



내인^{*}잇다. 수유

수유1동 마을관리사회적협동조합 소식지

2024. 06.



수유1동 마을관리사회적협동조합 소식지 6월호

6월호 주요 내용

특집 기사 “수다, 은빛마당 첫 돌잔치”

‘모두가 주인공인 행사’, 덕분에 돌을 맞이했어요!

수유은빛마당 ‘술가락난타반’

‘술가락은 힐링을 주는 악기’

모락 이후 ‘모락을 품은 은빛’

여전히 씩씩~ 발랄~ 청소년 활동

6월 요모조모 조합 & 마을 소식

무료영화상영, 수다식당사업팀 장가르기 모임,
성신여대인문학컨퍼런스 등

7월 프로그램 미리 보기



우리조합의 후원자가 되어 주세요.

여러분들의 관심과 응원으로
수유1동 주민들의 마음, 삶 그리고 동네가
아름답게 바뀌 집니다.

후원계좌
신협 131-021-495303
(수유1동마을관리사회적협동조합)

수유1동 마을관리사회적협동조합사무실

전 화 : 02-980-0715

이메일 : suyucoop@gmail.com

주 소 : 서울시 강북구 삼양로77길 62,3층

수다, 은빛마당 개관 1주년 '첫 돌잔치'- 1년 성장일기

2023년 5월 21일 수유은빛마당 오픈식

2023년 6월 17일 수다, 은빛마당 개관식/ 마을사랑방 '수다카페 오픈

2023년 10월 16일 수다, 은빛마당 무상사용 및 수익허가

2023년 12월 2일 후원의 날 '은빛수다가 모락모락'

2024년 6월 29일 수다, 은빛마당 개관 1주년 기념행사

은빛 교실, 수다 생생배움터

통기타, 라인댄스, 장구교실, 탁구교실, 요가, 몸살림, 숲가락난타, 기초영어교실 등

공간 대관!

주민, 지역단체, 학교, 강북구 보건소 등
다양한 사업과 활동을 품은 수다와 은빛

밥상공동체 '수다키친' 사업

황금식당/ 김치, 반찬판매/ 장담기/ 어린이 방학요리 프로그램 등

지역과 함께! 연대 및 협력 사업

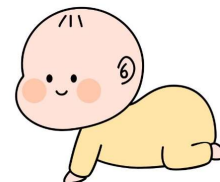
월요노인밥상, 무료영화상영, 노인문화제
성신여대인문도시강좌, 강북마을 소팔아마을키우기
빨래골연극잔치, 수다카네이션데이, 강북구청 동네배움터
삼양주민연대 중장년사업, 사회적경제지원센터 연계 프로그램 등

수다 입주 단체 '두잇수다'

강북fm, 너나들이, 놀멍쉬멍, 빨래골유랑단

전국 곳곳 제주에서도 수다, 은빛으로 **탐방**했어요~

(15개 단체 및 모임, 200명 이상)



수다, 은빛마당 개관 1주년 '첫 돌잔치' 시작!



빨래골마을사랑방 수다, 수유은빛마당 개관 1주년 기념행사

수다, 은빛마당 첫돌잔치

11시-12시
기념식, 축하공연

돌잔치, 길놀이
어린이/빨래골유량단 장구
통기타 공연 등

12시-14시
수다식당
열무국수 판매

200인분 한정
1그릇 5천원

14시-16시
수다 체험프로그램

방송, 목공
보드, 탁구, 공예 등

11시-16시
벼룩시장
은빛전시회

완장, 수유수제맥주, 수다식당 상품 등/
어반스케치, 행복한도자기 작품 전시 등

첫 돌을 맞이한 수다, 은빛마당 재롱보러 놀러오세요^^

2024년 6월 29일 토요일 오전 11시-오후4시
빨래골마을사랑방 수다(삼양로 77길 62) 수유은빛마당 (인수봉로 30길 32-33)

- # 수다카페, 은빛카페 운영, 음료 등 할인 이벤트 진행.
- # 벼룩시장에서 판매할 물품 기부 받습니다.
수익금은 지역단체 후원과 조합 운영에 사용됩니다.
- # 돌떡 백설기 준비를 위해 십시일반 쌀을 수다카페에서 모으고 있습니다.

내인잇.수유 수유1동마을관리사회적협동조합 (02-980-0715)

수다, 은빛마당 개관 1주년 기념 행사

돌잔치 떡 십시일반 쌀 모으기

수유1동 도시재생사업으로 만들어진 주민공동이용시설인
수다, 은빛마당이 건강하게 개관 1주년을 맞이했습니다.
조합원, 지역주민과 단체들의 사랑과 응원 덕분에.

돌잔치 떡을 준비하는데 십시일반 쌀을 모아
앞으로 시간들을 더욱 의미있게 만들어 가려고 합니다.
작은 쌀 공기 알아서도 충분합니다.

돌떡은 행사당일인 6/29(토)에 지역어르신 등 주민들께 드립니다.

수유1동마을관리사회적협동조합 02-980-0715



감사합니다.
쌀독 안에 담아주세요^^

무려^^ 4차례의
행사 기획, 준비회의 진행

*

조합원, 주민이
함께 준비하고 참여하는
모두가 주인공인 행사!
서로 감사하고
넉넉히 나누는 행사!

수다, 은빛마당 개관 1주년 '첫 돌잔치'-길놀이

수다 장구교실팀의 흥겨운 길놀이가

수다, 은빛마당 첫 돌잔치의

시작을 알리며 수유1동 골목이 들썩거립니다.

수다, 은빛마당, 수유일공원까지 신명나게 한바탕 돌고
다시 수다건물 앞으로 당도하니 축하객들의 박수와 춤이
함께 어우러지며 **드뎌 개봉 박두!!^^**

행사 길놀이

수다 장구교실팀



행사시작 시간이 되어가자 수다극장 객석에
축하손님들이 꽉 들어찼습니다.

벼룩시장, 점심식당, 전시회 등 다양한 행사 준비를 맡은
조합원, 주민들은 객석에 같이 하지 못해 아쉬웠지만
같은 시간 서로를 응원하는 기운 느껴졌습니다. 파이팅!!



수다, 은빛마당 개관 1주년 '첫 돌잔치'- 기념식 및 돌잡이

1년 동안의 성장과정을 담은 활동 영상을 함께 보고

박경희 이사장님의 인사와

여러 축하객들의 소개, 인사가 이어졌구요.

“조합원들 스스로 도시재생사업을 성공적으로 열어가며
자치와 자립을 실천해가는 마을조합은 강북구뿐만 아니
라 전국적으로도 유일하다.”며 축하객 중 한분이
덕담과 축하의 인사를 나눠주셨습니다.

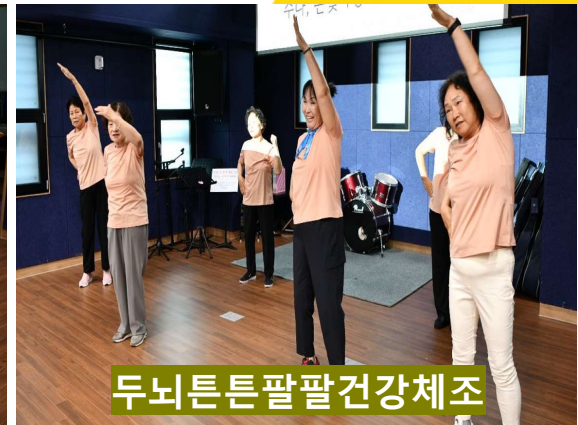
으쓱으쓱^^



박종귀 선생님이 진행하신 돌잡이행사에선
이사장님의 실타래 잡기를 시작으로
여러 손님들께서 엽전과 마패 등을 거머 잡아
한 살배기 수다 조합이 5살, 10살까지도
무탈하게 무병장수하고 풍요롭기를 기원했습니다.

수다, 은빛마당 개관 1주년 '첫 돌잔치'- 어울림 축하잔치

돌잡이 행사 후에 이어진 **어울림 축하잔치**는
문화와 예술분야까지도 강북구를 접수하겠다는 자신감이 느껴질 정도로
그동안 수다 생생배움터 등에서 같고 닮은 기량을 주민들이 맘껏 펼쳐 점점 더 흥을 돋우었습니다



수다, 은빛마당 개관 1주년 '첫 돌잔치'-수다식당 운영/ 돌떡 나눔

돌잔치에 빠질 수 없는 것 바로 떡과 국수
(앗! 국수는 결혼식에서 먹는 거였나요?
그러거나 말거나 맛있으면 OK!!)

조합원, 주민들이 십시일반 모은 60kg 쌀로
만든 300개의 백설기를 나누었어요~



~ * ^ ~ *
그리고 수다식당 사업팀에서는
점심식당을 운영해
열무국수를 판매했습니다.

1그릇 5천원 # 공연출연진과 행사 진행팀은 공짜~~

행사를 위해 며칠 전부터 수다식당 사업팀 박점심 조합원은
열무김치를 만드느라 '열일'하셨어요~
맛있게 먹어주는 사람들이 있으면 힘들어도 재밌다고 하세요~



수다, 은빛마당 개관 1주년 '첫 돌잔치' - 은빛마당 전시

기초영어교실



수업 참여자들의 영어노트

캘리그래피 작품

참여자 대부분

동네 어르신이세요~

처음 영어를 배우시는 분들의

감동과 정성이 느껴져 전시를

보는 사람들에게

울림을 주었습니다.



행복한 도자기

우리 조합원이자
도자기 작가님이신
인정심선생님의
도자기 작품



공연과 더불어 수다와 은빛마당 곳곳에서
다채롭고 풍성한 체험과 전시를 볼 수 있었어요.
단순한 이벤트성 행사가 아닌
조합원들이 성취감을 느끼고
1년 동안 훌륭히 해냈다는 자긍심을 갖고
새로운 목표를 계획하는 자리가 되는
값진 시간이었습니다.

수다, 은빛마당 개관 1주년 '첫 돌잔치' - 은빛마당 전시

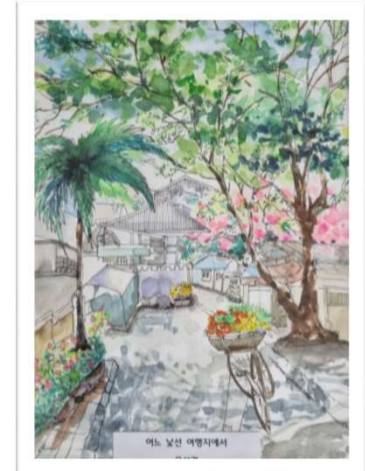
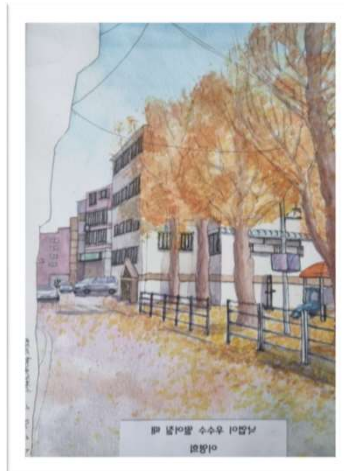
어반스케치

강북구청과 협력 진행한 수다 동네배움터
'어반스케치' 수업 작품도 전시했어요.

수업에 참여하신 주민분들이
흔쾌히 작품을 전시에 내주셨어요~
관람 오신 분들은 은빛카페에 반하고
작품에도 반하셨습니다.



↑ 윤정선 님께서 조합에 기증해 주신 작품
수다 건물 입구에 있어요~



은빛카페는 이번 전시를 계기로 지역주민들에게 좀더 가까이 다가가는

마을 갤러리로 공간대관 등을 활발히 진행할 계획입니다. (대관문의: 02-982-0710)

수다, 은빛마당 개관 1주년 '돌잔치- 벼룩시장, 체험프로그램 등

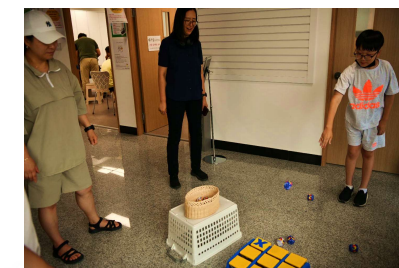
수다카페와 은빛카페 운영

벼룩시장 (수다식당 먹거리/ 자원순환협동조합 환장/ 수유수제맥주 등)



체험프로그램

탁구교실 / 라디오방송체험 / 놀명쉬멍 보드게임 / 큐빅 그림톡만들기
악어키링만들기 등 공예품 만들기/ 목공버닝으로 냄비받침대 만들기



수다, 은빛마당 개관 1주년 '첫 돌잔치' - 고마운 분들

스페셜 땡스 투

먼저 길을 터준

모락, 환장, 수유수제맥주, 함수목공소

그리고 조합원, 주민

생생배움터 강사님

두잇 수다 단체, 선생님들

늘 곳은 일 마다하지 않는 임직원

보람일자리, 노인일자리 선생님

벼룩시장 판매물품 기부해주신 분들

김미숙 (마스크 등)

윤정현 (등산가방 등)

두루두루배움터 (드립퍼 등)

인정심 (도자기 100여점)

안희경 (옷 등)

정훈 (컵 등)

박영진 (보드게임 6종)

홍순주 (모자 등)

김차리 (노트북 가방 등)

김유진 (천)

돌떡 십시일반 쌀 나눔해주신 분들

김미숙

수유은빛마당

박종귀, 조유림

김순덕, 태선애

정순희, 이경숙

김미애, 남선진

장근화, 어지원

안희경, 전기숙

그리고,,,행사 당일 후원해 주신 분들과 수다, 은빛마당이 돌을 맞이하기까지 마음으로 늘 응원해주신 모든 분들 감사드립니다.

혹시 물품 후원 등에 참여하셨는데 성함을 빠뜨린 분이 있다면 죄송합니다 ^^;;;

은빛 숟가락 난타반- '숟가락은 힐링을 주는 악기'

은빛마당

월요일 아침 10시30분 수유은빛마당의 지하1층 은빛교실에 들어서면 흥겨운 리듬의 숟가락 난타 소리가 들려옵니다. 10여 분의 어르신들이 2개의 숟가락을 맞부딪혀 가며 흥겨운 노랫가락에 리듬을 맞추고 계시네요.

정귀태선생님의 지휘로 박자가 딱딱 맞게 연주를 합니다. 올해 2월부터 시작했는데 개인차가 있긴 하지만 수준급의 연주실력을 보여줍니다.

6월 마지막 주에는 은빛마당 첫돌잔치를 비롯해서 외부의 마을행사에까지 초대받아 공연을 하기로 되어 연습과 준비를 하느라 활기가 넘쳐나고 있습니다.



숟가락 난타는 어르신들에게 즐거움과 함께 리듬감을 향상시키고 스트레스 해소, 치매예방은 물론 생활의 활력을 줄 수 있는 최고의 악기 연주입니다.

심지어 악기 값이 아주 값싸다는 게 특징이지요. 음악을 즐기고 직접 악기를 연주하는 이 수업은 어르신들의 감추어진 흥과 끼를 최대한으로 발산할 수 있는 최적의 시간이 될 거라 느낍니다.

남녀노소 누구나, 언제 어디서나 손쉽게 연주하면서 즐길 수 있는 숟가락 난타를 통해 스트레스와 걱정을 덜고 웃으며 신명나는 마음으로 100세까지 건강하게 살 수 있기를 기원해 봅니다.

수업 문의 및 신청: 02-982-0710 (수유은빛마당)

모락을 품은 은빛- 여전히 씩씩~ 발랄~ 청소년 활동

모락 이후



빨래골청소년공간 모락 운영종료 및 청소년 이용공간안내

주유1동마을관리사회적협동조합에서 운영하던 빨래골청소년공간모락이

2024년 5월 15일로 운영이 종료되었습니다.

우리 조합은 이후에도 마을의 어린이, 청소년, 주민들과 함께
안전하고 행복한 마을을 만들기 위해 최선을 다하겠습니다.

청소년들의 안전한 활동을 위해

당분간 주민 공간을 개방하여 운영합니다.

청소년들의 많은 관심과 이용 바랍니다.

청소년 이용 공간 임시 운영기간 : 2024.06.10(월)~11월 예정

청소년 이용 공간 임시 운영 장소 : 주유 은빛마당 1층 (강북구 인수봉로30길 32-22)

현재 모락공간은

2024년 말 ~ 2025년 초

강북구청에서

청소년아지트사업 운영 예정

문의 : 강북구청 주택과 담당자

02) 901-6827



6월10일부터 매주 월~금 3시부터 6시까지 은빛 배움터에서 청소년들에게 무료로 개방 중인데요.

토요일 오후 3시에는 국어수업을 재개해서 여전히 씩씩~ 발랄하게 청소년 활동을 이어가고 있습니다

이후 영어, 수학 수업도 자원봉사 선생님들과 함께 꾸려갈 예정입니다.

지역 청소년들의 우정, 배움, 꿈이 자라는 곳이 되길 많은 관심과 응원 부탁드립니다!

6월 요모조모 조합 & 마을 소식

수다식당 사업팀 장담기 모임

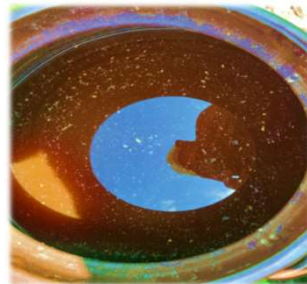
수다식당 사업팀의 장담기 모임에서 3월에 담았던 장을 꺼내 '장가르기'를 했어요.

북한산 인수봉이 한눈에 보이는 박점심 조합원님 집에서 장가르기 방법도 배우고 다정한 수다를 나누는 힐링의 시간을 가졌어요~

소금물에 담아둔 메주를 꺼내 치대고 으깬 된장과 메주의 맛과 색이 제대로 우러난 간장을 각각 장독에 정성스레 담았습니다.

간장의 고운 빛깔과 된장의 구수한 맛, 함께 나눈 친교와 식사 자리를 통해 몸과 맘이 더욱 건강해졌습니다.

좋은 기운 가득한 간장, 된장은 시간의 묵은 힘까지 담겨 올해 말이나 내년 초에 판매할 예정입니다.



간장



된장

빨래골 마을사랑방 수다 6월 무료 영화 상영회



6.25 전쟁으로 엮인 친해의 운명과 가슴아픈 민족사를 다룬 대작!
영화 제목: 태극기 휘날리며
일시: 2024년 6월 3일(월) 오후 12시 30분
장소: 빨래골 마을사랑방 수다 4층 수다극장
(서울 강북구 삼양로77길 62/3번 마을버스 정류장 '빨래골마을사랑방 수다')
* 참여 대상: 주민 누구나 *

내일날 12시 30분 02-980-0715 수유1동 마을관리사무국(영동로11/두루두루마을터 우측)

무료 영화상영회 '태극기 휘날리며'



수다식당 사업팀 6월 수다 김치

열같이 열무김치
✓ 맛보장
✓ 재료보장
✓ 정성보장

더운 날 열무김치 하나면 한끼 딱딱 맛있게 해결하죠~?
열무국수, 열무비빔밥으로 팔았 다시 팔려요~"
물대 민심 좋고 손맛 좋은 가래떡, 감동초, 떡볶이, 떡갈떡
종류를 다채 판매합니다.

판매가격: 열같이열무김치 2kg 15,000원
입금계좌: 신한 131-021-495187
수령날짜: 6월 7일(금) 오후 2시-6시
주문전화: 02-980-0715, 010-4321-7015 (사무국)
환경을 위해 플라스틱 일회용기를 사용하지 않습니다.
트신 후 휴반납을 꼭 부탁드립니다.
내일날 12시 30분 수유1동마을관리사무국(영동로11/두루두루마을터 우측)

6월 수다김치 '열무열같이김치'

2kg 41개, 1kg 4개 판매!



인문학
대중화와
학술
생태계의
재구성

1부
학술
경쟁력강화
2부
학술
경쟁력강화
3부
학술
경쟁력강화

2024. 06. 08
10:30-13:00

수다극장에서 진행

6/8 성신여대 인문학 토크콘서트 수다극장에서 진행



이 프로그램은 서울대학교 인문학연구원 주관으로 진행되는 인문학 대중화 프로그램입니다. 인문학의 중요성을 알리고, 대중과의 소통을 통해 인문학의 가치를 알리기 위한 목적으로 기획되었습니다. 이번 프로그램은 6월 8일(수) 오후 10시 30분부터 13시까지 수다극장에서 진행됩니다. 프로그램 내용은 인문학의 대중화, 인문학의 사회적 역할, 인문학의 미래 등에 대해 다룹니다. 프로그램에 관심이 있으신 분은 서울대학교 인문학연구원 홈페이지(www.humanities.skku.ac.kr)를 방문하여 신청하실 수 있습니다. 문의: 서울대학교 인문학연구원 (02-760-0300)

6월 요모조모 조합 & 마을 소식

6/6(목) 현충일, 조합원 동아리 진달래 등산모임 '북한산 둘레길 7-8코스' 다녀왔어요~



조합원 동아리 중 가장 끈기있고 활발하게 모임을 진행하고 있는 진달래 등산모임 칭찬합니다^^
열심히 일한 조합원님!
산으로 떠나 마음과 몸의 건강을 함께 돌보아요!
모두 진달래 등산모임으로~ Come on~~

마을과 함께하는 두루두루배움터

20회 단오맞이 노인 윷놀이 전통놀이 대회

일시: 2024년 6월 10일 (월) 오전 11시~
장소: 수유일공원 참가비: 2,000원

그림맞추기 부호 윷놀이 식사: 닭곰탕 *오류 12시

대회 진행 노인 봉사자 모집 (대회 참여 가능)

후원: 우리은행 1005-902-015946, 두루두루배움터
문의: 02-945-0239 (두루두루배움터)

주관 및 주최 두루두루배움터, 월요노인밥상

6/10 (월) '단오맞이 행사'

단오를 맞아
월요노인밥상도
수유일공원에서 진행하고
이어서 노인윷놀이와
전통놀이가 진행되었습니다.
조합에서도 일손도 보태고
즐거운 시간 함께 했어요!



7월 프로그램 안내

빨래골마을사랑방 수다 7월 프로그램 안내

B1층 [수다카페]

수강료: 월 4회 기준

운영시간	운영내용	시간	대상	금액
월-토요일	주민사랑방 수다카페 (꽃차, 커피, 우리밀 쿠키, 수공예품 판매)	월, 화, 목, 금 09:00-20:00 수, 토 09:00-18:00	누구나	품목별 상이

1층 [수다키친]

날짜	프로그램명	장소	시간	대상	금액
매주 월요일	월요노인밥상 매월 첫째주 밥상라디오 진행	1층 수다키친	11:30~12:30	65세 이상 어르신 우선	2천원
7/1 월요일	무로영화상영회 '웰컴투동막골'	4층 수다극장	12:30~15:00	누구나	무료
7/14 일요일	베이킹 원데이 클래스 '마들렌 만들기'	1층 수다키친 강사 박미나	14:00~16:00	초등학생 ~중학생	2만원

2층 [소모임실, 생생배움터]

날짜	프로그램명	강사	시간 (장소)	대상	수강료
매주 수요일	통기타 1 (입문반)	신정목	18:00~19:00 (소모임실)	초등 고학년 ~청소년	3만원
매주 수요일	통기타 2 (입문반)	신정목	19:00~20:00 (수다카페)	성인	3만원
매주 화요일	초등논술	윤미영	13:50~14:50 (놀명쉬명)	초등 1-3학년	8만원 (재료비포함)
7/20 토요일	비즈공예 원데이 클래스 '팔기 귀걸이'	박영진	10:00~12:00 (놀명쉬명)	성인 5-10명	1만5천원

☎ 문의 : 02-980-0715, 010-4321-7015

주소: 서울 강북구 삼양로77길 62

정류장: 마을버스 03번 빨래골 마을사랑방 수다

내인잇다.수유

빨래골마을사랑방 수다 7월 프로그램 안내

3층 [힐링교실]

날짜	프로그램명	강사	시간	대상	수강료
매주 월, 금요일	라인댄스	권은자	11:00~12:00	누구나	3만원
매주 화요일	요가	안은소	10:30~11:30		3만원
매주 수요일	탁구교실 동호회반	김성훈	09:00~12:00		1만원
매주 목요일	탁구교실 초급반	김성훈	09:00~12:00 13:30~15:30		1만원

4층 [수다극장]

날짜	프로그램명	강사	시간	대상	수강료
매주 화요일	마당극 '빨래골에 아이들이 필요해요'	박종우	6월 4일 부터 10:00~12:00	누구나	무료
매주 수요일	팔팔건강두뇌체조	김막례	10:30~11:30	누구나	1만원
매주 토요일	어린이 장구교실	박종귀	10:30~12:00	초등학생 3학년 이상	3만원
매주 토, 일요일	장구교실	박종귀	토요일 11:30~13:00 일요일 14:00~16:00	성인	3만원

슬기로운 은빛생활

은빛 배움터에는 즐거운 배움이 있다는데...

솔가락 난타

월 10:30 ~ 11:30

기타교실

수 13:30 ~ 15:30

ABC 기초영어

화 10:30 ~ 11:30

스마트폰 교실

토 10:30 ~ 11:30

장소 : 은빛 배움터

7월 프로그램 안내

빨래골 마을사랑방 수다 7월 무료 영화 상영회



슬프고 가슴 아픈 전쟁 속 동화같은 이야기

영화 제목 : 웰컴 투 동막골

일시 : 2024년 7월 1일(월) 오후 12시 30분

장소 : 빨래골 마을사랑방 수다 4층 수다극장

(서울 강북구 삼양로77길 62 / 3번 마을버스 정류장 '빨래골마을사랑방 수다')

* 참여 대상 : 주민 누구나 *

내민이 수다수유 02-980-0715 수유1동 마을관리사회적협동조합/ 두루두루배움터 주관

수다 요가 "매트 필라테스"

통증 완화를 위한 '데라피 요가'

틀어진 몸을 바로 잡는 '체형과 자세 교정 요가'

균형잡힌 근육과 신경을 강화하는 '근력 강화 요가'

강사: 안은소 선생님 (대한요가협회 요가지도사)

-날짜: 매주 화요일 오전 10시30분~11시 30분

-장소: 빨래골마을사랑방 수다 3층 힐링교실 (강북구 삼양로 77길 62)

-모집인원: 12명까지 (상시 모집 중! 주민누구나 참여 가능)

-참여비: 3만원 (월 4회 기준/ 신청: 131-021-495187)

-준비물: 편한 운동복 차림

-문의 및 신청: 02-980-0715 (사무국)

★ 1회 무료 수강 가능. 참여해 보시고 수업 등록하세요 :)

수유1동마을관리사회적협동조합 내민이 수다수유

수다식당 사업팀 ♦ 7월 수다 김치 ♦ 매월 첫번째 금요일마다 신선한 계절김치를 판매합니다

오이소박이

- ☑ 맛보장
- ☑ 재료보장
- ☑ 정성보장



임맛 없는 여름, 오이소박이 하나면 충분!
동네 인심 좋고 손맛 좋은 박점심, 가호옥, 김홍녀 세분이
정성을 다해 만듭니다.

- 판매가격: 오이소박이 2kg 20,000원
- 입금계좌: 신한 131-021-495187
- 수령날짜: 7월 5일(금) 오후 2시-6시
- 주문전화: 02-980-0715, 010-4321-7015 (사무국)

주문하신 분께 수령 방법 등 자세한 안내는 개별 문자드립니다.
환경을 위해 플라스틱 일회용기를 사용하지 않습니다.
드신 후 통변납을 꼭 부탁드립니다.

내민이 수다수유 수유1동마을관리사회적협동조합

수다 어반스케치



프로그램 참여자 모집

- 시간: 7/16(화)부터 매주 화요일 오전 10-12시
- 장소: 빨래골마을사랑방 수다 2층 소모임실 (강북구 삼양로 77길 62)
- 강사: 작가 김선미, 작가 서은영
- 모집인원: 15명 / 참여비: 월 35,000원 (주 1회 진행, 월 4회)
- 준비물: 수채화 노트 (크기 A4이하 무게 200g이상), 필기연필
- 문의 및 신청: 02-980-0715 (조합 사무국)

어반스케치 (Urban Sketch)

우리가 살고 있는 도시 혹은 여행을 간 지역을 '현장'에서 그리는 그림을 말해요.
집이나 카페 혹은 여행지 등 실내외 풍경을 현장에서 직접 보고 그 느낌을 감입없이 담아내는 그림입니다.

내민이 수다수유 수유1동마을관리사회적협동조합

수유은빛마당 디지털교실 프로그램 어르신도 쉽게 쓰는 스마트폰 사용법

주요내용

카카오톡 다양한 활용법, 사진과 동영상 간단 편집하기
나의 의료 정보 저장하기, 응급상황시 지인과 가족에 알리기
나의 정보 외부 유출 차단하기

진행일시

2024년 7월 13일(토)부터
격주 토요일 오전 10시 30분~11시 30분

진행장소

수유은빛마당 은빛배움터 (강북구 인수봉로 30길 32-22)

모집인원

10명 이내

참여비

월 1만원

문의 및 신청

02-982-0710



스마트폰, 나의 새로운 친구
쉽고 재밌게 배워보세요

내민이 수다수유 수유1동마을관리사회적협동조합

무료 열린 강좌 수다 요가 매트 필라테스



강사: 안은소
(대한요가협회 요가지도사)

- * 날짜: 2024년 7월 30일 (화) 오전 10:30~11:30
- * 장소: 빨래골마을사랑방 수다 3층 힐링교실 (강북구 삼양로 77길 62)
- * 내용: 통증 완화를 위한 '데라피 요가'
틀어진 몸을 바로 잡는 '체형과 자세 교정 요가'
근육과 신경을 강화하는 '근력 강화 요가'
- * 모집인원: 10명 / 수강료: 무료 / 준비물: 편안한 운동복 차림
- * 문의 및 신청: 02-980-0715

매주 화요일마다 수다요가가 진행되고 있습니다.
무엇과 함께 후 정기 프로그램(월 4회, 3만원)에도 참여하실 수 있습니다.

내민이 수다수유 수유1동마을관리사회적협동조합