

# '25 하이힐링원 특수분야 직무연수 「숲속마음충전소」 운영 계획

## 1. 운영 개요

- 연 수 명 : 하이힐링원 「숲속마음충전소」
- 지정번호 : 강원교육연수-특수분야-2025-037
- 연수기간 : 2025. 07. 30.(수) ~ 07. 31.(목) (1박2일, 15시간)
- 연수대상 : 전국 초·중·고등 교원 등 교육전문직 20명
- 연수장소 : 하이힐링원 內 실내/외 강의장
- 연수과정 : 자기계발과정 / 집합(합숙)운영
- 이수기준 : 연수 시간의 90%이상 출석 시, 이수 처리함 \*불참시간 1시간30분까지 인정
- 연수비용 : 141,520원(VAT 포함) / 프로그램 7개, 식사 4식, 숙박 1일 포함

## 2. 신청 안내

- 신청기간 : 모집공고 게시 직후 ~ 06. 13.(금) 까지
- 신청방법 : 구글 설문(선착순)방식으로 우측 QR코드 확인  
→ 카메라 스캔 → 사이트 접속 → 신청서 작성
- 선정안내 : 추후 휴대폰·메일·SMS 등 개별 통보  
\*연수자 선정 이후 공문 발송 및 입금 정보 안내 예정이며 입금 완료 후 최종 확정됩니다.
- 선정기준 : 강원도교육청 소속 20%(4명) 이상 우선 선발 후, 타지역 교원 선발
- 문의사항 : (운영) 박근태 과장 033-370-7701 / (기획) 정의용 대리 033-370-7700
- 홈페이지 : [www.foresthealing.or.kr](http://www.foresthealing.or.kr)



## 3. 연수 목적

- 교원 업무 스트레스 완화를 통한 심신회복 및 자기성장

#### 4. 연수 내용

##### ○ 연수일정표

시간 \ 일자	7/30(수)	7/31(목)
08:00~09:00		조식
09:00~10:00	등록 및 O.T. (09:30~10:00)	섬지골피크닉&해먹테라피 (산림치유) ※ 중식포함
10:00~11:00	스트레스 측정검사(심리)	
11:00~12:00		
12:00~13:00	중식	자유시간
13:00~14:00	자유시간	공드림 (목공)
14:00~15:00	싱잉볼뮤직테라피(명상)	
15:00~16:00		쿠킹클래스 (요리)
16:00~17:00	컬러아로마비누(공예)	수료식 및 설문
17:00~18:00		
18:00~19:00	석식	
19:00~20:00	힐링툴테라피 (요가·명상)	
20:00~21:00		
21:00~	정리 및 취침	

※ 1교시 50분 단위이며, 쉬는 시간 제공됩니다.

※ 프로그램 운영 일정은 상황에 따라 변동될 수 있습니다.

##### ○ 연수과목 소개

구분	연수과목	내용
심리/정서	스트레스 측정검사	뇌피로도, 활력도 등 스트레스 지수를 측정하는 바이브라시스템 검사하기
아트	컬러아로마비누	컬러성향검사를 통해 자신의 컬러를 이해하고 아로마오일 비누만들기
	공드림	친환경 나무소재로 실용적 아이템 '책받침&거치대' 만들어 목공 체험하기
릴렉싱	싱잉볼뮤직테라피	싱잉볼의 연주를 듣고 이완·명상을 경험하며 몸과 마음의 밸런스 찾기
	힐링툴테라피	신체이완 도구로 근육과 근막을 빠르게 이완시키며 피로감 해소하기
산림치유	섬지골피크닉&해먹테라피	산림치유인자가 풍부한 소나무숲 해먹 체험 및 숲에서 피크닉 즐기기
요리	쿠킹클래스	직접 요리 재료를 손질하여 맛있는 제빵 체험하기

## ○ 강사 명단

성 명	소속기관	강의 과목	강의 시간	약 력
김선묵	산림힐링재단	섬지골피크니&해먹테라피	3	<ul style="list-style-type: none"> <li>산림치유지도사 2급 &amp; 목공체험지도사 1급</li> <li>前 국립백두대간수목원 교육팀</li> <li>중의학 및 사상체질 전문가</li> </ul>
박근태	산림힐링재단	스트레스 측정검사	2	<ul style="list-style-type: none"> <li>일본 치바대학교 원예학부 졸업(석사)</li> <li>충북대학교 산림치유전공(박사수료)</li> <li>스트레스 검사 관련 측정 및 분석 다수</li> </ul>
정의용	산림힐링재단	컬러아로마비누	2	<ul style="list-style-type: none"> <li>임상음악전문가 1급</li> <li>IBAA아로마전문가 2급</li> <li>글로벌웰니스전문가(컬러테라피)</li> </ul>
이마린	델타테라피상담소	싱잉볼뮤직테라피	2	<ul style="list-style-type: none"> <li>싱잉볼명상지도자 자격증</li> <li>싱잉볼치유사 자격증</li> <li>세명대학교 교양대학 겸임교수</li> </ul>
김한아	프리랜서	힐링툴테라피	2	<ul style="list-style-type: none"> <li>태백보건소, 태백교육도서관 명상 교육</li> <li>요가지도사 1급, 레크리에이션 지도자 1급</li> </ul>
배원열	나무깎는집	공드림	2	<ul style="list-style-type: none"> <li>목공지도사 1급</li> <li>청소년 진로체험 등록/멘토링 강의</li> </ul>
이호상	별애별빵	쿠킹클래스	2	<ul style="list-style-type: none"> <li>제빵자격증</li> <li>청소년&amp;성인 제빵교육 다수</li> </ul>

## 5. 연수비 환불 계획

<p>&lt;하이힐링원 수입 징수 환불 규정 : 입소일 기준&gt;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>예약한 자가 예약사항을 취소한 경우에는 『소비자기본법』제12조 및 소비자분쟁해결기준에 따라 아래와 같이 환불 기준이 적용.</li> <li>(재)산림힐링재단은 사회공헌사업을 진행함 있어서 사업에 차질이 발생하지 않도록 환불 기준으로 정립함.</li> <li>사용예정일 5일 전까지 취소 : 100%환불</li> <li>사용예정일 4일 전까지 취소 : 80%환불</li> <li>사용예정일 3일 전까지 취소 : 70%환불</li> <li>사용예정일 2일 전까지 취소 : 50%환불</li> <li>사용예정일 1일 전까지 취소 : 30%환불</li> <li>사용 당일 24시 전까지 취소 : 20%환불</li> <li>사용 당일 24시 이후 및 No-show : 환불 x</li> </ul>
---

※ 신중한 신청 부탁드립니다 연수 참가 확정 이후의 취소 희망 경우, 즉시 연락 바랍니다.

## 6. 기타 안내사항

- 온전한 힐링을 위해 객실 내 TV 및 Wi-Fi 등 디지털 디톡스를 지향하고 있습니다.
- 환경보호를 위해 기존 사용하는 다회용품을 챙겨오시면 좋습니다.  
(칫솔, 치약 등) \*무인자판기에서 구매 가능
- 객실 구비 물품 목록은 다음과 같습니다.  
(드라이기, 샴푸, 바디워시, 수건, 컵)
- 숲(해발 500m) 환경에 적절한 의류, 운동화 등을 착용해주시길 바랍니다.
- 연수 운영 관련 자세한 내용은 연수자 선정 후, 안내해드릴 예정입니다.