

-코로나19 정부대응 지침 등에 따라 일정 중단 및 취소 가능성을 알려드립니다.

**[기획운영팀]**

1. 청년치료비지원사업

- 일시 : 상시
- 대상 : 관내 만 19-34세 청년
- 장소 : -
- 내용 :
  - 청년정신질환 외래치료비
  - 심리검사비 지원

2. (비대면) 대학생정신건강교육

- 일시 : 10/5 ~
- 대상 : 안산대학교, 서울예술대학교 학생
- 장소 : 각 대학교 홈페이지
- 내용 :
  - 감정조절: 나의 감정 다시 찾아가기
  - 스트레스 관리: 스트레스로부터 내 삶 찾기
  - 자기조절: 다시 내 삶 찾아가기

**[응급관리팀]**

1. 연합사례회의

\*코로나 19로 인한 사회적 거리두기 착석/마스크착용/발열체크/소독 실시

- 일시 : 10/22
- 대상 : 지역사회유관기관 실무자
- 장소 : 미정
- 내용 :
  - 정신건강교육 및 사례회의, 전문의 슈퍼비전(은둔형외톨이)

**[정신재활팀]**

1. (비대면) 사회재활프로그램 '이름&나눔'

- 일시 : 10/5
- 대상 : 이용회원 52명
- 장소 : 각 가정
- 내용 :
  - 키트를 활용한 비대면 활동제공
  - 재발방지 및 우울감 해소를 위한 컬러링북 그림일기, 허브식물을 활용한 향기테라피&감정일기 쓰기의 일일과제수행

2. (비대면) 집중주거훈련 프로그램

- 일시 : 10/5 ~
- 대상 : 이용회원 8명

- 장소 : 각 가정
  - 내용 :
    - zoom을 활용한 비대면 프로그램
    - 월,수,목,금(주4회) 일일계획 및 점검, 요리프로그램, 일상생활훈련 진행
3. (비대면) 재가회원을 위한 마음충전프로그램 '홈(HOME)테라피'
- 일시 : 10/16, 10/30 (13:30-15:30)
  - 대상 : 조현스펙트럼장애 재가회원 30명
  - 장소 : 각 가정
  - 내용 :
    - zoom을 활용한 진단군별 (조현 스펙트럼장애) 비대면 프로그램
    - 코로나 블루 극복 및 심리충전을 위한 공예활동 제공
4. (비대면) 재가회원을 위한 마음충전프로그램 '홈(HOME)테라피'
- 일시 : 10/15 (10:00-12:00)
  - 대상 : 기분장애 재가회원 15명
  - 장소 : 각 가정
  - 내용 :
    - zoom을 활용한 진단군별 (기분장애) 비대면 프로그램
    - 코로나 블루 극복 및 심리충전을 위한 원예, 캔들 제작 활동 제공
5. (비대면) 청년두드림 3급 바리스타 자격과정프로그램
- 일시 : 10/5, 10/12, 10/19, 10/26
  - 대상 : 청년두드림 회원 13명
  - 장소 : 각 가정
  - 내용 :
    - zoom을 활용한 비대면 프로그램
    - 3급 바리스타 자격증 과정을 통해 진로탐색 및 사회재활 도모
6. (비대면) 청년두드림 TWOGATHER캠페인 키트제작 프로그램
- 일시 : 10/6, 10/13, 10/20 (13:30-15:30)
  - 대상 : 청년두드림 회원 13명
  - 장소 : 각 가정
  - 내용 :
    - zoom을 활용한 비대면 프로그램
    - 동방사회복지회 참여형 후원 프로그램 손수건, 마스크 만들기 활동 참여
7. (비대면) 가족심리지원 원예치료
- 일시 : 10/8, 10/15, 10/22, 10/29
  - 대상 : 가족회원 20명
  - 장소 : 각 가정

○ 내용 :

- 키트를 활용한 비대면 원예치료
- 라이팅북을 활용한 1일 1답 나의 마음 돌보기 활동

### [정신건강증진팀]

#### 1. (비대면) 마음건강 로켓처방

○ 일시 : 연중

○ 대상 : 안산시민

○ 장소 : 마음건강 로켓처방 홈페이지

○ 내용 :

- 온라인 비대면 정신건강 서비스 제공을 통한 정신건강증진 도모
- 고민접수 후 정신건강 처방 제공
- 정신건강문제 조기발견 및 예방,  
고위험군 발굴 및 치료연계
- 마음건강로켓처방 상담

#### 2. (비대면) 찾아가는 마음건강상담

○ 일시 : 연중

○ 대상 : 안산시민

○ 장소 : 행정복지센터 상록수 4곳, 단원구 4곳, 복지관, 유관기관

○ 내용 :

- 행정복지센터 등 비대면 상담함 운영을 통한 시민참여 확대
- 우울, 불안, 스트레스 등  
비대면 정신건강평가
- 고위험 대상자 2차 개입

#### 3. (비대면) 생애주기별 정신건강교육

○ 일시 : 월 중

○ 대상 : 안산시민(신청기관)

○ 장소 : 안산시정신건강복지센터 홈페이지

○ 내용 :

- 생애주기별 취약계층 대상  
정신건강 예방교육 영상 제작
- 비대면 온라인 교육 제공
- 고위험군 발굴 및 상담 제공
- 센터 서비스 안내

#### 4. (비대면) 감정노동자 직무스트레스 교육

○ 일시 : 월 중

○ 대상 : 안산시민(신청기관)

○ 장소 : 안산시정신건강복지센터 홈페이지

○ 내용 :

- 감정노동자 대상  
온라인 교육 영상 제작
- 비대면 온라인 교육 제공
- 고위험군 발굴 및 상담 제공
- 센터 서비스 안내

5. (비대면) 리조이스 캠페인

○ 일시 : 월 중

○ 대상 : 안산시민(신청기관)

○ 장소 : 안산시정신건강복지센터 홈페이지

○ 내용 :

- 여성우울증 예방, 인식개선을 위한 사회적 책임 활동 진행
- 우울 감정을 선택한 여성시민을 대상으로 정신건강 처방 제공 및 우울키트 제공
- 유관기관간 협력을 통해 시민들의 접근성 향상

6. (비대면) 건강체험한마당 캠페인

○ 일시 : 10/11-10/17

○ 대상 : 안산시민

○ 장소 : 온라인, 화랑유원지

○ 내용 :

- 안산시건강체험한마당 캠페인 참여
- 안산내 나만의 마음 위로 로켓처방길 SNS 인증을 통한 마음건강로켓처방 홍보 도모
- 정신건강 편견해소 및 인식개선
- 스트레스볼 및 토퍼 제공을 통한 캠페인 및 센터 안내

7. (비대면) 웹툰 캠페인

○ 일시 : 10/12 - 연말

○ 대상 : 안산시민

○ 장소 : 온라인

○ 내용 :

- 웹툰이라는 매개체를 활용한 정신건강 캠페인 활동
- 정신건강주간을 맞이하여 정신건강에 대한 올바른 정보 제공
- e-book보급사, 도서관 등과 협력을 통한 시민 접근성 향상
- 활용도가 높은 시각적인 매체를 활용하여 접근성 향상

8. (비대면) 정신건강 시민행사 '시민강좌'

○ 일시 : 10/14 (19:30-20:30)

○ 대상 : 안산시민

○ 장소 : 유튜브 생중계

○ 내용 :

- 제목: '양브로의 정신세계'
- 강사: 양재진, 양재웅
- 내용: 정신건강 고민 접수 후 강의
- 방법: 유튜브생중계를 통한 비대면 정신건강서비스 강의
- 정신건강의날 기념, 코로나 19로 지친 마음 위로 시민행사

#### 9. (비대면) 정신건강시민행사 '정신건강 영화관람'

- 일시 : 10/16(19:30-20:30)
- 대상 : 안산시민
- 장소 : 화랑유원지 자동차 극장
- 내용 :
  - 제목: '리틀포레스트' 영화
  - 내용: 마음위로, 힐링 영화 상영
  - 정신건강의날 기념, 코로나 19로 지친 마음 위로 시민행사

#### 10. (비대면) 중장년 1인가구 정신건강사업 마음더하기

- 일시 : 10/23 (09:00-18:00)
- 대상 : 마음더하기 사업 참여자
- 장소 : 참여자 각 가정
- 내용 :
  - 4회기 비대면 프로그램
  - 중장년 프로그램 활동키트 배부
  - 마음더하기, 비대면 네트워크

#### 11. 클리닉 상담

\*코로나 19로 인한 사회적 거리두기 착석/마스크착용/발열체크/소독 실시

- 일시 : 10/7, 10/8, 10/19, 10/21, 10/29
- 대상 : 안산시민
- 장소 : 센터 상담실
- 내용 :
  - 정신건강 및 질환에 대한 무료상담
  - 고위험군 조기발견
  - 정신질환에 대한 예방 및 조기치료

#### [아동청소년팀]

##### 1. (비대면) '마음피움교실' 가족미술치료프로그램

- 일시 : 10/6, 10/13, 10/20, 10/27
- 대상 : 센터 등록 아동청소년 및 가족 11가정
- 장소 : 안산시정신건강복지센터 2층 프로그램 실
- 내용 :
  - 미술치료를 통해 감정이나 내면 을 확인하여 자기표현 유도, 자아존중감 향상, 가족 간 상

호작용을 통한 관계 개선

- ZOOM프로그램을 활용하여 각 가정에서 실시간 비대면 온라인 프로그램 진행

2. (비대면) '마음키움교실' 중고등 정신건강교육

○ 일시 : 10/7 (13:00-14:00)

○ 대상 : 양지고 1,2,3학년 900여명

○ 장소 : 양지고등학교

○ 내용 :

- 우울, 불안에 대한 이해와 비자살성 자해예방 교육

- 시청각실에서 강사가 녹화한 내용을 온라인 학습터 이용하여 송출

3. (비대면) '마음피움교실' 원예치료 프로그램

○ 일시 : 10/8, 10/15, 10/22, 10/29

○ 대상 : 정서문제가 있는 센터 등록 아동청소년 7명

○ 장소 : 안산시정신건강복지센터 2층 프로그램실

○ 내용 :

- 원예치료를 통해 자기 효능감을 높여 정서적 안정과 자존감을 향상

- ZOOM프로그램을 활용하여 각 가정에서 실시간 비대면 온라인 프로그램 진행

4. (비대면) '마음톡움교실' 초등 인형극

○ 일시 : 10/5, 10/6, 10/8

○ 대상 : 본원초 3학년 200여명, 본원초 4학년 180여명

○ 장소 : 본원초 각 학급, 각 가정

○ 내용 :

- 인형극을 통하여 학교폭력, 또래관계 자해 등의 학교생활 어려움을 공감하고 대처방법 습득

- 비대면 교육으로 각 학급에서 인형극 영상 시청

5. (비대면) '마음톡움교실' 초등정신건강교육

○ 일시 : 10/7, 10/8, 10/19

○ 대상 : 본원초 6학년 170여명, 석수초 5,6학년 230여명

○ 장소 : 본원초 방송실, 석수초 방송실

○ 내용 :

- 비자살성 자해에 대한 이해 및 대처방법 교육

- 라이브 방송 송출을 통하여 비대면 교육으로 진행

6. (비대면) 부모훈육훈련 프로그램

○ 일시 : 10/19, 10/26 (15:00-16:30)

○ 대상 : 초등저학년 자녀를 둔 학부모 10명 (구세군 지역아동센터)

○ 장소 : 안산시정신건강복지센터 2층 프로그램 실

○ 내용 :

- 효과적인 자녀양육 방법을 통한 자녀양육시 발생하는 부모스트레스 해소

- 저학년 학부모 대상 부모훈육훈련을 통한 부모-자녀 관계개선
- 행동의 정의, 성인애착유형검사, 양성강화법, 타임아웃법, 관심주기와 계획적으로 무시하기, 효과적으로 꾸중하기, 타협하기
- ZOOM프로그램 활용하여 각 가정에서 비대면 온라인 교육

7. (비대면) 교사 정신건강증진 '마음쓰담'교육

- 일시 : 10/20 (13:00-16:00)
- 대상 : 교사
- 장소 : 안산시정신건강복지센터 2층 프로그램실
- 내용 :
  - 청소년 자해 행동 개입프로그램 '마음쓰담' 교육을 통해 청소년 자해의 특성에 대한 이해도 향상
  - 실제 현장에서 사용 가능한 집단프로그램 운영 기술 제공
  - ZOOM프로그램을 활용하여 각 학교에서 시청

8. (비대면) '마음톡옴교실' 초등 인형극

- 일시 : 10/22 (09:00-12:00)
- 대상 : 초당초 5,6학년 420여명
- 장소 : 초당초 각 학급
- 내용 :
  - 인형극을 통하여 학교폭력, 또래관계 자해 등의 학교생활 어려움을 공감하고 대처방법 습득
  - 비대면 교육으로 각 학급에서 인형극 영상 시청

9. (비대면) '슬기로운 가족생활 - 교육편'

- 일시 : 10/26 (10:00-12:00)
- 대상 : 센터 등록 아동청소년 보호자 15여명
- 장소 : 안산시정신건강복지센터 2층 프로그램실
- 내용 :
  - 행동문제 고위험군에 대한 대처법 안내
  - 행동문제를 가진 아동·청소년 학부모를 위한 양육방법 코칭
  - 아동·청소년 정신건강의 이해
  - ZOOM프로그램을 활용하여 각 가정에서 실시간 비대면 온라인 교육 진행