

2024년 보육교직원 상담_숲나들 상담프로그램 상반기 「힐링 숲 테마여행」 안내

(담당 : 황윤조 상담전문요원)

① 상 담 명 : 2024년 숲나들 상담프로그램 상반기 「힐링 숲 테마여행」

② 상담일시 : 2024. 4. 22.(월) 10:30~17:00

2024. 4. 26.(금) 10:30~17:00

③ 상담대상 : 관내 어린이집 보육교직원 40명_1개소 1인 신청 가능

④ 상담장소 : 대전국립숲체원

※ 주소 : 대전 유성구 숲체원로 124 (성북동)

⑤ 상담신청 : 2024. 4. 1.(월) 11:00 ~ 4. 5.(금) 18:00

※ 단, 모집인원 마감 시 접수가 조기종료될 수 있습니다.

※ 신청서 회신 : 2024. 4. 9.(화)까지 djchildcare@djscc.kr 회신

※ 상담신청방법은 [붙임2] 상담신청 및 수료증 출력 안내 참고

⑥ 세부상담내용

시간		내용	비고
10:00 ~ 10:30	30분	• 접수 및 등록	• 세미나실 2002호
10:30 ~ 13:00	150분	• 웃음치료 - 신체·심리적 긴장 수준을 이완하고 직무스트레스를 감소하며 감정조절 능력 및 회복탄력성 증진	• 박준용웃음치료사 (미래창조인재연구원) • 세미나실 2002호
13:00 ~ 14:00	60분	• 중식	
14:00 ~ 15:00	60분	• 숲 길라잡이 - 산림의 요소와 숲의 전래를 알고 오감을 통해 숲을 체험하며 신체적 면역력 강화, 심리적 소진을 회복하며 자기 돌봄 경험	• 숲지도사 (국립대전숲체원)
15:00 ~ 16:00	60분	• 통나무명상 - 내 몸의 상태 이해하고 통나무를 이용하여 근육 이완을 도움으로써 심신 안정감 경험	• 숲지도사 (국립대전숲체원)
16:00 ~ 17:00	60분	• 마음나누기, 만족도 조사 및 마무리	• 세미나실 2002호 • 황윤조 상담전문요원

※ 4월 22일(월), 4월 26일(금) 동일프로그램 진행으로 택1하여 신청!

※ 상담일정은 진행상황에 따라 변동될 수 있음

[7] 주의사항

※ 상담신청하였으나 참석 불가한 경우, 사전에 센터로 연락주시기 바랍니다.

※ 상담시작 5분 전까지 접수 및 착석을 부탁드립니다.

※ 지각(상담 시작 30분 이후 참석)하거나 자리 비울 시(재확인 안될 시) 미수료 처리됩니다.

※ 만족도 조사는 반드시 제출 바랍니다.