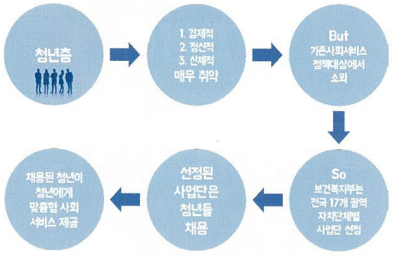
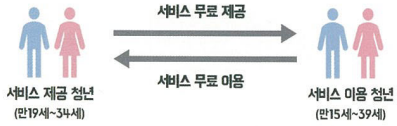
사업 소개 내용

지금까지 이런 청년정책은 없었다

"청년의, 청년에 의한, 청년을 위한 청년 정책"

청년사회서비스사업단이란?
청년 맞춤형 사회 서비스(신체 · 정신건강 분야)를 제공하여 청년층의 건강을 개선하는 동시에 청년 일자리를 창출하는 사업입니다.





대 상 인 원 : 각 프로그램당 15명내외(선착순)
서비스기간 : 2019년 4월~ 10월
대 상 자 : 대전에 거주중인 만15세이상~39세이하 청년층 (취약계층 우선선발)
접 수 기 간 : 2019년 4월 1일(월)~ 2019년 4월 18일(목)까지 (상시모집)
참 가 비 : 모든 프로그램 전액 무료

심리 상담 프로그램

소 개 : 영화를 매개로 한 투사적 상담기법을 통하여 자신과 유사한 문제가 있는 주인공을 바라 봄으로써 내면의 갈등을 해소하고 문제 해결의 실마리를 제공.
진 행 요 일 : 2019. 04~10 매달 둘째, 넷째주 목요일
시 간 : 16:00~18:00
장 소 : 대전역 청춘나들목 지하 1층 (지하철역 안)
대상자인원 : 15명 (선착순)

일시	프로그램내용
2019. 04. 19	자기소개 및 초기상담, 대인관계 척도진단
2019. 05. 9	스탠바이 웬디 영화감상 - 일탈, 새로운 호기심을 위한 용감한 첫 발걸음
2019. 05. 23	인사이드 아웃 영화감상 - 자신의 정서를 이해하고 효과적으로 표현, 자기탐색
2019. 06. 13	포레스트 검프 영화감상 - 자신의 존재에 대한 가치를 발견, 자기이해
2019. 06. 27	언터쳐블1%의 우정 영화감상 - 경청, 경험을 통해 타인의 정서를 이해, 자기이해
2019. 07. 11	원더 영화감상 - 자신의 자존감을 향상, 편견과 자기인식
2019. 07. 25	굿 윌 헌팅 영화감상 - 경청을 통해 타인의 정서를 이해하고 표현, 자기인식
2019. 08. 08	꾸뻬시의 행복여행 감상 - 여행에서 만나는 사람들을 통해 깨닫는 진정한 행복 찾기, 자아통합
2019. 08. 22	리틀 포레스트 영화감상 - 자신의 존재에 대한 가치발견 존중, 자아통합
2019. 09. 05	7번째 내가 죽던날 감상 - 똑같은 일상에서 의미를 부여하는 삶, 변화
2019. 09. 22	괜찮아요 미스터브래드 - 평온한 삶에 다가온 인생 타임라인,선택과 변화
2019. 10. 24	사후진단

스트레스 해소 프로그램

소 개 : 청년들이 평소에 하지 않는 특별한 문화활동을 통해 스트레스를 해소할 수 있는 프로그램 제공
진 행 요 일 : 2019. 04 ~ 10 매월 마지막 주 목요일
시 간 : 16:30~18:30 (추후변동가능)
대상자인원 : 15명 (선착순)

일시	프로그램내용	장소
2019. 04. 25	자기소개 및 초기상담, 스트레스 척도진단	청춘나들목 지하1층
2019. 05. 30	야구장 방문 (KIA VS 한화)	한화생명 (이글스파크)
2019. 06. 27	하늘물빛정원 - 카트레이싱	하늘물빛정원
2019. 07. -	연극(미정)	미정
2019. 08. 29	클라이밍	대전청소년 (위캔센터)
2019. 09. 26	더 카니발 오월드 - 튤체 가을 꽃 축제	오월드
2019. 10. 24	스트레스 관리 교육 및 사후진단	청춘나들목 지하 1층

운동 처방 프로그램

소 개 : 적절한 운동처방과 식단관리를 통해 비만을 치료하고, 흐트러진 체형을 교정하고 심신을 정화&안정시킬 수 있도록 운동을 처방하는 프로그램을 제공
진 행 요 일 : 2019. 04~10 매주 화, 목요일
시 간 : 헬스 - 20:00~21:00 / 요가 - 14:00~15:00
장 소 : 헬스 - 에스엠 피트니스 / 요가 - 대전대학교 강의실
대상자인원 : 헬스 - 8명 / 요가 - 8명 (각 선착순)

일시	프로그램 내용
2019. 04. 화, 목	사전진단
2019.05 ~ 2019.10 까지 진행 매주 화, 목	비만해소, 심신안정 및 체형교정
	비만해소, 심신안정 및 체형교정
2019.05 ~ 2019.10 까지 진행 매달 마지막 주 화, 목	비만해소, 심신안정 및 체형교정 결과보고 및 모니터링
	비만해소, 심신안정 및 체형교정 결과보고 및 모니터링

우울 해소 프로그램

소　　개 : 대인관계 및 사회에서 겪은 스트레스로 오는 우울감을 진단하고 면담을 통해 방송댄스를 타인과 함께 맞춰가며 마음의 우울을 해소하고 더 나아가 성취감을 느껴서 자존감 향상을 목표로 함
진 행 요 일 : 2019. 04~10 매달 둘째, 넷째주 금요일
시　　간 : 18:00~20:00
장　　소 : 대동 팝스이엔티　9월/10월 자살예방교육협회
대상자인원 : 15명 (선착순)

일 시	프로그램내용
2019. 04. 26	음악, 댄스치료 및 심리검사
2019. 05. 17 / 31	매회기 미션 / 댄스강의 2, 3
2019. 06. 14 / 28	매회기 미션 / 댄스강의 4, 5
2019. 07. 12 / 26	매회기 미션 / 댄스강의 6, 7
2019. 08. 16 / 30	매회기 미션 / 댄스강의 8, 9
2019. 09. 06	매회기 미션 / 댄스강의 10
2019. 09. 27	자살예방교육
2019. 10. 18	자살예방교육 *우울 및 불안 척도 사후검사

프로그램 외 일정

오리엔테이션	종무식
2019. 04. 19.(금)	2019. 11. 29.(금)
대전대 30주년기념관 110호	대전역 청춘나들목 지하 3층
12:00	추후공지

| 찾아오시는 길 |

▶대전 IC
경부고속도로 > 대전IC > 좌회전(비래서로) > 판암동,용운동 방면으로 우회전(동부로) > 용운동 방면으로 우측방향(동부로) > 우회전 > 용운동 방면으로 좌회전(대학로) > 좌회전(대학로) > 대전대학교

▶판암 IC
중부고속도로 > 판암IC > 대전대학교,용운국제수영장 방면으로 우회전(새울로) > 용운중학교(대전대동문) 방면으로 우회전(동부로) > 좌회전 > 좌측방향 > 대전대학교

| 대전청년사회서비스사업단 |
34141 대전광역시 동구 대학로 62
(용운동, 대전대학교내) 대전대학교 산학협력단 101호

| 대전대학교 |
대전광역시 동구 대학로 62.(용운동 대전대학교 내)

| 청춘나들목 |
대전광역시 동구 중앙로 218 지하 1, 3층(대전역 지하철역)

| 대동 팝스이엔티 |
대전광역시 동구 성동로37번길 35

| 에스엠 피트니스 |
대전광역시 서구 대덕대로 162번길 23 삼영빌딩 5층

| 참가신청 및 문의사항 |
카카오톡플러스 친구 : 청심환
E-mail : dj_ysseo@naver.com　전화 042 280 2815
https : //blog.naver.com/dj_ysseo

대전대학교 산학협력단
2019년 대전청년사회서비스사업단

#스트레스 받을땐
#청심환친구추가
#선배이름은 뱉게요
#선배이름은 뱉게요
#취업은?
#설레는 설날 작동되는 설 레이다
#안물안궁
#스트레스 받을땐
#카톡플친
#짜증날땐
#애인은?
#안물안궁
#살빼고 싶을땐
#철증짜증농도 100%
#언제나 열려있어
#짜증날땐
#쉬고싶자나
#오세요
#취업은?
#취업은?
#스트레스
#고민고민하지마
받을땐
#우울할땐
#쉼 처방전으로
#쉼 처방전으로
#살빼고 싶을땐
#할하고싶자나
#짜증날땐

청년들의 쉼 처방전

청심환

고민있는 청년들!!
쉼 처방전 받아가세요!! 청년이 청년에게 제공하는 쉼 프로젝트
대전 청년사회서비스사업단에서 서비스대상자를 모집합니다.

| 주 관 | 대전대학교 | 주 최 | 대전광역시 보건복지부
| 참여기관 | 대동종합사회복지관 한국자살예방협회 대전광역시지회