

4월 프로그램 참여자 모집 안내

대구광역시청년센터는 지역 청년들이 일상을 회복하고 구직 의욕 유지를 돕기 위하여 지역사회 중심의 맞춤형 프로그램 「**청년성장프로젝트 청년카페 취트키**」를 진행합니다.

프로그램 참여를 통해 청년이 자신의 가능성을 탐색하고 새로운 기회를 발견하도록 **진로맞춤설계, 사회역량강화, 마음돌봄힐링** 등 3가지 테마의 프로그램을 제공하여 청년의 사회진입을 지원하고자 하오니, 청년센터와 함께 자신만의 특별한 진로를 찾아가고자 하는 청년들의 많은 관심과 참여를 기대합니다.

대구광역시청년센터장

모집 내용

○ 모집 대상

일상 회복과 구직 의욕 유지를 희망하는 15세 ~ 39세 이하 청년 누구나
(대구시청년기본조례* 기준에 따라 35 ~ 39세 청년 30% 범위 내 참여 가능)

○ 모집 인원

- 각 프로그램별 선착순 접수(초과 신청 시, 10명까지 대기 접수)
- 20시간 내 강의와 체험형 프로그램으로 구성 (80% 출석 시 수료증 발급)

프로그램명	일정	모집 인원	내용
진로맞춤설계 (진로한달)	화요일 오후1시~6시 【5시간씩 4회 운영】	40명	직업흥미검사 등을 통해 자신만의 진로를 찾아가는 한 달간의 여정
사회역량강화 (갯생즈)	화,수요일 저녁7시~9시30분 【2.5시간씩 8회 운영】	40명	일상관리를 통해 자립하고 스스로 성장하는 프로그램
사회역량강화 (수요센스클럽)	수요일 오후 1시~6시 【5시간씩 4회 운영】	40명	일상에 녹아들 경험을 통해 취향과 자립을 키우는 집중 성장 프로그램
마음돌봄힐링 (월간다운나)	화,수요일 저녁7시~9시30분 【2.5시간씩 8회 운영】	35명	일상 전환을 위한 마음 돌봄

※ 각 프로그램 상세 운영안(3쪽~6쪽)을 함께 확인해 주세요.

신청 및 선정 절차

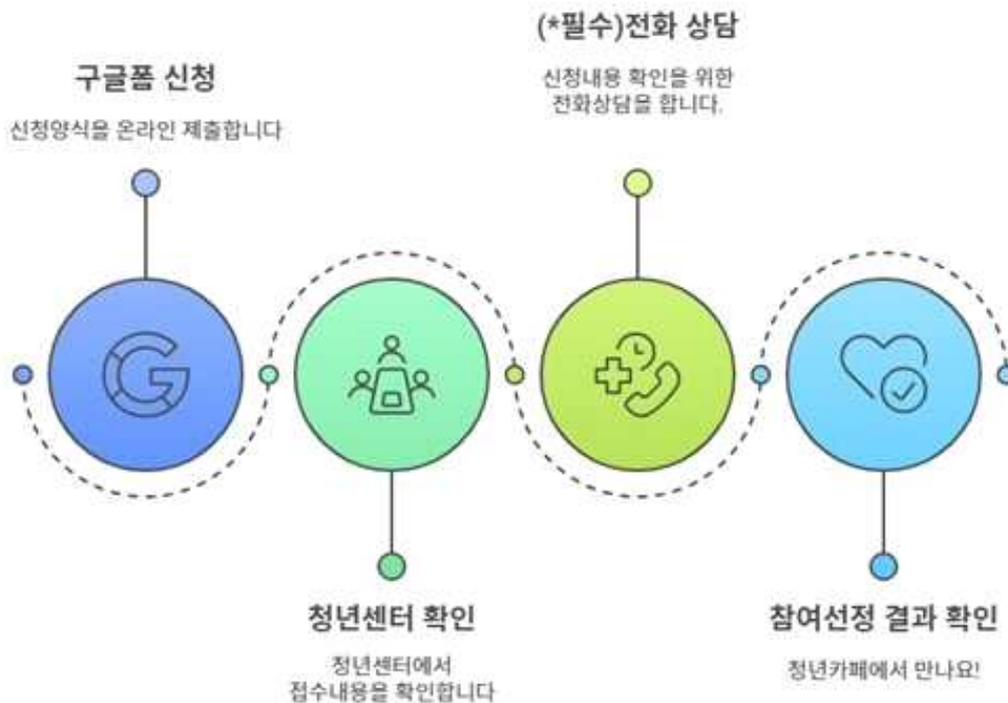
○ 신청 기간

2026년 3월 3일(화) ~ 3월 30일(월) 23:59까지 접수

○ 선정 절차

온라인 신청

<https://forms.gle/ZtDUcpCmGznkiBS3A>



유의 사항 안내

○ 유의 사항

- 신청자 접수 후 **필수**로 유선 상담을 진행합니다.
연락처 오기재, 부재중으로 인한 연락 불능 시 참여 미선정 될 수 있습니다.
- **최종 선정 결과는 3월 31일(화) 오후 4시 이후**, 홈페이지 안내 및 개별 메시지 안내합니다.
- 2025년, 2026년 동일 사업의 미수로 및 중도 포기자는 참여 선정 시 후순위 배정할 수 있습니다.
- 오리엔테이션(1회차)은 필수 참여입니다. 불참 시 선정 취소할 수 있습니다.

○ 문의

대구광역시청년센터 활동지원팀

- (전화) 053-426-1939
- (메일) dgyc1939@daum.net

프로그램별 상세 운영안 ※ 운영 상황에 따라 변경될 수 있음

그룹1		진로맞춤설계(진로한달) (5시간 X 4회)		
회차	구분	내용	일시	장소
1차시	오리엔테이션	• 프로그램 안내 등 오리엔테이션 청년고용정책 소개	4/7(화) 13:00~18:00	청년센터 <활동그래> 상상홀 - 중구 중앙대로 402, 2층
	네트워킹	• 진로한달, 우리 같이 시작해볼까요?		
	진로설계입문	• 일하기 싫음병, 정상입니다 : 싫은 마음 속 진짜 욕구 찾기 프로젝트		
2차시	직업흥미검사	• 내 미래는 STRONG하게! 즐겁게 할 수 있는 일 찾기 프로젝트! : STRONG 직업흥미검사 • 흥미 소그룹 네트워킹	4/14(화) 13:00~18:00	중구 중앙대로 402, 2층
3차시	고용센터활용	• 고용센터 어디까지 알고있니? '취업 치트키' 200% 활용법	4/21(화) 13:00~18:00	대구고용복지 플러스센터 성취실 - 수성구 범어2동 45-31, 9층
	창업진로	• 새로운 시작을 알리는 소리! 반짝반짝 글라스 아트 도어벨 만들기		
4차시	진로구조화	• 100일의 기적, 취업 성공 플랜 설계 : 실현 가능한 진로를 돕는 플래너 선물	4/28(화) 13:00~18:00	청년센터 <활동그래> 상상홀 - 중구 중앙대로 402, 2층
	수료식 소감공유회	• 수료식 • 소감공유회		

그룹2

사회역량강화(갯생즈) (2.5시간 X 8회)

※ 주 2회 진행하는 프로그램입니다. 일정 참고해주세요.

회차	구분	내용	일시	장소
1차시	오리엔테이션	<ul style="list-style-type: none"> 프로그램 안내 등 오리엔테이션 청년고용정책 소개 	4/7(화) 19:00~21:30	청년센터 <활동그레> 상상홀 - 중구 중앙대로 402, 2층
	일상관리	<ul style="list-style-type: none"> 작심삼일 말고 작심유지, 갯생 구조 3단 세팅 : 동기부여, 시간관리, 원동력 		
2차시	생산도구활용	<ul style="list-style-type: none"> Notion 세팅 : 나만의 생산성 시스템 만들기 	4/8(수) 19:00~21:30	
3차시	생산도구심화	<ul style="list-style-type: none"> Notion 확장 : 업무·일상 통합 템플릿 설계 	4/14(화) 19:00~21:30	
4차시	생산도구활용	<ul style="list-style-type: none"> 생성형 AI와 대화하기 : AI로 나만의 그래픽 포스터 만들기 	4/15(수) 19:00~21:30	
5차시	생산도구심화	<ul style="list-style-type: none"> 생성형 AI와 친해지기 : AI로 나만의 브랜드 만들기 	4/21(화) 19:00~21:30	
6차시	현직자강의	<ul style="list-style-type: none"> N잡러, 일의 즐거움과 괴로움 : N잡러에게 직접 듣는 리얼 스토리 	4/22(수) 19:00~21:30	
7차시	퍼스널브랜딩	<ul style="list-style-type: none"> 나의 방향성이 보이는 퍼스널 브랜딩 	4/28(화) 19:00~21:30	
8차시	창업진로	<ul style="list-style-type: none"> 갯생즈 완주 기념, 나의 실행 공간 만들기 : 나만의 데스크 수납함 제작 	4/29(수) 19:00~21:30	
	수료식 소감공유회	<ul style="list-style-type: none"> 수료식 소감공유회 		

그룹3

사회역량강화(수요센스클럽) (5시간 X 4회)

회차	구분	내용	일시	장소
1차시	오리엔테이션	• 프로그램 안내 등 오리엔테이션 청년고용정책 소개	4/8(수) 13:00~18:00	청년센터 〈활동그레〉 상상홀 - 중구 중앙대로 402, 2층
	네트워킹	• 나의 2% 부족함을 사랑하는 법		
	생활역량강화	• 인.센.스. 인생에 센스가 필요할 땐? 스-을며시 인센스스틱!		
2차시	동기부여 (현직자멘토링)	• 어쩌다 목수, 어느새 천직 목수! 창업 스토리	4/15(수) 13:00~18:00	
		• 그대 춤을 추는 나무반지 만들래요?		
3차시	사회경험 네트워킹	• 무너지지마, 나를 지탱하는 관계소통법	4/22(수) 13:00~18:00	
		• 어색함은 0(Zero), 연결은 100(Max) : 대인관계 확장 스킬		
4차시	현직자멘토링	• Print Your Future : 실크스크린 진로 탐색 & 체험	4/29(수) 13:00~18:00	
	수료식 소감공유회	• 이'토록 '별'난 우리들의 축제 : 이별 (수료식, 소감공유회)		

그룹4

마음돌봄힐링(월간다운나) (2.5시간 X 8회)

※ 주 2회 진행하는 프로그램입니다. 일정 참고해주세요.

회차	구분	내용	일시	장소
1차시	오리엔테이션	• 프로그램 안내 등 오리엔테이션 청년고용정책 소개	4/7(화) 19:00~21:30	청년센터 〈다운나그래〉 - 북구 대현로3 3층
	네트워킹	• 무너지지 않고 한계를 넘는 '마음 근육' 트레이닝		
2차시	힐링체험	• 봄에 어울리는 나의 취향[香]을 담아	4/8(수) 19:00~21:30	
3차시	자기이해	• 이 마음도 통역 되나요? 〈영화로 배우는 자기이해〉 • 언어의 온도 : 우리는 왜 서로의 진심을 오역할까?	4/14(화) 19:00~21:30	
4차시	힐링체험	• 액막이 명태 만들어 볼까요?	4/15(수) 19:00~21:30	
5차시	자기이해	• 내 행동 사용 설명서	4/21(화) 19:00~21:30	
6차시	일상회복	• 무너지지 않는 1분 저녁 루틴	4/22(수) 19:00~21:30	
7차시	현직자멘토링	• 마음 먼저 털어내기 : 나를 위한 '감정세탁' 비누 만들기	4/28(화) 19:00~21:30	
8차시	자기수용	• 오늘부터 나랑 1일 : 어색해도 괜찮은 사랑 연습	4/29(수) 19:00~21:30	
	수료식 소감공유회	• 웃으며 안녕! 봄날에 또 만나요~ (수료식, 소감공유회)		