

2026년 영주시 중장년 제2인생 설계학교 운영 [정신건강프로그램] 모집 공고

영주시 중장년층 (40세 이상 69세 이하) 에게 자신의 정체성을 찾으며 삶을 되돌아보고 미래를 설계하고, 삶에 대한 불안감과 스트레스를 해소하기 위해 「2026년 영주시 중장년 제2인생 설계학교 운영(정신건강프로그램)」의 참가자를 아래와 같이 모집 공고합니다.

2026. 10. 26.

사업운영기관 : 영주상공회의소

I 사업개요

- 사 업 명 : 2026년 영주시 중장년 제2인생 설계학교(정신건강프로그램) 운영
- 사업기간 : 2026년 10월 30일 ~ 2026년 12월 31일
- 지원대상 : 영주시 관내 40세 이상 69세 이하 중장년
(1956.01.01.~1985.12.31.)
- 모집인원 : 회차당 30명
- 수 강 료 : 무료
- 신청기간 : 2026. 10. 26. (월) ~ 2026. 12. 24. (목)

□ 프로그램 내용 및 일정

차 시	일 자	강 의 내 용
중년의 삶에 활력을 더하는 힐링 프로그램		
1	10월 30일 (금) 14:00	오리엔테이션 / 정신건강 이해 및 스트레스 자가 진단 · 정신건강 개념 이해하기 · 스트레스 자가 진단 설문 작성하기
2	11월 5일 (목) 14:00	나를 알고 상대를 알기 (프레디저 검사) · 프레디저 검사와 결과 해석 · 대인관계 스트레스 관리법
3	11월 13일 (금) 14:00	마음을 물들이는 컬러링 · 컬러링북 색칠을 통한 색채 심리 설명
4	11월 19일 (목) 14:00	예술치유 프로그램 · 긍정적인 기억을 회상하며 추억 사진 꾸미기
5	11월 27일 (금) 10:00	스트레스 해소 · 스트레스와 신체 반응을 연계한 자율훈련법
6	12월 3일 (목) 14:00	예술로 만나는 나의 재발견 · 색지와 잡지, 신문을 활용해 새로운 나를 표현하기
7	12월 10일 (목) 14:00	작은 자연을 내 손안에 담기 · 테라리움 이끼 만들기
8	12월 17일 (목) 14:00	희망을 엮는 크리스마스 리스 · 크리스마스 리스 만들기
9	12월 24일 (목) 14:00	수료식 및 우리들의 파티 · 개인별 정신건강 실천 계획 작성하기

II 신청자격

- 영주시에 주소를 둔 40세 ~ 69세(1956.01.01.~1985.12.31.) 중장년
(26년 1월 1일 기준)

III 기 타

가. 선정기준

- 회차 별 선착순 30명 모집이며 상시모집으로 인해 선발자에 한하여
개별 통보

나. 신청방법 :

- ① 방문 접수 (경북 영주시 선비로 182, 영주상공회의소)
- ② 전화 접수 (054-632-8830)

V 제출서류

- ① 신청서 [\[서식1\]](#)
- ② 개인정보 이용에 대한 동의서 [\[서식2\]](#)

2026년 중장년 제2인생 설계학교 (정신건강프로그램) 참가신청서

접수일자:

성명		생년월일	
연락처			
주소			

영주상공회의소 귀하

개인정보 수집·이용 동의서

영주상공회의소에서는 「2026년 영주시 중장년 정신건강 프로그램」 운영을 위해 개인정보를 아래와 같이 수집·이용하고자 하오니 충분히 검토하신 후 동의하여 주시기 바랍니다.

1. 개인정보의 수집·이용 목적

- 「2026년 영주시 중장년 정신건강 프로그램」 신청 및 운영

2. 수집하는 개인정보의 항목

- 인적사항 (성명, 생년월일, 연락처, 주소 등)

3. 개인정보의 보유 및 이용 기간 : 2026년 12월 31일

4. 동의를 거부할 권리

- 귀하는 위와 같이 개인정보를 수집·이용하는데 대한 동의를 거부할 권리가 있으며, 동의를 거부하실 경우 「2026년 영주시 중장년 정신건강 프로그램」에 참여하실 수 없으니 참고 부탁드립니다.

☐ 동의함

☐ 동의하지 않음

신청인 :

(인)