

2026년 사회복지종사자 힐링 프로그램



쓰담 Day

스트레스 내려놓고, 담아가요 힐링 Day

사회복지종사자의 직무 스트레스 해소와 정서적 회복을 위한 소진예방 프로그램

사업개요



	사업기간	2026. 6. ~ 11. ※ 외부형 1회, 근교형 2회, 체험형 10회
	장 소	남양주시 및 근교지역(가평·포천), 외부지역(공주)
	대 상	관내 사회복지시설 종사자
	신청기간	2026. 6. 9. (화) ~ 6. 22. (월) 13:00까지
	신청방법	네이버폼 온라인 신청

프로그램 구성

관외 프로그램 | 힐링형

- 1** **외부형(단체버스) 공주**
꽃축제 · 문화관람 · 전통체험을 연계한 당일형 여행 · 교육 프로그램
6. 26. (금) 40명
- 2** **근교형(개별이동) 가평**
카누체험 · 남이섬 관람 · 공방체험 연계 힐링 프로그램
9. 8. (화) 20명
- 3** **근교형(개별이동) 포천**
허브체험 · 산정호수 관람 · 수상레저 연계 힐링 프로그램
10. 27. (화) 25명

관내 방문체험 | 체험형

- 1** **드로잉 | 하늘다다**
아크릴 드로잉 체험
7. 9. (목) / 7. 16. (목) 회당 15명
- 2** **도자기 | 마이포터리**
손작업 도자기 체험
8. 13. (목) / 8. 27. (목) 회당 15명
- 3** **농장체험 | 대가농원**
계절 농산물 수확 및 가공 체험
9. 16. (수) / 10. 1. (목) 회당 15명
- 4** **디저트체험 | 주연팜**
밤 마들렌 · 샌드위치 만들기 체험
10. 15. (목) / 10. 22. (목) 회당 15명
- 5** **자연체험 | 흙과나무**
수국꽃 화분 만들기 체험
11. 12. (목) / 11. 19. (목) 회당 15명



신청안내

신청대상 관내 사회복지시설에서 근무하는 사회복지종사자

선정기준 선착순 접수

유의사항

- 1인 1개 유형만 신청 가능 (유형 간 중복신청 불가)
- 동일기간 유형별 최대 3명까지 신청 가능
- 모집 미달 또는 취소자 발생 시 예비신청자 순으로 추가 선정
- 근교형은 기관별 2~3인 단체 신청만 가능

신청기간

2026. 6. 9. (화) ~ 6. 22. (월) 13:00까지 / 선착순 마감

외부형(단체버스) 공주



근교형(개별이동) 가평·포천



체험형 방문체험



지친 마음, 쓰담Day에서 잠시 쉬어가세요



남양주시복지재단

문의

남양주시복지재단 복지기획부



031-524-9843