

# 생활관 & 괴산군 정신건강복지센터 유리공예 만들기

1. 목적: 중원대학교 생활관생 스트레스 해소 프로그램을 통해 자신의 스트레스 정도를 객관적으로 살펴보고 정신건강에 대한 관심도를 높일 수 있도록 함
2. 스트레스 검사: 사전 및 사후 스트레스 검사 - 스트레스자각척도(PSS) 검사 결과 대비 1점 이하 하락하면 달성한 것으로 함
3. 일시: 2025.4.1.(화) 10:00~11:30
4. 장소: 생활관 휴게실(1동 3층)
5. 대상: 남녀 생활관생 20명(신청: 통합행정실)
6. 기대 효과: 정서적 안정감 부여, 자신의 정신건강 상태 확인
7. 주최: 괴산군 정신건강복지센터, 중원대학교 생활관
8. 생활관 상점 부여: 2점(생활관 프로그램 참여 상점)  
※ 꼭 참여할 수 있는 관생만 신청 바람(사유: 소수의 인원 모집)

**중원대학교 생활관 스테인드글라스 썬캐처 원데이 클래스**

**중원대학교 생활관 새학기 적응프로그램 미니썬캐처 만들기**

**선착순 접수**  
중원대학교 생활관 사무실  
여학생 10명, 남학생 10명 총 20명  
문의 : 여자생활관 손정화 주임  
043-830-8252, 8256

**프로그램 내용**  
4.1.(화) 10:00 ~ 11:30  
중원대학교 남자생활관 3층 휴게실  
미니썬캐처 만들기(미니 키링)  
진행 : 괴산글라스유 공방 대표 이경선

프로그램 신청 후 무단결석 할 경우  
다른 프로그램에 참여 할 수 없습니다.

괴산군정신건강복지센터

2025. 3. 24.

생활관장