7440)

