



수신자 평택시 내 외국인투자기업 대표이사님 제위

(경 유) 인사/총무/노무 담당자 등

제 목 「평택시 외국인투자기업 인사·노무 담당자 온라인 워크숍」 개최 참석 요청의 건

1. 항상 깊은 관심에 감사드리며, 귀사의 무궁한 번창을 진심으로 기원합니다.

2. [워크숍 안내] 상기 제목과 관련하여 경기도외국인투자기업지원센터와 평택시 노사민정협의회에서는 ‘**마음챙김 훈련을 통한 코로나19의 코로나 블루 극복**’이란 주제로 「평택시 내 외국인투자기업 인사노무담당자 워크숍」을 **온라인**으로 개최하고자 합니다. 아래 일정 참고하시어 바쁘시더라도 꼭 참석해주시면 감사하겠습니다.

- 아 래 -

- 일 시 : **2020년 06월 18일(금) 12:00 ~ 18:00**
- 장 소 : 각 사업장 및 개인장소/ Zoom온라인 (*URL 추후공지)
- 참석대상 : 평택시 내 외국인투자기업 인사·노무 담당자 등
- 주요내용 - 글로벌 기업들은 왜 마음챙김 명상에 빠져있는가?
 - 마음챙김과 주의력 훈련, 자신을 돌보는 마음챙김 훈련 등

3. 참석여부는 아래 표 작성 및 이메일로 보내드린 안내문의 참가신청서를 작성하시어 **06월 14일(월)까지** 회신해주시면 대단히 감사하겠습니다. (※문의: 전지혜 차장 / T.031-247-8855, F.031-8066-7210)

기업명	성명	직책	연락처(휴대폰)/이메일

경기도외국인투자기업지원센터



★ 차장 전지혜

센터장 김용문

협조자

시행 외지원 2021-014 (2021.06.08.) 접수 ()
 수원사무소 : 우 16229 경기도 수원시 영통구 창룡대로 260, 801호(이의동, 광교센트럴비즈타워)/
 평택사무소 : 우 17740 경기도 평택시 장당길 120 장당근로자복지회관 2층/
www.gafic.or.kr / 전화 031-247-8855 / 전송 031-8066-7210 / 이메일 gafic1@gafic.or.kr /

'21 평택시 외국인투자기업 인사·노무 담당자 온라인 워크숍 (마음챙김 1차)

2021.05.31.(월)

[참가비 무료]

구분	내 용																								
목적	<ul style="list-style-type: none"> 2020년부터 시작된 코로나-19 상황으로 인해 평택시 내 외국인투자기업에 근무하는 인사·노무 및 노조업무 담당자 등 다수의 임직원이 정신적인 어려움(코로나블루)을 겪고 있음. 이에 대한 정서적인 해소의 기회를 마련하기 위함. 																								
개요	<p style="text-align: center;">[MBSR(Mindfulness-Based Stress Reduction)]</p> <ul style="list-style-type: none"> 일 시 : 2021. 6. 18(금) 12:00 ~ 18:00 <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 5px 0;"> <p>■ 내 용 : 마음챙김 훈련을 통한 코로나19의 코로나 블루 극복</p> <ul style="list-style-type: none"> - 글로벌 기업들은 왜 마음챙김 명상에 빠져있는가? - 마음챙김과 주의력 훈련 - 자신을 돌보는 마음챙김 훈련 등 <p>■ 강 사 : 배서영(한국 MBSR 마음챙김연구소 연구위원)]</p> </div> <ul style="list-style-type: none"> 장 소 : 각 사업장 및 개인 장소 (Zoom온라인) 주 관 : 평택시노사민정협의회 / 경기도외국인투자기업지원센터 후 원 : 평택시 <p style="text-align: center;">※당일 행사 참가자 전원에게 1인당 2만원 상당의 배달의민족 상품권 지급</p>																								
세부 일정	<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <thead> <tr> <th style="text-align: center;">시간</th> <th style="text-align: center;">소요</th> <th style="text-align: center;">내용</th> <th style="text-align: center;">비고</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td style="text-align: center;">12:00~13:30</td> <td style="text-align: center;">90</td> <td style="text-align: center;">오찬</td> <td style="text-align: center;">배달의민족(각자 본인의 위치에서 식사)</td> </tr> <tr> <td style="text-align: center;">13:30~14:00</td> <td style="text-align: center;">30</td> <td style="text-align: center;">행사준비</td> <td style="text-align: center;">등록</td> </tr> <tr> <td style="text-align: center;">14:00~14:10</td> <td style="text-align: center;">10</td> <td style="text-align: center;">인사말</td> <td style="text-align: center;">워크숍 행사 안내 (주최측)</td> </tr> <tr> <td style="text-align: center;">14:10~17:00</td> <td style="text-align: center;">170</td> <td style="text-align: center;">교육</td> <td style="text-align: center;">마음챙김 훈련을 통한 코로나19 극복 (한국 MBSR 마음챙김연구소 배서영)</td> </tr> <tr> <td style="text-align: center;">17:00~18:00</td> <td style="text-align: center;">60</td> <td style="text-align: center;">석식</td> <td style="text-align: center;">배달의 민족(각자 본인의 위치에서 식사)</td> </tr> </tbody> </table>	시간	소요	내용	비고	12:00~13:30	90	오찬	배달의민족(각자 본인의 위치에서 식사)	13:30~14:00	30	행사준비	등록	14:00~14:10	10	인사말	워크숍 행사 안내 (주최측)	14:10~17:00	170	교육	마음챙김 훈련을 통한 코로나19 극복 (한국 MBSR 마음챙김연구소 배서영)	17:00~18:00	60	석식	배달의 민족(각자 본인의 위치에서 식사)
시간	소요	내용	비고																						
12:00~13:30	90	오찬	배달의민족(각자 본인의 위치에서 식사)																						
13:30~14:00	30	행사준비	등록																						
14:00~14:10	10	인사말	워크숍 행사 안내 (주최측)																						
14:10~17:00	170	교육	마음챙김 훈련을 통한 코로나19 극복 (한국 MBSR 마음챙김연구소 배서영)																						
17:00~18:00	60	석식	배달의 민족(각자 본인의 위치에서 식사)																						
향후 계획	<ul style="list-style-type: none"> 워크숍 이후 마음챙김 MBSR 8주 프로그램 실행 예정 ※ MBSR(Mindfulness-Based Stress Reduction) : 고급 힐링, 명상, 자기관리 등으로 명성이 높은 정신수양 프로그램 																								
답 당 / 신청	<ul style="list-style-type: none"> 평택시노사민정협의회(031-668-8052, ptlmcg@gmail.com) 경기도외국인투자기업지원센터(031-247-8855, gafic1@gafic.or.kr) <p style="text-align: center;">※참가신청은 전화 또는 이메일로 부탁드립니다.</p> <p style="text-align: center;">“기업명, 성명, 직책, 연락처(휴대폰), 이메일 필수 기재”</p>																								