

나만의 블로그·전문강사...인생 2막 도전

광주평생교육원 무료 강좌
5월까지 중장년·퇴직자 대상
‘찾아가는 제2 인생설계’도

‘인생은 60(세)부터, 이제는 100세 시대’라는 말이 회자되지만, 정작 중장년은 인생 후반기를 어떻게 설계해야 할지 막막하다. 참고할만한 복지 프로그램이 마땅치 않아서다. 은퇴를 앞두고 ‘앞으로 난 뭐하고 살아야 하나’, ‘내 인생 2막은 어떻게 할까’라고 고민하는 중장년을 위해 광주평생교육진흥원이 진행하는 ‘인생이모작 프로그램’을 소개한다.

광주평생교육진흥원이 준비한 인생이모작 프로그램은 5개 프로그램으로 구성됐다.

첫 번째로 ‘제2인생설계 아카데미’는 2월 23일부터 5월 11일까지 매주 목요일 오후 2시부터 세 시간 동안 강의가 진행된다. 삶의 전환기에 있는 중장년세대의 미래를 위한 비전을 설계하는 교육과정으로 100세 시대 일과 삶의 재구성 및 자기성찰, 건강, 관계 형성 등 다양한 주제로 이루어진 강의를 들을 수 있다. 인생이모작을 준비하는 중장년세대 40명을 대상으로 한다.

‘퇴직자 중심 사회공헌 아카데미’는 2월 20일부터 5월 22일까지 매주 월요일과 수요일 오후 2시부터 5시까지 강의가 진행된다. 기본교육과 심화교육으로 나뉘어져 있으며 전문직(공무원, 교사, 기업 관련 직종 등) 퇴직자가 그들이 가진 전문성, 경험, 지혜 등을 활용해 사회공헌활동을 하면서 보람 있는 인생을 재설계할 수 있도록 돕는 교육과정이다. 사회공헌활동에 관심이



지난해 진행된 ‘퇴직자 중심 사회공헌 아카데미’ 참가자들이 수업을 받고 있다.

〈광주평생교육진흥원 제공〉

많고, 참여자 모집 분야에 따라 학습동아리 형성 및 사회공헌활동이 가능한 퇴직자 40명을 대상으로 한다.

‘비영리단체 설립·운영’ 프로그램은 2월 24일부터 4월 28일까지 매주 금요일 오전 9시30분부터 시작한다. 실무 중심의 강좌로 비영리단체 활동과 설립·운영에 관해 탄탄한 기초를 쌓을 수 있고 전체적인 이해를 도울 수 있는 공익전문가 과정이다. 비영리단체 설립·운영을 희망하는 광주시민 20명(만45~64세)을 대상으로 한다.

‘나만의 브랜드 홍보 마케팅’ 프로그램은 3월 7일부터 5월 16일까지 매주 화요일 오후 2시부터 진행된다. 이 강좌는 개인 사업과 브랜드 홍보를 위한 온라인 홍보 트렌드 및 다양한 사례를 소개하는 강좌다. 블로그, 모바일 홈페이지 등 효과적인 온라인 활용 홍보 등을 배울 수 있으며 개인 사업 및 브랜드 홍보에 관심 있는 광주

시민 20명(만45~64세)을 대상으로 한다. 마지막으로 ‘전문강사 양성’ 과정은 2월 20일부터 4월 24일까지 매주 월요일 오후 2시부터 시작한다. 이 프로그램은 중장년층이 가진 경험과 노하우를 필요로 하는 곳에 효율적으로 전달할 수 있도록 도우면서 전문강사로서 성장할 수 있도록 도움을 주는 강좌다. 또한, 효과적인 강의기법, 강의 실습 및 피드백 등 강의활동에 도움이 되는 실용적인 과목으로 구성되어 있다. 강의사업 진출 및 강의능력 향상 희망하는 광주시민 20명(만45~64세)을 대상으로 한다.

아울러 진흥원은 ‘일자리 창출을 위한 공모사업’, ‘인생이모작 커뮤니티 발굴 및 지원’, ‘이모작 학습공동체 열린 교실’, ‘찾아가는 제2인생설계 아카데미’, ‘인생이모작 상담실 운영’ 등을 통해 인생 후반 설계를 희망하는 중장년세대를 위해 다양한

■ 평생교육원 인생이모작 강좌

- ① 제2인생설계 아카데미
2월23일~5월11일(매주 목요일)
오후 2시~5시
- ② 퇴직자 중심 사회공헌 아카데미
2월20일~5월22일 (주2회/월.수)
오후 2시~5시
- ③ 비영리단체 설립·운영
2월24일~4월28일(매주 금요일)
오전9시30분~오후 12시30분
- ④ 나만의 브랜드 홍보 마케팅
3월7일~5월16일(매주 화요일)
오후 2시~5시
- ⑤ 전문강사양성(교수법, 스토리텔링 등)
2월20일~4월24일(매주 월요일)
오후 2시~5시

사업을 진행할 예정이다. 문의 062-600-5241. /전문제기자 ej6621@

“부부 노후 적정생활비는 월 237만원”

50세 이상 4816가구 설문

50대 이상 중고령자가 생각하는 노후 적정생활비는 부부기준 월 237만원, 개인기준 월 145만원이라는 조사결과가 나왔다.

국민연금공단의 국민연금연구원은 2015년 4월부터 9월까지 50세 이상 중고령자 4816가구를 대상으로 경제상황과 고용, 은퇴, 노후준비, 건강 등의 항목에 걸쳐 국민노후보장패널 6차년도 조사를 한 결과, 이같이 나타났다고 지난 31일 밝혔다.

조사 결과, 50대 이상 중고령자가 인식하는 월평균 노후 적정생활비는 부부기준 236만9000원, 개인기준 145만3000원이었고, 월평균 최소생활비는 부부기준 174만1000원, 개인기준 104만원이었다.

적정생활비는 표준적인 생활을 하는데 충족한 비용을, 최소생활비는 특별한 질병 등이 없는 건강한 노년을 가정할 때 최저의 생활을 유지하는데 필요한 비용을 말한다.

연령별 월평균 적정생활비는 50대는 부부기준 260만7000원, 개인기준 158만9000원이고, 60대는 부부기준 228만2000원, 개인기준 140만4000원, 70대는 부부기준 201만3000원, 개인기준 124만9000원, 80대 이상은 부부기준 191만5000원, 개인기준 116만8000원 등이었다.

월평균 적정생활비를 거주지역별로

보면, 서울은 부부기준 259만8000원, 개인기준 155만6000원이며, 광역시는 부부기준 245만1000원, 개인기준 147만4000원, 그 밖의 지역은 부부기준 225만2000원, 개인기준 140만7000원 등이었다.

이번 조사에서 은퇴자의 약 56%는 비자발적으로 은퇴했으며, 은퇴 결정에 가장 큰 영향을 준 요인으로는 고령·질병 등으로 인한 건강 악화(36.1%)의 비중이 가장 높았다.

은퇴 후 좋아진 점으로는 ‘일에서 오는 스트레스로부터의 자유로움’(32.2%)이, 나빠진 점으로는 ‘경제적 어려움’(46.3%)이 각각 가장 많이 꼽혔다.

연령별로는 50대는 본인(63.4%)과 배우자(25.0%)가 노후대책을 세우야 할 주제로 인식하지만, 고령자일수록 정부의 역할에 대한 기대가 큰 것으로 나타났다.

노후대책에서 개인적으로 가장 중요하게 여기는 부분은 경제적 문제(53.3%)이며, 사회 전반의 노후대책으로 요구하고 인식하는 부분은 건강·의료 문제(44.3%)로 나타났다.

고령자의 반수 이상은 의사로부터 진단받고 3개월 이상 증상이 지속하거나 혹은 치료받는 만성질환이 있는 것으로 나타났다. 특히 60대 이후 만성질환이 급격히 증가해 노후 보건의료비 지출 부담이 크게 늘 것으로 우려됐다. <연합뉴스>



광주 변호사들 후원금 전달 광주지방변호사회(회장 최병근)는 최근 광주 시 동구에 있는 아동복지시설 일백원과 광주 초록우산어린이재단, 순천 조례노인복지센터, 영암 소정원 등 4개 기관에 각각 100만원씩 이웃돕기 후원금을 전달했다. <광주변호사회 제공>

푸드뱅크에 세제·치약·화장지도 기부할 수 있어요

복지부 시행령 개정...4일부터

2월 4일부터 기부식품 제공 사업장(푸드뱅크)에 식품 외에 세제·치약·화장지 등 개인 위생 관리에 필요한 생활용품도 기부할 수 있게 된다.

보건복지부는 이 같은 내용이 포함된 ‘식품기부 활성화에 관한 법률 시행령’ 일부 개정안이 국무회의를 통과해 2월 4일부터 시행된다고 최근 밝혔다.

개정안은 기부식품 제공 사업장(푸드뱅크)에 기부할 수 있는 품목이 식품에서 생활용품까지 확대된다는 내용을 담고 있다.

확대된 품목은 주로 개인 위생관리에 필요한 물품으로 비누·샴푸·치약·화장지·기저귀 등 28개 품목이 해당된다.

이는 식품뿐 아니라 생활용품도 기부할 수 있도록 법령에 근거를 두어 저소득

층에 대한 지원을 다양화하기 위한 것이다.

기부가 가능한 생활용품의 종류는 세제류(세면용 세제, 샴푸, 린스, 세탁용 세제, 주방용 세제, 욕실용 세제), 휴지류(화장지, 물휴지), 수건류(수건, 종이 수건, 손수건, 행주), 기저귀류(유아용 기저귀, 성인용 기저귀), 신체 위생용품류(치약, 칫솔, 구강세정제, 머리빗, 면도용품, 손톱깎이), 여성 위생용품류(생리대), 청소·환경 위생용품류(고무장갑, 걸레, 빗자루, 쓰레받기, 쓰레기통, 수세미, 가정용 살충제)가 포함된다.

또한, 기업이나 개인 사업자가 생활용품을 기부할 경우 세제혜택(기부물품의 장부가액을 손비 또는 필요경비로 인정)을 줄 수 있도록 법인세법·소득세법 시행령 개정을 추진 중이다. 그리고 현재 운영되고 있는 전국푸드뱅크(1개소) 및 광역푸드뱅크(시·도 17개소)의 법적 근거가 마련된다.

보건복지부 장관 또는 시·도지사는 기부식품 등의 배분과 사업자 교육을 위해 전국 또는 시·도 단위에 기부식품지원센터를 지정할 수 있으며, 센터 지정시 갖춰야 할 사무실, 보관창고, 운반차량, 냉장·냉동시설, 인력 기준이 신설된다.

아울러 기부식품지원센터 및 사업자의 책임을 강화하고 기부물품의 안전성을 확보하기 위해 주기적인 평가제도를 신설해 센터 및 기부식품 제공 사업장(435개소)에 대해 3년마다 사업실적과 운영 상태에 대한 평가를 실시한다.

푸드뱅크 사업은 저소득층 결식 문제를 해결하기 위해 1998년 시작됐다. 2016년 말 기준으로 435개소가 운영되고 있으며, 2015년 누적 기부액이 1조원을 돌파했다. /전문제기자 ej6621@kwangju.co.kr

취약계층 공동체 일자리 사업 광주 남구, 13일까지 모집

광주시 남구는 장애인과 한부모가정 등 취약계층을 대상으로 한 ‘지역 공동체 일자리 사업’ 참가자를 모집한다고 지난 31일 밝혔다.

모집 분야는 자원재생 사업(자원재활용), 중소기업 취업지원 사업(일자리 발굴 보조), 다문화 가정 지원사업(이주여성 원어민 강사), 지역 특산물 상품화 및 전통 기술습득 사업(맞고을 공예장작촌 근무), 마을 가꾸기 및 지역 유류 공간 시설 활용 사업 등 5개 분야다.

접수는 오는 3일부터 13일까지. 지원자격은 만 18세 이상 근로 능력자로 가구 소득이 기준 중위소득 60% 이하이면서 재산이 2억원을 넘지 않은 주민이다. 문의 남구청 지역경제순환과 일자리창출팀 062-607-2712. /김형호기자 khk@kwangju.co.kr

광주 북구 ‘직장맘 행복교실’ 23일까지 모집

광주 북구는 직장생활과 출산·육아를 병행하는 직장맘의 힐링·자기계발을 지원하는 ‘직장맘 행복교실’ 사업을 올해 새롭게 운영한다고 지난 31일 밝혔다.

직장맘 행복교실은 직장맘 아카데미, 힐링 프로그램, 자기계발·직장맘 파워업 프로그램, 육아정보 및 체험학습 공유 등으로 구성된다. 사업 추진을 위해 북구는 1일부터 23

일까지 참여단체를 모집한다. 참여단체는 사업계획서 등 신청서와 단체 회의록 사본 등을 구비해 오는 22~23일 이틀간 북구청 여성가족과(062-410-6409)로 방문 접수하면 된다. 대상은 사업 장소가 북구지역으로, 사업 수혜자가 불특정 다수인 비영리 법인·단체, 주민공동체, 마을기업 및 협동조합 등이다. /박주영기자 jwpark@

3년안에 승부 납니다! 모든업종 개발 가능!

- 전남 나주시 남평읍 우산리 532-32번지 외 6필지 (532-1,2,11,31,33,47번지)
- 전남 노인요양원 바로 옆
- 토지 6256평 / 건물 256평, 계획관리지역
- 백운동 20분, 남평 10분, 강변도시에서 5분거리
- 현재 양어장 운영중
- 인근 전원주택 단지 평당 70만원씩 분양중
- 매매 - 18억 7600만원 (평당 30만원)
- 주인직매 H.010-3605-5000