



오시는 길



대전광역시 유성구 대학로 99,
충남대학교 백마교양교육관(W10) 507호 평생교육원 행정실



042-821-5276~7, 7082~3



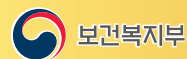
찾았다! 60 이후의 삶이 즐거워지는

대전 60+ 교육센터

충남대학교

평생교육원

60+교육센터는 노인의 적극적인 사회활동 지원 및
다양한 교육 기회 제공을 위해
보건복지부 · 한국노인인력개발원에서 지원하는 교육사업으로
충남대학교 평생교육원이 위탁기관으로 선정되어
운영하고 있습니다.





대전60+교육센터 3차 수강생 모집

교육대상

- 만 60세 이상(1961년생 생일이 지나신 분)만 가능
- 대전·세종·충청 거주자
- 카메라가 설치되어 있는 노트북 또는 스마트폰을 보유하신 분
(비대면 수업 전환 시 필요)

유의사항

- 교육일정은 코로나19 사회적 거리두기 단계에 따라 일정 조정
또는 비대면 수업 전환 가능

모집과목

- 시니어 정보화 교육 과정
- 명상 뇌 과학 교육 과정

접수기간

- 2021. 09. 27.(월) ~ 10. 08.(금)

방문처

- 대전광역시 유성구 대학로 99, 충남대학교
백마교양교육관(W10) 507호 평생교육원 행정실
- 문의전화 : 042-821-7083



시니어 정보화 교육 과정



수강기간

- 2021. 10. 20.(수) ~ 12. 22.(수) 매주 수요일

수업시간

- 15:00 ~ 16:50

모집정원

- 20명

과정소개

- **이론** : 4차 산업혁명 시대의 스마트폰 활용법
- **실습** : 유튜브 개설 및 관리 (생활 속 디지털 역량 강화)

명상 뇌 과학 교육 과정



수강기간

- 2021. 10. 12.(화) ~ 12. 14.(화) 매주 화요일

수업시간

- 10:00 ~ 11:50

모집정원

- 20명

과정소개

- **이론** : 명상에 따른 노년기 뇌 기능의 긍정적 변화를 과학적으로 이해
- **실습** : 다양한 명상법을 통한 자기조절 능력 향상, 이타심과 사회화
역량 강화, 노화에 따른 인지능력과 정서조절 능력 개선