

우울, 불안, 스트레스 힐링 치유를 위한
취약계층 마음치유 프로그램 참여자 모집

강진군보건소에서는 취약계층(65세 이상) 마음건강 치유 프로그램을 다음과 같이 운영하오니 많은 신청 바랍니다. (전라남도 사업)

2024. 4. 4.

1 모집 개요

- 모집기간 : 2024. 4. 4.(목) ~ 4. 19.(금)
- 모집인원 : 12명(강진군 거주, 65세 이상 주민)
 - 모집인원 초과 시 우울증 검사 점수 순
- 신청방법 : 방문신청(보건소 3층 정신건강복지센터 사무실)
- 주요내용 : 건강검진, 통합의학 치료, 차훈명상, 산림치유 등
- 문의처 : 강진군보건소 마음건강팀(061-430-5302/5306)

2 세부 일정

- 운영기간 : 2024. 5. 29.(수) ~ 5. 31.(금) / 2박 3일 과정
- 장 소 : 전라남도마음건강치유센터(장흥통합의료병원 2층)
- 참여대상 : 12명(강진군 거주, 65세 이상 주민)
- 참가비 : 무료
- 프로그램 일정 : 참고 1

참고 1

프로그램 일정 ※ 상기 일정은 상황에 따라 변동 가능

교시	시간	1일		2일	3일
1	08:00~09:00	X		조식 후 간식 수령 (우드랜드)	조 식 (병원)
2	09:00~09:30	등록 및 과정 안내 (병원)		힐링프로그램 1 • 싱잉볼 시니어 요가	치유프로그램 2 • 차훈명상
3	09:30~10:00	스트레스 검사 및 건강검진(병원)	아로마 테라피		
4	10:00~11:50	<ul style="list-style-type: none"> • 동맥경화도 검사 • 스트레스 검사 • 체성분검사 • 소변검사 • 사상체질 검사 • 불안 및 우울 검사 		통합의학치료 2 • 헤어스파	힐링프로그램 2 • 레진아트 - 나에게 전하는 메시지
5	11:50~13:00	중 식 (병원)		중 식 (병원)	중 식 (병원)
6	13:00~14:00	치유프로그램 1 (우드랜드)		통합의학치료 2 (병원)	스트레스 사후검사
	14:00~17:00	<ul style="list-style-type: none"> • 산림치유사와 함께하는 편백숲 산책 - 편백 톱밥길 맨발걷기, 해먹 쉼 			한방 교육
7	17:00~17:40				
8	17:40~19:00	석 식 (장흥군 내 식당)		석 식 (장흥군 내 식당)	
9	19:00	숙박 및 소금찜질 • 소금찜질방(~24시)		숙박 및 소금찜질 • 소금찜질방(~24시)	