

2014년도

제2기 브라보 마이라이프과정

경기도소방학교
Gyeonggi Fire Service Academy

차 례

CONTENTS

| | |
|--------------------------|-----|
| 1. 돌아볼 삶, 나아갈 삶 | 3 |
| 김 윤 기 | |
| 2. 일자리 탐색과 정부지원제도 | 25 |
| 강 창 훈 | |
| 3. 건강관리와 여가활용하기 | 85 |
| 홍 성 아 | |
| 4. 행복한 미래를 위한 자산관리 | 111 |
| 김 주 신 | |
| 5. 인생설계 | 171 |
| 김 윤 기 | |



제2기 브라보 마이라이프과정

돌아볼 삶, 나아갈 삶

김윤기

돌이볼 삶, 나아갈 삶

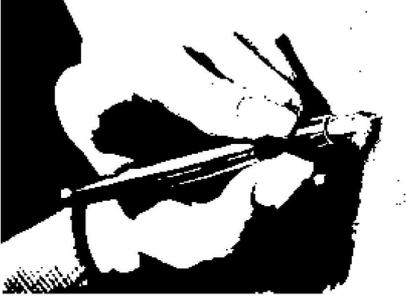
리윤기 (DBS 인재개발원 대표)



변화관리

삶이란 끊임없는 변화의 과정이다. 즉 겪고 지나가야 할 상황의 연속이다. 삶에 실패하는 이유는 한 가지 상황을 선택하고 그 안에 머무르려 하기 때문이다. 그것은 일종의 죽음이다. 삶의 한 단락을 마무리하려 면, 그것으로부터 벗어나야 한다. 하지만 그 도약은 너무나도 힘들다. 새로운 믿음과 열정을 품기 위해서는, 과거의 믿음과 열정은 버려야 하는 것이기에.

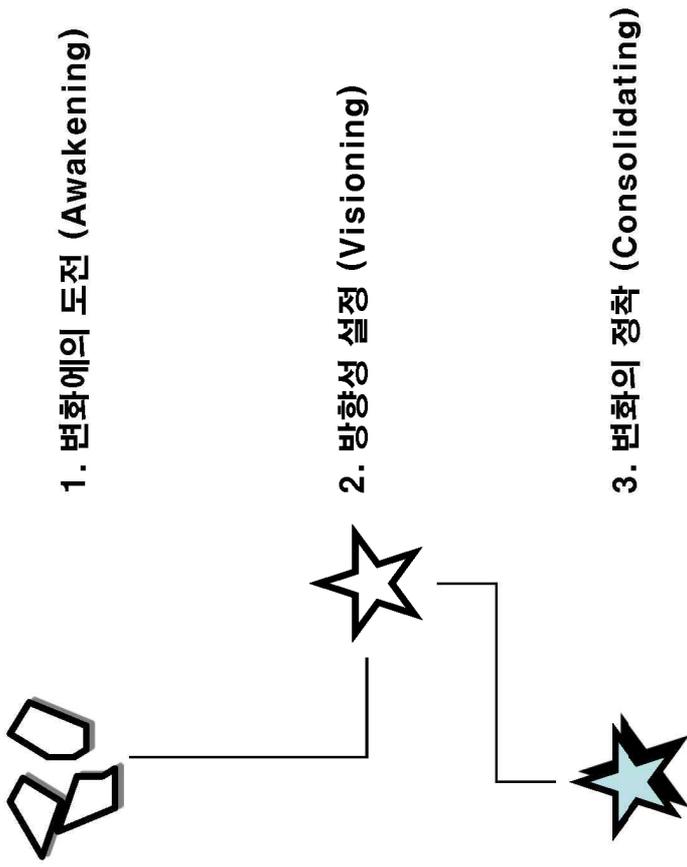
- 아니이스 닐



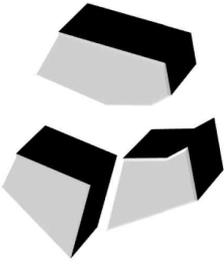
학습목표

- 변화의 근본원인 및 진망 등 변화의 기본원리와 메커니즘을 이해하고 설명할 수 있다.
- 변화에 유능해지기 위해 필요한 요소를 이해하고, 이를 갖추기 위해 어떤 활동과 태도가 필요한지 설명할 수 있다.
- 개인의 변화 목표를 수립하고 이를 달성하기 위한 역량 계발 Action Plan을 수립한다.
- 조직변화의 기본원리를 이해하고 조직의 변화관리에 주도적으로 참여, 리더십을 발휘할 수 있다.

학습 차례



1. 변화에의 도전 (Awakening)



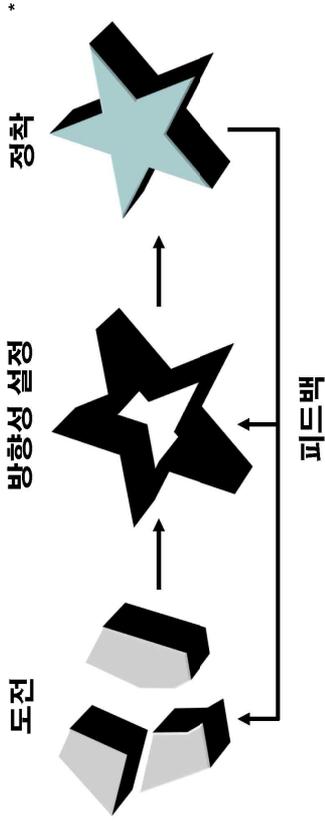
MEMO

대중을 이끄는 리더십에서 곧 스러져 없어질 거짓 희망을
제시하는 것보다 더 나쁜 실수는 없다
- 윈스턴 S. 처칠, <운명의 순간 (The Hinge of Fate)>에서 -



변화의 3단계 모형

성공적인 변화의 요인 = 변화를 위한 도전 x 방향성 설정 x 변화의 정착



| 개인 단위 | 조직 단위 | ** | *** |
|---|---|---|---|
| <ul style="list-style-type: none"> • 도전 1. 무관심 (denial) 2. 심사숙고 (contemplation) 3. 준비단계 (preparation) | <ul style="list-style-type: none"> • 변화 4. 실행 단계 (action) 5. 유지 단계 (maintenance) | <ul style="list-style-type: none"> • 재구성 (termination) 6. 종료 단계 | <ul style="list-style-type: none"> • 변화한다 (Change) 7. 속도의 유지 8. 변화의 정착 |
| <ul style="list-style-type: none"> • 본다 (See) 1. 위기감 조성 2. 변화선도 팀 구성 | <ul style="list-style-type: none"> • 느낀다 (Feel) 3. 비전 정립 4. Communication 5. 권한부여 6. 단기간의 성공경험 | | |

* 독일의 사회심리학자 Lewin의 모델

** 제임스 프로처스카외 <Changing for Good>

*** 존 코터, 덴 코헨 <The Heart of Change>





근원적 변화 (Deep Change or Slow Death)

“변화”를 말할 때, 우리는 점진적 변화를 생각한다. 점진적 변화는 합리적인 분석과 계획이라는 프로세스를 통해 이루어진다. 변화의 목표가 있고, 그 목표에 도달하기 위한 구체적인 단계들이 설정된다. 그러나 이 경우는 한정된 범위를 벗어나지 못하고 중도에 포기될 수 있다. 변화가 예정대로 이루어지지 못한다면 언제든지 예전의 양식으로 되돌아가 버리게 된다. 때문에 점진적 변화로는 결코 과거의 타성으로부터 벗어날 수 없다. 그것은 단지 과거의 연장선 일 뿐이다.

점진적 변화와 달리 근원적 변화가 있다. 근원적 변화는 전혀 새로운 사고와 행동 양식을 요구한다. 그것은 대단히 넓은 범위에서의 변화이고, 과거로부터의 단절을 요구하는 변화이다. 이러한 변화를 위해서는 기존의 행동양식과의 마찰과 위협을 감수해야 한다. 이는 기존의 자기 정체성이 되었던 지식과 기능을 모두 다 버리고 불확실한 세계에 발거벗은 채로 뛰어들어 가는 것이다. 이것은 두려울 수 밖에 없는 선택이다. 그래서 우리는 이 근원적 변화가 필요하다는 사실을 애써 외면하게 된다.

그러나 오늘날의 세계는 끊임없이, 그리고 지속적으로 변화하고 있는 만큼 과거보다 더욱 더 자주 우리에게 근원적인 변화를 요구하고 있다.”

-Robert E. Quinn(1996). *Deep Change*

- 우리 그룹에서 찾아낸 가장 적절한 Deep Change의 경험은?

- Deep Change는 언제, 왜 필요한가?

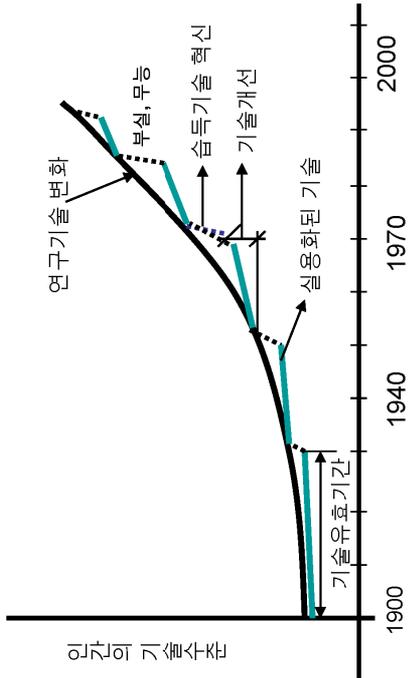
- 내가 Deep change 를 하지 못하는 이유가 있다면?





기술변화와 혁신

- 개선과 혁신



MEMO

| 구분 | 1940년대 | 2000년대 |
|------------|--------|--------|
| 노동의 시작 | | |
| 노동의 종료 | | |
| 노동 기간 | | |
| 기술의 유효기간 | | |
| 자기혁신 필요 횟수 | | |



나의 두려움과 두려움의 근원

최근 우리 그룹의 개인들이 경험하고 있는 환경의 변화, 그리고 우리 조직에서 벌어지고 있는 변화의 움직임들과 관련하여 당신이 느끼는 실제적인 염려나 불안은 어떤 것들입니까?
(구체적으로 생각해 봅시다.)

예)

- 조직의 민영화 및 감원 → '해고' 당하지 않을까
- 결혼 → '미래'에 잘 해나갈 수 있을까
- 연금제도 변경 → 안정된 노후가 가능할까

| 변화 | 두려움 |
|----|-----|
| • | • |
| • | • |
| • | • |
| • | • |

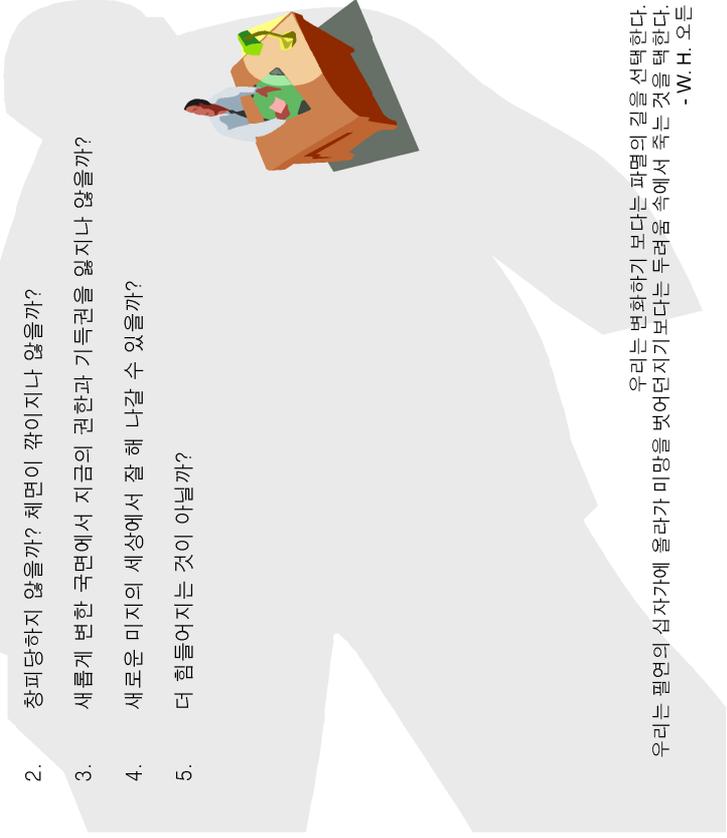


MEMO



죽음을 부르는 두려움

1. 지금도 편안하게 잘 지내는데 굳이 새로운 일을 할 필요가 있을까?
2. 창피당하지 않을까? 체면이 깎이지나 않을까?
3. 새롭게 변한 국면에서 지금의 권한과 기득권을 잃지나 않을까?
4. 새로운 미지의 세상에서 잘 해 나갈 수 있을까?
5. 더 힘들어지는 것이 아닐까?



우리는 필연의 심자기에 올라가 미망을 벗어던지기보다는 두려움 속에서 죽는 것을 택한다.
우리는 변화하기 보다는 피멸의 길을 선택한다.
-W. H. 오든



MEMO



두려움의 역학 (Dynamics of Fear)

본인이 원하는 변화의 주제를 정해서 그 주제와 관련된 구체적인 F1과 F2를 정해봅니다.
(구체적으로 생각해 봅시다.)

천천히 죽어감

두려움 / >= 두려움 //

근본적인 변화

두려움 / < 두려움 //

| | | |
|----|-----------|------------|
| 개인 | 두려움 1의 사례 | 두려움 II의 사례 |
| 조직 | | |





두려움 1 < 두려움 2

- 위기의식의 창출 (Creating Urgency)

- 냉혹한 현실

- 낙관성

- 최저선을 인식하기 (Knowing One's Bottom Line)

- 심리적 최저선

- 실제적 최저선

- 창조적 파괴 (Creative Destruction)

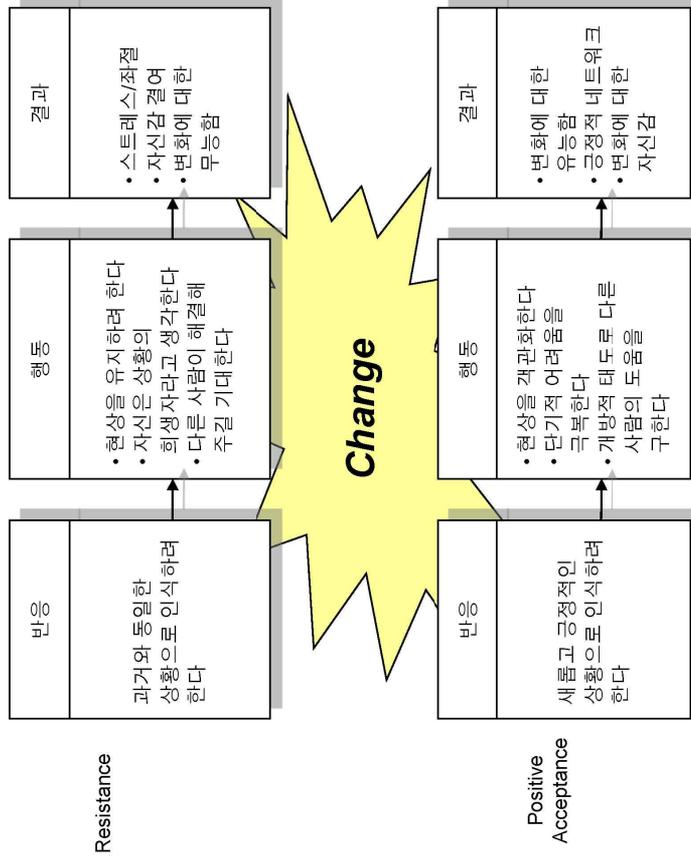
- 나와 우리조직의 성공적 변화를 위한 창조적 파괴의 영역은 무엇입니까?



MEMO



변화에 대한 두 가지 태도 (Response to Change)



Breakthrough Enterprise, Ltd. 1993



MEMO

2. 방향성 설정 (Visioning)



Vision without action is merely a dream.
Action without vision just passes the time.
Vision with action can change the world.

Joel Barker

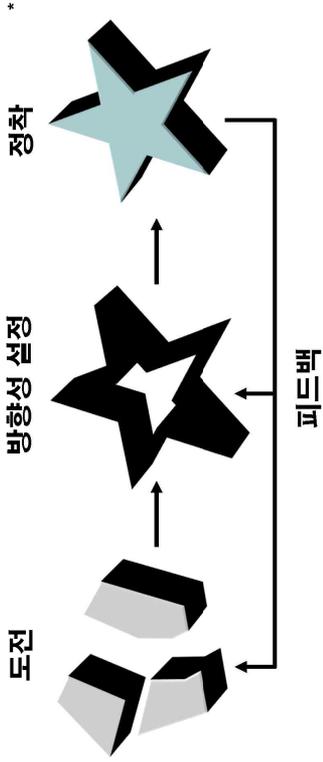


MEMO



변화의 3단계 모형

성공적인 변화의 요인 = 변화를 위한 도전 x 방향성 설정 x 변화의 정책 *



MEMO

| Step | To do |
|----------------------|-------|
| 녹이기 Awakening | • |
| 만들기 Shaping | • |
| 굳히기 Consolidating | • |



5년 후 (년 월 일) 일기쓰기



MEMO



사명선언서 (Mission Statement)

| | |
|------------|----------|
| Mission | 나의 미션은 |
| Vision | 나의 비전은 |
| 가치 (원칙) | 이를 위해 나는 |



MEMO

3. 변화의 정화 (Consolidating)



하늘은 스스로 변화하는 자만을 돕는다





청출어람 (Learning by Teaching)

본 모듈에서 당신이 가장 귀하게 얻은 것은 무엇입니까? 이를 간략히 여기에 정리하여 그룹과 함께 공유하십시오.

■ Message

■ 사례 (경험)

■ 실천 계획 (Praxis)



MEMO



제2기 브라보 마이라이프과정

일자리 탐색과 정부지원제도

함
강

일자리 탐색과 정부지원제도

강창훈

□ 목차

1. 재취업 지원제도
2. 창업 지원제도
3. 사회참여 활동의 의의
4. 국민건강보험
5. 보건복지 지원제도
6. 고용보험
7. 국민연금

1. 재취업 지원제도

1) 내일배움카드

국가에서 구직자에게 교육훈련비를 지원하는 제도를 발급해 주고 훈련생은 국가지원금과 자기 부담분의 금액으로 자기주도적인 직업능력개발훈련에 참여하여 훈련 이후 바로 취업할수 있도록 국가에서 도와주는 제도.

훈련비 지원의 경우 1계좌당 최대 200만원의 훈련비가 지원되며 ,
훈련직종에 따라 최대 최대 75%의 훈련비를 이 지원금에서 보조하고 나머지 25%의 훈련비는
본이 부담.

교육을 성실히 수강하시면(출석율 80%이상) 교통비를 지급받을 수도 있음.
하루에 교육을 5시간 이상 받으시면 식비도 지급 받을 수가 있음.



1. 재취업 지원제도

1) 내일배움카드

이용절차

1. 우선 거주하시는 곳 주변 관할 노동부 고용센터를 방문하시어
2. 내일배움카드제 발급상담과 실업자 교육훈련상담을 받으시고
3. 신용카드(또는 체크카드, 지정된 금융기관의 통장필요)형태의 계좌카드를 10일~2주 기간 안으로 발급받습니다
(이 카드는 교육비 결제뿐만 아니라 출결체크에도 사용되므로 분실하지 않도록 주의)
4. 개설된 교육과정 검색: 직업능력지식포털(www.hrd.go.kr)



3





1. 재취업 지원제도

2) 노인 일자리사업

- 사업 목적**
 노동시장에서 소외된 65세 이상 노인계층을 위해 노인 특성에 맞는 노인일 자리를 창출·보급하여, 소득 창출 및 사회참여 기회를 제공하고 사회구성원으로서의 성취감 고취 및 건강하고 활기찬 노후생활 보장
- 사업참여 대상**
 만 65세 이상의 신체노동이 가능한 분
 - 사업종류 및 운영형태에 따라 만 60세 ~ 64세인 사람도 가능
- 사업 유형**

| 유형 | 정의 | 추진체계 |
|----------|---------------------------------------|----------------|
| 공공 분야 | 지역사회발전 및 개발에 공헌하는 공익성이 강한 일자리 | 지자체 중심 |
| | 특정분야 전문지식, 경험 소유자가 복지시설 및 교육기관 등에서 강의 | 노인복지관 중심 |
| | 사회활동이 어려운 소외계층의 생활 안정과 행복추구를 지원 | 재가노인시설중심 |
| 민간 분야 | 제조,판매, 서비스 등 사업을 연간 운영하면서 일정수익이 발생 | 시니어클럽 중심 |
| | 수요처의 요구에 의해 파견되어 일정 임금을 지급받는 일자리 | 노인회 등 다양한 수행기관 |

1. 재취업 지원제도

3) 시니어 인턴쉽 지원제도

사업 목적

노인이 기업내 사업현장에 인턴으로 참여할 기회제공을 통해 노인의 업무전문성을 활용하여 개인에게는 자
신감과 취업기회 획득을 하고, 기업입장에서는 노인고용에 대한 부담완화 및 인력수급문제 해소.

사업참여 대상

- 만 65세 이상의 신체노동이 가능한 분
- 사업종류 및 운영행태에 따라 만 60세 ~ 64세인 사람도 가능
- 참여기업은 4대보험 가입사업장중 상시근로자 5인사업장
- 운영기관은 노인 일자리 수행기관, 직업정보제공사업자,경제단체등.

| | | | |
|------|--------|-----------------------------|----------------------------|
| 참여기업 | 기업지원금 | 참여노인 1인당 최대 3개월 월급여의 50% | 참여노인 1인당 최대 3개월 30만원 지원 |
| | 채용성과금 | 인턴종료 후 장기근로계약 (6개월 이상) | |
| 운영기관 | 위탁운영비 | 참여노인 1인당 3개월 최대 30만원 | 참여노인 1인당 3개월 최대 10만원 |
| | 채용성공보수 | 참여노인 1인당 5만원 | 참여노인 1인당 5만원 |



MEMO

1. 재취업 지원제도

4) 취업성공패키지

- 대상: 50세~64세, 3개월 이상 장기구직자(구직등록을 해야 함)
- 해당 지역별 별도 사업 추진
- 내일배움카드와 연계해서 본인에게 적합한 직종을 선정하고 위탁교육기관과 연계해서 교육을 실시, 교육완료 후 취업을 알선
- 본인이 부담하는 교육비는 없음
- 과정 이수 단계에 따라 약간의 수당 지급



MEMO

1. 재취업 지원제도

5) 장년 취업 지원인턴제

장년층 미취업자를 인턴으로 채용 시 기업에는 10개월동안 최대 710만원을 지원하는 고용노동부 주관 장년고용촉진사업

- 대상 : 만 50세 이상의 장년 미취업자
- 실시기업 : 고용보험 피고용자 수 5인 이상의 사업장 및 중소기업(300인 이하) 제조업 (500인 이하)
- 지원금 : 인턴약정서 상에 정한 약정임금의 50%(최대 월80만원 한도)를 인턴기간 동안 지원
인턴기간 종료 후 인턴을 정규직으로 전환한 경우 월65만원을 6개월간 추가 지원
- 신청방법 : 온라인, 오프라인
신청서, 운영계획서, 구인표, 사업자등록증 사본을
메일, 방문우편 또는 팩스로 제출



MEMO

1. 재취업 지원제도

6) 지역 맞춤형 일자리 창출 지원사업

지역특성에 맞는 고용창출 및 직업능력개발을 통한 지역간 노동시장 불균형 해소.
 지역산업등과 연계된 지역특화형 고용정책 토대 마련.
 지자체, 고용노동부, 비영리민간단체 주도로 지역내 주민 취업극대화 사업.

- 대상: 지역내 경력단절여성, 퇴직자, 실업급여 대상자, 대졸 미취업자 등
- 특징: 교육기간 중 식대 및 교통비 지급



1. 재취업 지원제도

7) 시니어직능클럽

퇴직 예정자나 퇴직자에게 전직이나 재고용, 사회참여 활동 등을 제공하고자 기업·단체를 지원하는 사업으로, 동일한 직장(직능) 퇴직자들이 퇴직 전 기업과 연계, 자신의 경력을 활용하여 일자리 기회를 제공받을 수 있도록 정부가 재정 등을 지원하여 해당 기업과 연계 설립한 퇴직자 일자리 및 자원봉사

주요사업내용

- 사업개발 유도 및 민간자원유치를 위한 노인 활용 사업개발 지원
- 일자리사업의 원활한 준비와 사업추진을 위한 시니어 직능클럽 설치·운영 지원
- 전문경력과 경륜을 활용한 자원봉사활동 지원
- 은퇴 전 교육, 일자리·자원봉사 참여 소양·직무교육, 평생교육 등



1. 재취업 지원제도

7) 시니어직능클럽

신청자격

- 직장 : 퇴직예정자 및 퇴직자가 있는 민간기업, 공공기관(공기업, 준정부기관, 기타 공공기관)
- 직능단체 : 동일 직업능력을 보유한 퇴직예정자 및 퇴직자가 있는 직능협회

지원내용

- 설립단계 : 시설비 등 최대 7천만원 내외 지원 및 복지부 지정
- 운영단계 : 사업의 지속가능성 확보를 위한 경영·교육·홍보지원



1. 재취업 지원제도

8) 반듯한 시간제일자리 창출지원

사업주가 근무체계 개편, 시간제 적합업무 발굴 등을 통해 반듯한 시간제 일자리를 창출할 수 있도록 컨설팅 및 근로자 임금 등을 지원하는 제도

□ 주요사업내용

1) 일자리 창출 컨설팅

- 시간제 일자리를 창출하려는 사업주에 대하여 시간제 적합 업무 발굴, 인력 운영 및 인사관리체계 마련 등을 위한 컨설팅 지원
- 지원내용 : 사업규모 및 컨설팅 내용 등을 감안하여 500~700만원 지원

2) 일자리 창출 지원금

- 사업주가 근무체계 개편, 시간제 적합 업무 직무 개발 등을 통하여 시간제 근로자를 고용할 경우 지원금 지원
- 지원요건 : 사업주가 실업자를 기간의 정함이 없고, 통상 근로자와 처우에 있어 차별이 없는 시간제근로자로 신규 고용
 - * 소정 근로시간이 주 15시간 이상, 30시간 이하 (4주를 평균하여 1주 동안의 근로시간을 말한다)
- 지원내용 : 신규 시간제근로자 임금의 50%(월 60만원 한도)를 1년간 지원



2. 창업 지원제도

1) 통계

- 2,000년 이후 역대 최대치의 창업 기록

2012년 1~4월 신설법인 수 : 25,231개
 50대 이상 창업 신설법인 수 : 7,890개(31.3%)
 40대 이상 창업 신설법인 수 : 18,015개(71.4%)
 * 출처 : 중소기업청

- 소상공인 월평균 매출 및 순이익 동향

월평균 매출 1,000만원 이하(83.7%)
 월평균 순이익 100만원 이하(57.6%)

- 베이비붐 세대의 전직 이후 창업인구 증가에 반하여 창업준비기간 및 정보부족으로 안정적인 매출확보 어려움

(단위 : 천명, %)

| 구 분 | 창업일자 | 고용주 | 자영자 | 월평균매출 자영업자비율 | 월평균순이익 자영업자비율 |
|---------|-------|-------|-------|-----------------|------------------|
| 2010.11 | 5,331 | 1,496 | 4,034 | -1.66 | -2.91 |
| 2010.12 | 5,367 | 1,488 | 3,899 | -2.59 | -2.20 |
| 2011.01 | 5,265 | 1,484 | 3,800 | -3.05 | -3.50 |
| 2011.02 | 5,339 | 1,497 | 3,860 | -1.45 | -2.36 |
| 2011.03 | 5,585 | 1,500 | 4,052 | -3.64 | -0.45 |
| 2011.04 | 5,642 | 1,484 | 4,158 | -1.59 | -0.20 |
| 2011.05 | 5,660 | 1,494 | 4,162 | -0.32 | -0.85 |
| 2011.06 | 5,668 | 1,495 | 4,172 | -0.14 | -0.91 |
| 2011.07 | 5,669 | 1,500 | 4,167 | -0.02 | -0.69 |
| 2011.08 | 5,680 | 1,491 | 4,189 | 0.25 | 0.94 |
| 2011.09 | 5,692 | 1,508 | 4,184 | 0.21 | 1.50 |
| 2011.10 | 5,731 | 1,531 | 4,200 | 0.69 | 1.90 |
| 2011.11 | 5,666 | 1,532 | 4,134 | -1.13 | 2.45 |
| 2011.12 | 5,320 | 1,545 | 3,975 | -2.58 | 2.47 |
| 2012.01 | 5,473 | 1,533 | 3,923 | -0.86 | 3.39 |
| 2012.02 | 5,492 | 1,530 | 3,941 | 0.34 | 2.46 |
| 2012.03 | 5,608 | 1,529 | 4,119 | 3.40 | 2.28 |

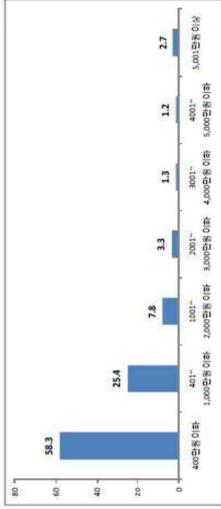
* 자료: 통계청, 「경제활동인구조사」



(단위 : %)

| 400만원 이하 | 401~1,000만 원 이하 | 1,001~2,000만 원 이하 | 2,001~3,000만 원 이하 | 3,001~4,000만 원 이하 | 4,001~5,000만 원 이하 | 5,001만원 이상 |
|----------|-----------------|-------------------|-------------------|-------------------|-------------------|------------|
| 58.3 | 25.4 | 7.8 | 3.3 | 1.3 | 1.2 | 2.7 |

<월평균 매출액 분포>

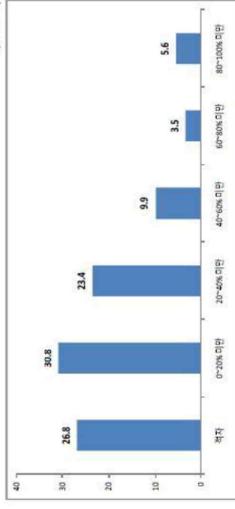


(단위 : %)

| 역사 | 1~100만원 | 101~200만원 | 201~300만원 | 301~400만원 | 401만원 이상 |
|----|---------|-----------|-----------|-----------|----------|
| 평균 | 26.8 | 30.8 | 23.4 | 9.0 | 3.5 |
| 비율 | 26.8 | 30.8 | 23.4 | 9.0 | 3.5 |

* 원천: KOSIS

<월평균 순이익 비율 분포>



출처: 소상공인진흥원 소상공인통계집 2012.4

2. 창업 지원제도

2) 1인 창조기업

- 지식서비스 분야에서 창의적 아이디어, 기술·전문지식을 가진 자가 운영하는
 1인 중심 기업으로 개인이 창업하는 것(2~3인까지도 포함)
- 대상: - 초기(예비)기업: 예비 및 3년 미만 1인 창조기업
 - 성장 유망 기업: 창업(프리랜서 활동)후 3년 이상 1인 창조기업
- 지원내용: '1인 창조기업 비즈니스카드'를 활용하여 개인전용사무공간과
 자기개발 교육지원을 선택할 수 있음

| | 사무공간 | 자기개발교육 |
|----------|------------------|------------------|
| 초기(예비)기업 | 입주비80%, 월32만원 이내 | 교육비50%, 70만원 이내 |
| 성장유망기업 | 입주비50%, 월20만원 이내 | 교육비50%, 100만원 이내 |



2. 창업 지원제도

3) 시니어 창업스쿨

- ▣ 대상: 만40세 이상이며, 기업,기관 근무경력 10년 이상인 자
- ▣ 교육시간: 80시간 이상(약 2개월 소요, 과정별 상이)
- ▣ 교육과정: 유망 업종별 교육실시(시니어 유망 창업 분야)
- ▣ 교육비용: 총교육비 80% 정부지원(교육생 20%부담)

내일배움카드제와는 별개임

- ▣ 창업자금지원: 우수 수료생에게는 시니어창업 전용자금
7,000만원을 신보와 연계하여 지원
- ▣ 분야별 세부 창업아이템은 창업넷(www.changupnet.go.kr)참조

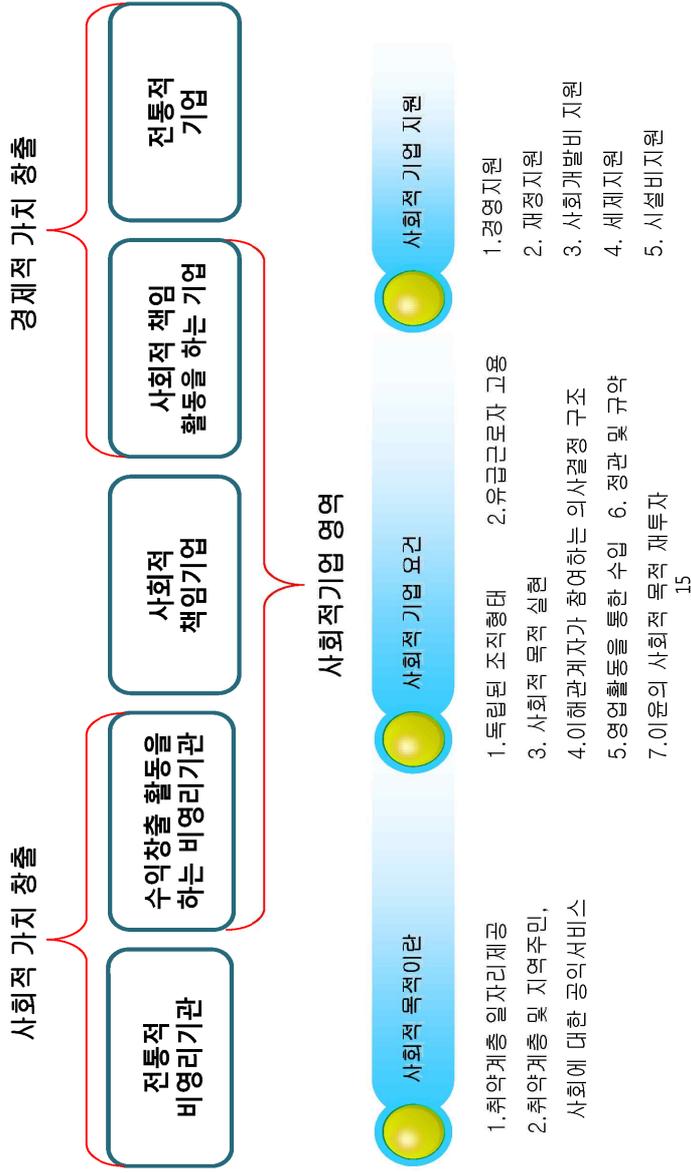


2. 창업 지원제도

4) 사회경제적 창업 (사회적기업/마을기업/협동조합)

□ 사회적 기업

- 사회적 목적을 우선적으로 추구하면서 영업활동을 수행하는 기업 및 조직



2. 창업 지원제도

4) 사회경제적 창업 (사회적기업/마을기업/협동조합)

- (예비)사회적 기업 지정 · 인증 비교

| 사회적기업 | 지역형 (예비)사회적기업 |
|---|---|
| 조직형태 | 조직형태 |
| <ul style="list-style-type: none"> • 유급근로자를 고용하여 영업활동을 수행 | <ul style="list-style-type: none"> • 유급근로자를 고용하여 영업활동을 수행 |
| <ul style="list-style-type: none"> • 사회적 목적 실현 (취약계층 고용 · 사회서비스 제공 등) | <ul style="list-style-type: none"> • 사회적 목적 실현 (취약계층 고용 · 사회서비스 제공 등) |
| <ul style="list-style-type: none"> • 이해관계자가 참여하는 의사결정구조 • 영업활동을 통한 수입 (매출액이 노무비의 30% 이상) • 정관 · 규약 등을 갖출 것 | <ul style="list-style-type: none"> • 매출액이 노무비의 30% 이상이라는 비율 기준이 없을 뿐 영업활동을 통한 수입은 있어야 함. |
| <ul style="list-style-type: none"> • 배분 가능한 이윤의 2/3 이상을 사회적 목적을 위해 재투자(상법상 회사의 경우) | <ul style="list-style-type: none"> • 배분 가능한 이윤의 2/3 이상을 사회적 목적을 위해 재투자 (필요한 기관에 한함) |



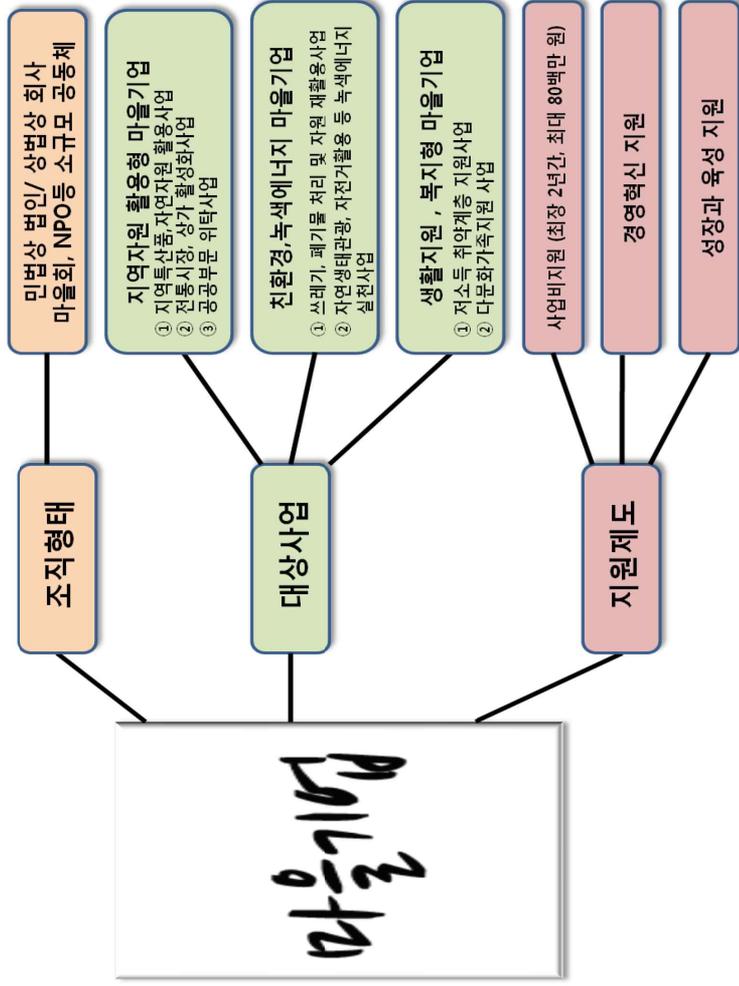
| | | | |
|--|--|--|---|
| | <p>신나는 문화예술 놀이터 자바르떼</p> <p>꿈을 반죽하고 희망을 굽는 쿠키트리</p> <p>건강공동체 실현하는 기업 민들레 의료생활협동조합</p> <p>꿈꾸는 사람들과 함께 행복을 만들어가는 YMCA 서울아기야</p> <p>대한민국 대표 환경분야 전문 사회적기업 아이티그린</p> <p>눈을 대신해 도서로 사랑을 전하는 기업 도서출판 점자</p> <p>9888 신노인 전성시대! 한국찌니어연합</p> <p>세대와 지역 넘어 문화와 사랑을 있는 기업 이음</p> <p>생명의 꿈, 나눔의 꿈, 순환의 꿈 콩세알 나눔센터</p> <p>청소를 통해 희망을 만드는 기업 함께 일하는 세상</p> <p>아름답고 건강한 세상을 만드는 착한기업 민족의학연구원</p> <p>대한민국 1호 사회적기업 다음이 재단</p> <p style="text-align: right;">17</p> | <ul style="list-style-type: none"> - 설립년도: 2004년 6월 - 문화예술교육, 기획, 공연 사업을 통해 소외계층에게 문화예술 향유의 기회를 제공하고 예술인들의 일자리창출 목적 - 설립년도: 2000년 9월 - 쓰레기 종량제 봉투생산을 통한 지역장애인의 자립을 지원하고 우러릴 쿠키를 생산하는 쿠키트리 작업장까지 연계하며 사업 - 설립년도: 2002년 8월 - 건강을 위해 서로 나누고 협동하는 협동조합으로 지역주민이 힘을 모아 환자권리장전을 실천하는 병원과 건강생활시설을 운영 - 설립년도: 2007년 6월 - 지역의 취약계층 여성들에게 일자리 제공과 보육의 사각지대에 있는 영유아들에게 안전하고 전문적인 돌봄 제공 - 설립년도: ?? - 수질, 대기, 폐기물과 연관된 물결의 재활용사업, 귀금속 정련사업 등을 수행하는 사회적기업 - 설립년도: 2008년 12월 - 시각 및 독서 장애인의 정보 접근성 향상과 알 권리 읽을 권리를 실현하고자 설립된 출판 전문 기업 - 설립년도: 2006년 12월 - 지역 사회의 취약계층과 일반인에게 일자리 제공 및 종합사회서비스를 제공, 노인돌봄서비스 및 재가장기방문응답/목적 사업 - 설립년도: 2004년 12월 - 우리문화의 우수성을 토대로 새로운 영역과 상품을 만들어 누구나 쉽게 접근할 수 있고 지역과 계층을 잇는 공익활동을 하는 단체 - 설립년도: 2008년 2월 - 취약계층과 함께하는 안심 먹거리리 나눔사업(어르신 무료급식) - 설립년도: 2008년 9월 - 친환경청소전문 사회적기업으로 2002년 자활공동체가 협력하여 설립되었으며 친환경 클리닝서비스를 제공하는 기업 - 설립년도: 2007년 3월 - 저소득층 및 사회취약계층의 보건과 생애적 설립확대를 목적으로 출범한 비영리 법인으로 문턱없는 법집행 운영 - 설립년도: 2007년 10월 - 2004년부터 취약계층 여성을 간병인으로 고용하여 저소득층 환자에 게 무료간병서비스를 제공. 2007년 재단으로 독립 이후 사회적기업 1호로 인증 |  |
|--|--|--|---|

| 성공 사회적기업 사례 | | MEMO |
|--|--|-----------|
| <p>우리의 소리로 내일을 일구는 사회적기업 문화마을 들소리</p> <p>농업을 살리고 환경을 살리는 사회적기업 흙살림</p> <p>세상을 변화시키는 여행자들 트레블러스 맵</p> <p>공공문화의 새로운 지평을 열다 공공미술 프리즘</p> <p>경력단절 여성들의 희망일터 우리가 만드는 미래</p> <p>문화로 소통하는 행복한 세상 일상예술장작센터</p> <p>집을 통해 내일의 희망을 전하는 집수리 빛고을 건설</p> <p>장애와 비장애를 넘어 공존의 세상으로 시각장애인단, 한빛예술단</p> <p>꿈꾸는 현수막 공간, 장애인 일터 노란들판</p> <p>따뜻한 약속, 즐거운 기다림 행복한 밥상</p> <p>추억을 팝니다, 실버영화관 하리우드 클래식 극장</p> <p>IT복지로 세상을 바꿨습니다. 한국컴퓨터재생센터</p> <p>사회적약자들과 아름다운 동행을 꿈꾸는 늘푸른돌봄센터</p> | <p>- 설립년도: 1984년 - 국내외 다양한 무대와 새로운 작품 창작 활동개척을 위해 직업으로서의 예술활동을 보장하는 사업 추진</p> <p>- 설립년도: 2000년 5월 - 안전한 농산물을 생산해 농민과 소비자의 건강을 지키고 자연을 보호하는 순환형 농업을 지원, 육성하는 사업 추진</p> <p>- 설립년도: 2009년 - 지속가능한 여행을 기획하는 국내 첫번째 공정여행 기업</p> <p>- 설립년도: 2003년 10월 - 창조적인 문화예술을 통해 지역과 공간, 환경, 사람간의 관계에 대해 새로운 제안을 기획, 실행하는 사회적기업</p> <p>- 설립년도: 2007년 11월 - 고학력 경력단절 여성을 역사체험 전문 강사로 양성하며 역사문화 체험 전문 프로그램을 개발 보급하는 교육여행 전문기업</p> <p>- 설립년도: 2003년 - 문화예술을 사랑하는 기획자, 문화활동가, 작가, 시인, 학생 등이 자발적으로 모여 문화생산과 창작자가 주체가 되는 문화공동체</p> <p>- 설립년도: 2008년 12월 - 지역의 저소득층 및 주거취약계층가구에 대하여 주거환경개선사업, 주거복지사업, 임대주택임주 신청 및 관리 사업을 하는 기업</p> <p>- 설립년도: 2008년 - 시각장애인 연주단의 전문적인 연주를 통하여 장애인 공연 예술을 발전시키고 장애인 예술 인재를 발굴 양성하는 사회복지법인</p> <p>- 설립년도: 2006년 3월 - 장애인과 비장애인이 더불어 일하는 대안적 일터로써 경쟁과 효율이 아닌 참여와 가치로 장애인이 당당히 노동하는 일터</p> <p>- 설립년도: 2008년 8월 - 소외계층에게 양질의 음식을 제공하여 이웃사랑을 실천하고 공정수익을 창출하며 사회적 재투자를 지향하는 협동자립공동체</p> <p>- 설립년도: 2004년 12월 - 어르신들을 위한 365일 실버영화관 운영</p> <p>- 설립년도: 2008년 7월 - 중고PC 재사용을 통한 그린IT를 지향하는 사회적기업</p> <p>- 설립년도: 2008년 7월 - 광진주민연대 부설 기관으로 돌봄서비스를 공급하는 일터공동체로 비영리민간단체가 운영</p> | <p>18</p> |

2. 창업 지원제도

4) 사회경제적 창업 (사회적기업/마을기업/협동조합)

□ 마을기업



19



| | |
|---|---|
| <h2 style="text-align: center;">양구마을 기업 주 목</h2> <p style="text-align: center;">전통장 제조 연 매출 1억원, 다락식품영농조합법인 타지서 성공비법 벤치마킹</p> <p>전통장(醬)을 생산하는 양구 다락식품영농조합법인이 마을기업 성공사례로 주목을 받고 있다.</p> <p>27일 화천 상서면 부춘리 마을 주민 40여명은 벤치마킹을 위해 다락식품영농조합법인을 방문했다.</p> <p>이들은 콩 수매에서부터 장 담그는 법, 제품 관리, 판로 개척까지 다락식품영농조합법인 운영에 관한 전반적인 사항을 꼼꼼하게 살폈다.</p> <p>다락식품영농조합법인은 최근 들어 외지에서 문영 노하우와 벤치마킹 가능 여부를 묻는 문의가 줄을 잇는다고 설명했다.</p> <p>동면 원당리에 위치한 다락식품영농조합법인은 이장인 장광일 대표가 지난 2010년 8월 설립한 마을기업으로 한 해 1억원에 가까운 매출을 올리며 주민들의 겨울철 농외소득 증대에 도움을 주고 있다.</p> <p>다락식품영농조합법인은 제품 생산량을 높이고, 홈페이지 활성화를 통해 직거래를 늘리는 등 사업 규모를 확장시킬 예정이다.</p> <p>장 대표는 “도시민을 대상으로 한 전통 장담그기 체험 프로그램 운영을 계획하고 있다”며 “전통장이 동절기 소일거리 제공을 넘어 마을발전의 동력이 될 수 있도록 노력하겠다”고 말했다. 양구/김점호</p> |  |
|---|---|

성공 마을기업 사례

[전북]마을기업, 완주 농촌의 미래 열다

전북 완주군 용진면 도계마을.

전주시 외곽의 전형적인 농촌마을이지만 마을 분위기는 고령화로 활기를 잃어가는 어느 농촌 마을과는 사뭇 다르다. 이 마을 역시 주민 대부분이 노인이지만 농한기에도 손을 놀리는 사람이 없다. 이 마을 52가구 가운데 50가구가 참여해 만든 마을 기업인 도계마을기업(대표 이일구·74) 때문이다. 도계마을기업에서는 마을 주민들이 직접 김치와 두부를 생산해 높은 소득을 올리고 있다. 배추 콩 등 재료는 모두 농민들이 직접 재배한 것이다. 주민들은 생산한 제품을 마을에서 팔지 않은 용진농협로컬푸드 직매장에서 판매하고 KCC전주공장 구내식당에 두부를 납품한다. 김치에는 역시 이 마을에서 나오는 몸에 좋은 상황버섯을 넣어 기능성 김치로 부가가치를 높였고 재래식 우리 콩을 사용해 전통방식으로 만든 두부는 없어서 못 판다. 김치 담그기와 두부 만들기 체험 프로그램도 운영한다.

지난해에는 당초 매출목표인 1억5000만 원의 2배가 넘는 3억 원의 매출을 올렸다. 안전행정부가 주관하는 우수마을기업상을 타 인센티브로 2000만 원의 사업개발비도 받았다. 연말에는 판매 수익금 4000만 원을 출자액에 따라 주민들에게 배당했다. 이곳에서 일하는 주민들은 일당 5만 원씩을 따로 받는다.

이 마을기업은 마을 공동체를 복원하는 데도 앞장서고 있다. 지식들과 떨어져 홀로 사는 노인들의 생일날 마을 주민들이 모두 모여 생일상을 차려주고 결연회사인 클린하우스 세탁공장과 연결해 노인들이 하기 힘든 이불빨래를 대신 해주고 있다. 지금까지 전국 50여 개 자치단체에서 벤치마킹을 다녀갔고 미국과 일본 기자들이 취재를 하기도 했다.

21



성공 마을기업 사례

2. 창업 지원제도

4) 사회경제적 창업 (사회적기업/마을기업/협동조합)

□ 협동조합

- 협동조합기본법 주요내용 (총 7장, 119조)

| < 제1장 총 칙 > | |
|-----------------|--|
| (협동조합) (법인격) | <ul style="list-style-type: none"> ▪ '협동조합'은 재화·용역 구매·생산·판매·제공하는 사업조직 (제2조) ▪ 협동조합은 '법인', '사회적 협동조합'은 '비영리법인'으로 규정 (제4조) |
| (정 책) | <ul style="list-style-type: none"> ▪ 기재부가 협동조합정책을 총괄하고 기본계획을 수립(제11조) ▪ 3년 주기의 협동조합 실태조사 실시·국회 보고(제11조) ▪ 협동조합 활성화를 위해 협동조합의 날 지정(제12조) |
| (타법과의관계) | <ul style="list-style-type: none"> ▪ 타법에 따라 설립된 협동조합 등에 대해서는 동법 적용 배제 ▪ 제한적 공정거래법 적용배제(제13조) |
| < 제2장 협 동 조 합 > | |
| (의결권·선거권) | <ul style="list-style-type: none"> ▪ 출자최수에 관계없이 1개의 의결권 및 선거권을 가진 ⇒ 1인1표(제23조) |
| (설립등록) | <ul style="list-style-type: none"> ▪ 5인 이상, 협동조합 설립 시 시·도지사에게 신고(제15조) |
| (적립금) | <ul style="list-style-type: none"> ▪ 잉여금의 100분의 10 이상 법정적립 등(제50조) |



MEMO

2. 창업 지원제도

4) 사회경제적 창업 (사회적기업/마을기업/협동조합)

□ 협동조합

| 직원협동조합 | |
|--------|--------------------------------|
| 소유자 | 직원(노동자) |
| 사업 | 좋은 일자리 의 유지 |
| 강점 | 노동자와의 결합력(노동의 적구성, 노동자간의 협력) |
| 이슈 | 조직적, 사업적 판단에 의한 기준 필요 |
| 출자 | 출자의 책임성이 소비협동조합보다 상대적으로 더욱 강조됨 |



미국의 택시 협동조합, Union Cab



미국의 기술노동자 협동조합,
Isthmus Engineering & Manufacturing

| 다중이해관계자 협동조합 | |
|--------------|-----------------------------|
| 소유자 | 소비자, 노동자, 제로공급자 등 다양한 이해관계자 |
| 사업 | 다양 |
| 강점 | 다양한 이해관계자와의 결합력 |
| 이슈 | 집단적 의사결정 비용이 높을 수 있음 |
| 출자 | 다양 |



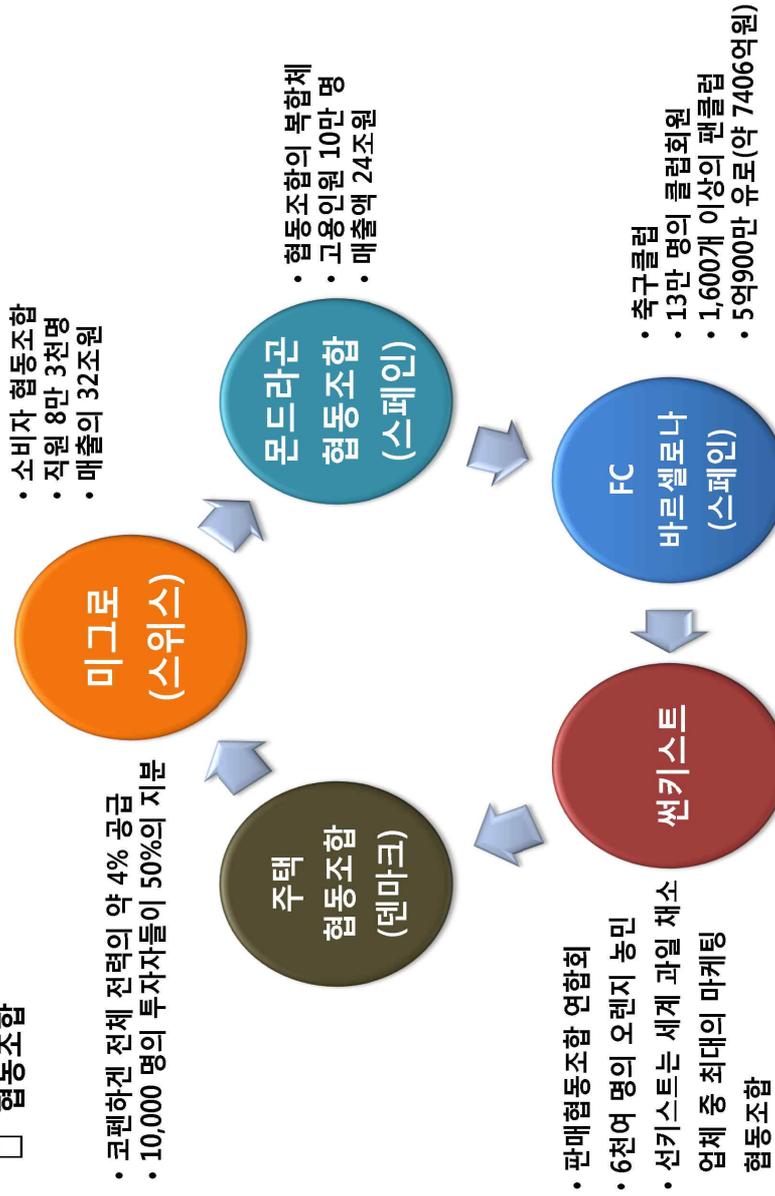
에로스키 :
다른 이해관계자의 협력으로
시너지 창출



2. 창업 지원제도

4) 사회경제적 창업 (사회적기업/마을기업/협동조합)

□ 협동조합



24



2. 창업 지원제도

서울우유협동조합, 무엇이 다른 걸까요?

서울우유협동조합은 수도권, 충남/강원 일부지역에서 젖소 5마리 이상 키우는 축산농가를 조합원으로 하고 있습니다.

협동조합과 타법인간 차이점

| 구분 | 협동조합 | 주식회사 | 사단법인 |
|--------|--------------------------------|-----------------------------------|---------------------|
| 최우선 가치 | 조합원 실익 증진 | 이윤극대화 | 공익 |
| 운영방식 | 1인1표 | 1주1표 | 1인1표 |
| 소유방식 | 조합원 소유(독점소유불가) | 투자소유(독점소유 가능) | 회원소유 |
| 설립인가 | 신고제 | 신고제 | 허가제 |
| 특징 | 공동출자, 공동소유, 이익공유, 다수참여, 영리사업가능 | 높은 이윤을 기대할 수 없는 사업에 대해선 투자 의욕이 낮음 | 구성원 이익을 위한 영리사업진행불가 |



3. 사회참여 활동의 의의

1) 봉사활동의 의의

□ 자원봉사활동 인증제도

자원봉사활동을 일관성 있게 연계할 수 있는 관리체계를 구축하고, 지속적 참여를 위한 동기부여를 강화하기 위해 '인정과 보상'의 인센티브 개념을 도입한 제도



| 중앙부처 | 행정안전부 | 보건복지부 | 문화관광부 | 여성부 |
|--------------|--|---|---|----------------------------------|
| 센터명 | 한국중앙 자원봉사센터 | 자원봉사정보 안내센터 | 청소년 자원봉사센터 | 여성 자원활동센터 |
| 인증관리 프로그램 | 통합 자원봉사 지원 시스템 운영 2010 | 사회복지봉사활동 인증관리DB시스템 2001 | 자원봉사운영관리 시스템(2004) 청소년마일리지와터 전인증관리사업(시범 운영) | 미 실시 시군구센터별 실시 |
| 보상 | 센터별인증서발급 상장 및 상패수여 점포할인,공공시설 이용할인 등 | (주 대상:성인) 실직인증서발급 그린, 실버, 골드배지 증정, 각종포상추천등 | (주 대상:청소년) 마일리지증명서발급 마일리지기부기회, 가맹업소할인혜택 모바일서비스등 | 센터별인증서발급 및 인센티브제공 우수봉사자수상등 |

3. 사회참여 활동의 의의

1) 봉사활동의 의의

- 어떻게 하는가?
 - 금전적인 봉사도 좋지만 노동이나 재능이나 재능으로 봉사하는 방법을 권유
 - 일회성 봉사가 아닌 정기적인 봉사활동을 통해 봉사단체나 수혜자와 봉사를 하는 사람이 긍정적 관계를 맺을 수 있음
- 어디서 하는가?
 - 한국자원봉사센터중앙회(www.1365.go.kr/02-714-1365)
 - 한국사회복지협의회(www.vms.or.kr/1688-1090)
 - 자원봉사센터(www.kavc.or.kr / 02-715-8008)
 - 어린이재단(www.childfund.or.kr / 060-700-1580)
 - 유니세프(www.unicef.or.kr / 02-723-9085)
 - 대한적십자사(www.redcross.or.kr / 02-3705-3705)
 - 홀트아동복지회(www.holt.or.kr / 02-332-7501)
 - 월드비전(www.worldvision.or.kr / 02-2078-7000)
 - 세이브더칠드런(www.sc.or.kr / 02-6900-4400)



3. 사회참여 활동의 의의

2) 정부지원 사회공헌활동

□ 베이비붐세대 사회공헌활동 지원사업

대량·조기 은퇴하는 베이비붐세대의 인력을 지역사회공익분야 (사회복지기관, 보건의료관련기관, 시민단체 등)에 연계하여 사장되는 베이비부머의 전문성과 경험을 새로운 사회적 가치로 창출하는 사업



3. 사회참여 활동의 의의

2) 정부지원 사회공헌활동

- 베이비붐세대 사회공헌활동 지원사업
 - 대 상 : 50년~63년 사이 비영리기관 등에서 사회참여를 희망하는 분
 - 모집인원 : 600명(서울,인천 240명, 경기240명, 부산 120명)
 - 교육비 : 무료
 - 지원비 : 2개월 실습기간 동안 식비(식비 및 교통비 지원) 월20만원/12회(1일4시간 이상)
 - 교육안내

| 구 분 | 내 용 |
|------------|---|
| 기본교육 | 비영리기관에 대한 이해, 사회공헌활동 이해 등 |
| 사회공헌 활동 실습 | 분야별 직무교육 및 실습 (실습은 사회복지기관, 시민사회단체, 보건의료기관 등 비영리단체에서 실시) |



3. 사회참여 활동의 의의

2) 정부지원 사회공헌활동

사회공헌활동 일자리사업 (고용노동부)

유급근로와 자원봉사를 결합한 모델로서, 경험과 전문성을 가진 퇴직인력이 사회적 기업이나 비영리 단체 등에서 사회공헌 활동을 통해 자기만족도와 성취감을 높일 수 있는 봉사적 성격의 일자리

▪ 대 상 : 해당 분야 3년 이상 경력의 50세 이상의 퇴직자

▪ 모집인원 : 3,000명

▪ 지 원 비 : 참여수당: 시간당 2천원 일 최대 8시간
활동실비: 식대5,000원, 교통비 3,000원

▪ 활동기간: 1인당 최대 500시간
1일 8시간을 넘을 수 없음

▪ 신청기관: 한국사회적기업진흥원(www.socialenterprise.or.kr)
(사)복지네트워크 유어웨이(www.yourway.or.kr)



4. 국민건강보험

1) 국민건강보험이란?

□ 국민건강보험의 목적 (법 제1조)

: 국민의 질병·부상에 대한 예방·진단·치료·재활과 출산·사망 및 건강 증진에 대하여 보험급여를 실시함으로써 국민보건을 향상시키고 사회보장을 증진함을 목적으로 한다.

(2009년 5.08%)
(2010년 5.33%)
[2011년 5.64%]
[2012년 5.80%]

□ 건강 보험료 납부액

○ 직장가입자 : 보수월액(월평균보수) * 보험료율(5.89%)

- 사업주와 가입자가 50%씩 부담(2.945%)
- 보수월액 하한선 28만원, 상한선 7,810만원

(2009년 148.9원)
(2010년 156.2원)
[2011년 165.4원]
[2012년 170.0원]

○ 지역가입자 : 보험료부과점수 * 점수당 금액(172.7원)

- 부과점수 : 소득+생활수준+재산(전월세 포함)+자동차 등급별 점수의 합
- 부과점수 하한선 20점, 상한선 11,000점
- 소득은 연간 500만원 이상 시 포함(미만은 불포함)



4. 국민건강보험

2) 국민건강보험 자격변동

□ 자격의 변동 (법 제8조)

○ 자격의 변동

- 직장에서 지역으로 : 퇴직 소속기관에서 직장가입자 자격상실 신고 함
 → 지역가입자로 자동 편입, 지역보험료 부과
- 지역에서 직장으로 : 직장 사용자가 신고
 - 기준일 : 매월 1일
- 신고 기한 : 자격 변동일로부터 14일 이내에 신고(1577-1000)

※ 배우자 또는 자녀 중 건강보험 직장가입자가 있는 경우

- **지체 없이** 직장가입자인 배우자나 자녀의 건강보험에 피부양자로 등록

※ 노인장기요양보험(2008년 7월부터 의무 부과)

- 본인 납부 건강보험료의 6.55%(08년 4.78%)
- 건강보험가입자는 자동 의무 부과
- 지원 대상 : 피부양자 중 65세 이상 또는 노인성질환보유자
- 지원 내용 : 노인요양시설 사용에 대한 본인 부담금의 20%



4. 국민건강보험

3) 국민건강보험 특례

□ 실업자에 대한 특례 (국민건강보험법 제 93조의 2)

○ 제93조의2 (실업자에 대한 특례) [신설 2006.12.30. 2007년 7월 이후 실업자 대상]

- ① 사용관계가 종료된 직장가입자 중 보건복지부령이 정하는 자가 지역가입자가 된 이후 제74조에 따라 최초로 고지 받은 지역가입자 보험료의 납부기한 이내에 공단에 직장가입자로서의 자격을 유지할 것을 신청한 경우에는 제8조에 불구하고 **대통령령이 정하는 기간동안** 직장가입자의 자격을 유지한다. 다만, 신청자가 신청 후 최초로 납부하여야 할 보험료를 그 납부기한까지 납부하지 아니한 때에는 그러하지 아니하다.
- ② 제1항에 따라 공단에 신청한 가입자(이하 "임의계속가입자"라 한다)는 제63조에 불구하고 사용관계가 종료된 날이 속하는 달을 제외한 직전 3월간 지급받은 보수의 평균액을 기준으로 보수월액을 산정한다.
- ③ 임의계속가입자의 보험료는 보건복지부장관이 고시하는 바에 따라 그 일부를 경감할 수 있다.
- ④ 제67조제1항 및 제68조제1항에 불구하고 **임의계속가입자의 보험료는 그 임의계속가입자가 전액을 부담하고 납부한다.**
- ⑤ 임의계속가입자의 신청방법·절차 그 밖에 필요한 사항은 보건복지부령으로 정한다.

※ 보건복지부령이 정하는 자: 실업 전 해당사업장에서 **1년 이상** 직장가입자 자격을 유지한 자
 제74조 : 보험료 납입고지 방법
 대통령령이 정하는 기간: 사용관계 종료된 다음날부터 12개월
 제63조 : 직장가입자가 지급받는 보수 기준
 제67조 제1항 : 직장가입자와 사용주가 100분의 50씩 부담
 제68조 제1항 : 사용주가 납부
 제8조 : 자격변동일로부터 30일 이내 신고



5. 보건복지 지원제도

1) 보건의료

의료보장성 강화로 국민부담 경감

| 4대중증 질환에 대한 의료비국가부담 | 3대 비급여 환자부담 완화방안 | 본인부담 제도개선등을 통한 부담경감 |
|---|--|--|
| <ul style="list-style-type: none"> 4대중증질환 (암, 심장, 뇌, 희귀난치) 필수의료서비스 : '16년까지 건강보험적용 (13년) 초음파, MRI 검사 (14년) 고가항암제 약제, PET등 영상검사 (15년) 각종 수술 및 수술재료 (16년) 유전자 검사 선별급여 | <ul style="list-style-type: none"> (3대 비급여) 종합대책 마련 상급병실, 선택진료비, 간병비 | <ul style="list-style-type: none"> (상한제 세분화) - 3단계-> 7단계 소득별 상한액 조정 (저소득층) 200-> 120만원 (고소득층) 400-> 500만원 (노인 임플란트) 14년 7월부터 75세 노인 보험급여 |
| <p><제도개선 방향></p> <p>① 소비자의 실질적 선택권한 강화 - '선택 아닌 선택'이 강제되지 않도록 상급병실, 선택진료 기준 등 제도개선</p> <p>② 수도권 상급병원의 환자쏠림 방지 및 의료편중 해소</p> <p>③ 의료의 질적 수준이 유지될 수 있는 건강보험 보상체계 개선</p> | | |



5. 보건복지 지원제도

1) 보건의료



| 담배, 술 등에 대한 종합관리 | 예방적 보건의료 인프라 강화 | 4대중독 문제 종합대응 |
|---|--|--|
| <ul style="list-style-type: none"> 금연정책 강화 <ul style="list-style-type: none"> 04 소규모음식점, 카페, 호프집 등 전면 금연구역 확대 금연구역 확대 적용 <ul style="list-style-type: none"> 2013: 면적 150㎡ 이상 2014: 면적 100㎡ 이상 2015: 전 업소 음주억제책 마련 <ul style="list-style-type: none"> -(공중이용시설) 주류판매 금지, 음주금지 -(대중교통시설) 주류광고제한 | <ul style="list-style-type: none"> (각종 검진사업 통합) <ul style="list-style-type: none"> 영유아, 일반, 생애 암검진 등 각종 검진사업 → 생애주기별 맞춤형건강검진사업으로 통합 모든 연령에 대해 주기적인 검진을 제공 (보건소 기능개편) 질병예방 및 지역사회 건강중심으로 개편 | <ul style="list-style-type: none"> 4대 중독 종합대책마련 <ul style="list-style-type: none"> 알코올, 마약, 도박, 인터넷 법률제정추진 <ul style="list-style-type: none"> 중독물질에 대한 접근성 제한 대국민인식개선 중독자 조기발견 |



5. 보건복지 지원제도

1) 보건의료



6. 고용보험

1) 실업급여란?

□ 실업급여란

: 고용보험 적용 사업장에서 퇴직 전 18개월 중 180일(피보험 단위기간) 이상 근무하다 불가피한 사유(비자발적)로 직장을 그만 둔 근로자가 근로의 의사와 능력을 가지고 적극적으로 재취업 활동을 하는 경우 지급

□ 고용보험료(실업급여) : 월 평균 보수액 * 1.1%(사업주와 50 : 50)
[2012년 0.9%]

□ 실업급여의 종류

- 구직급여
 - 취업(영리목적 사업 영위 포함)을 위한 적극적 구직 활동
- 취업촉진수당
 - 조기재취업수당, 직업능력개발수당, 광역구직활동비, 이주비



6. 고용보험

1) 실업급여란?

- 수급 대상
 - 도산·폐업·인원감축 등 회사의 경영사정에 의해 퇴직자
 - 정년퇴직, 계약기간 만료, 권고사직 등에 의한 퇴직자
 - 회사 이전, 원거리 발령 등 가족과의 별거로 통근근로인으로 인한 퇴직
 - 체력부족, 심신장애, 질병, 부상 등 업무수행이 곤란하여 퇴직한 경우

※ 전직·자영업을 위하여 스스로 직장을 그만두었거나 본인의 중대한 귀책사유로

해고된 경우는 제외

- 형법 또는 직무와 관련된 법률을 위반하여 금고이상의 형을 선고받고 해고된 자
- 공금횡령, 회사기밀누설, 기물파괴 등으로 회사에 막대한 재산상의 손해를 끼쳐 해고된 경우
- 정당한 사유 없이 장기간 무단결근하여 해고된 경우



6. 고용보험

2) 구직급여

□ 구직급여 신청

- 신고처 : 거주지 관할 지방노동관서(전국고용센터, 1350)
- 신고기한 : 이직 후 지체 없이
- 제출서류

| 제출 서류 | 제출 소요일수 | 비 고 |
|--------------------------|------------------------------|--------------|
| 피보험자격상실신고서 | 퇴직 후 2 ~ 3일 내 | 회사에서 일괄 제출 |
| 이직확인서 | 최대 14일 이내 (퇴직금 입금과 동시 제출) | |
| 수급자격인정신청서, 구직신청서, 신분증 | - | 고용지원센터 방문 작성 |

- 대기기간 : 구직급여 신청 후 7일간의 처리기간 소요(법 규정)

※ 퇴직금 입금 되면 즉시 고용지원센터로 전화 확인 후 방문 신청 할 것



6. 고용보험

2) 구직급여

□ 구직급여 수급

- 1일 수급액 : 근로기준법 산정 평균임금의 50% (최고 40,000원)
- 소정급여일수 : 보험가입기간 및 연령에 따라 차등 지급
(95.01.01 부터 불입)

| 구분 | 1년 미만 | 1년~3년 | 3년~5년 | 5년~10년 | 10년 이상 |
|--------------------|-------|-------|-------|--------|--------|
| 30세 미만 | 90일 | 90일 | 120일 | 150일 | 180일 |
| 50세 미만 | 90일 | 120일 | 150일 | 180일 | 210일 |
| 50세 이상 (장애인 포함) | 90일 | 150일 | 180일 | 210일 | 240일 |

※ 구직활동 중 구직급여액 초과하는 수익 발생시(1일 기준)는 해당일 구직급여 미지급

- 수급기간 : 이직일 다음날부터 기산하여 12월 내
 - 연장 사유 : 질병, 부상(본인·배우자·본인/배우자 직계존비속)
 - 연장 신고 : 수급기간 내 연장신고서 제출(천재지변, 30일)
- 수급기간 연장
 - 휴련연장급여, 개별연장급여(생계 곤란자), 특별연장급여(실업률 6% 초과)



6. 고용보험

3) 실업인정 (구직급여 수급자격 유지)

□ 구직 활동

○ 신고주기 : 1주 ~ 4주 중 거주지 지방노동관에서 지정한 날

- 취업 또는 면접 등 부득이한 사유로 출석 못한 경우
 - 지정일 전일까지 변경 신청
 - 사유 소멸일로부터 14일 이내 변경 신청
 - 취업일로부터 1월 이내 취업 증명서 제출
 - 개인의 착오 : 14일 이내 변경 신청(1회에 한함)

○ 신고방법 : 실업인정신청서에 재취업 활동 내용 기재

※ 사유 발생시 거주지 관할 고용지원센터로 직접 전화 문의

○ 적극적 구직활동

- 우편이나 팩스, 전자메일 등을 통한 구인처에 인사원서 제출
- 채용박람회 등에 참석하여 구인자와 면접
- 직업안정기관에서 실시하는 직업지도 프로그램 참가
- 자영업을 준비하는 활동(창업으로 사전 신고한 경우)



6. 고용보험

3) 실업인정 (구직급여 지급자격 유지)

□ 구직 활동 증명 자료들

- 사업장을 방문한 경우 - 사업체명, 주소, 전화번호, 면접 또는 서류접수 담당자명 기재하여 제출(예: 명함)
- 우편을 이용한 경우 - 해당업체에서 사람을 뽑고 있다는 자료(예: 모집요강 복사본), 입사지원서 등기수령증
- 인터넷을 이용한 경우 - 모집요강 화면 출력, 입사지원서를 보낸 날짜를 확인할 수 있는 이메일 편지함 화면
- 팩스를 이용한 경우 - 팩스번호, 수취인 명, 보낸 날짜와 시간을 기재하여 제출
- 채용박람회 참여 경우 - 채용시험이나 면접 등에 참여했다는 것을 증명할 수 있는 자료

아래와 같은 경우에는 재취업활동이 인정되지 않으므로 유의해야 합니다.

- 사업장에 전화로만 구인문의를 하거나 특정 직종과 임금만을 고집하며 동일 사업장을 반복하여 구직활동을 하는 경우
- 입사지원서나 이력서를 인터넷으로 전송하지 않고 모집요강만을 출력하여 오는 경우
- 사업이나 장사를 하는 친인척에게 구직활동 확인만 받아오는 경우

직업훈련을 받았음을 증명하는 자료

- 당해 훈련기관에서 발행한 수강증명서를 4주에 1번 제출

자영업 준비활동을 증명하는 자료

- [재취업활동계획서]에 따라 점포물색, 임대차계약, 시장조사활동, 허가관계 관공서 방문, 근로자 채용을 위한 구인 광고에 관한 자료를 제출함으로써 실업인정 가능



6. 고용보험

4) 구직급여 지급 유예

- 고액 금품 수령에 따른 구직급여 지급유예(법 45조의 2)
 - 유예대상 : 퇴직금, 퇴직위로금 등 명칭여하를 불문하고 이직 당시 수령한 금품(임금 제외)액이 1억원 이상인 자
- 유예기간 : 신고일로부터 3월간
 - 법정 수급기간에는 불포함 : 이직 후 15월내 급여 지급
 - 대기기간 규정 미 적용



MEMO

6. 고용보험

5) 조기재취업수당

□ 조기재취업 수당 지급

- 지급 대상 : 대기기간(실업신고일로부터 7일)이 지난 후 안정된 직업에 6개월이상 계속하여 고용되거나 6개월이상 사업을 계속하여 영위하는 경우
 - 잔여 급여일수가 30일 이상인 경우
 - 유예기간(3개월)이더라도 대기기간 경과 후 재취업한 경우
- 신청 : 6개월 이후 고용(사업영위) 후 고용지원센터로 신청
- 제출서류(팩스, 메일, 센터 홈페이지에서 다운로드 후 작성, 우편 제출 가능)

| 서류 | 내용 | 비고 |
|------------|---|-------------|
| 조기재취업수당청구서 | | 센터 지정 양식 |
| 사업주확인서 | <ul style="list-style-type: none"> • 채용관련사항 : 채용경로, 압종, 고용형태(신분, 기간 등) • 이전 직장과의 관계 | 센터마다 양식 다름 |
| 근로계약서 | 재취업으로 인한 근로계약 내용 | 회사 양식 사용 가능 |

※ 재취업(창업)으로 신고 한 후 창업(재취업)할 경우는 조기재취업수당 지급 안됨
 → 신고 한 후 변동 사유 발생 시 변경신고 한 후 1회 이상 실업급여를 지급 받아야 함



7. 국민연금제도

1) 국민연금이란?

< 국민연금 수급연령, 2013년부터 단계적 상향 >

○ 출생년도별 수급연령

| 구분 | 53년~56년 | 57년~60년 | 61년~64년 | 65~68년 | 69년~ |
|--------|---------|---------|---------|--------|------|
| 노령연금 | 61세 | 62세 | 63세 | 64세 | 65세 |
| 조기노령연금 | 56세 | 57세 | 58세 | 59세 | 60세 |
| 반환일시금 | 61세 | 62세 | 63세 | 64세 | 65세 |

- 60세 이후 연금지급연령 도달전까지 임의계속가입 제도를 이용해 지속 납부 가입



7. 국민연금제도

1) 국민연금이란?

☐ 연금 급여란

: 국민연금 가입자가 노령, 장애 또는 사망으로 인하여 소득이 중단, 상실 또는 감소되었을 때 기본적인 생활을 보장하기 위한 금전급부

☐ 연금 납부액

: 기준소득 월액*연금보험료율(9%)

- 직장인의 경우 50% 사업주가 부담
- 모든 확인 가능한 소득 대상(소득 표준이 없는 경우 공단과 협상)
- 월 기준소득 범위 : 최저 24만원, 최고 3,89만원



7. 국민연금제도

1) 국민연금이란?

□ 퇴직 후 관계

○ 계속 납입을 희망하는 경우

- 퇴직 후 2개월 내 국민연금관리공단 방문 상담 후 납부
- 소득이 없을 경우 : 납부 의무 없음

○ 계속 납입을 희망하지 않는 경우

- 국민연금관리공단 방문 납부예외자 신청

(본인 희망 시 최소 89,100원 ~ 331,200원 중
결정 납부 가능, 평균 11만원 대)



남부예외

: 가입은 되나 보험료를 납부하지 않는 것을 말하며 보험료를 납부하지 않으므로 가입기간에 산입되지 않음(소득 발생 시 추후 납부하면 가입기간에 합산)

▶ 남부 예외사유 및 기간

1. 군 입대 (병역의무 수행기간),
2. 학생(학원생, 취업준비생, 유학생) : 재학기간
3. 재소자, 감호자 (재소, 감호기간),
4. 행방불명 (1년 이내)
5. 사업중단, 실직, 휴직 (해당기간)

임의계속가입이란?

임의계속가입은 60세에 도달 하여 국민연금 가입자의 자격을 상실하였으나, 가입기간이 부족하여 연금을 받지 못하거나 가입기간을 연장하여 더 많은 연금을 받고자 하는 경우 65세에 달할 때까지 신청에 의하여 가입할 수 있습니다.

7. 국민연금제도

2) 연금급여액

□ 부양가족 연금액

: 수급자가 부양하고 있는 가족에 대한 부가급여

(단위 : 인당)

| 지급대상 | 요건 | 부양가족연금액 (2012년) |
|--------------------|----------------------|--------------------|
| 배우자 | [사실혼 포함] | 연 236,360원 |
| 자녀 | 18세 미만 또는 장애등급 2급 이상 | 연 157,540원 |
| 부모 (배우자의 부모 포함) | 60세 이상 또는 장애등급 2급 이상 | 연 157,540원 |

- 수급권자가 권리를 취득할 당시 기준
- 2012년 4월 ~ 2013년 3월 적용
- 매년 물가인상을 반영 지급액 고시



7. 국민연금제도

2) 연금급여액

□ 노령연금

| 종 류 | 수급요건 | 급여 수준 | | 수급기간 |
|-----|---|---|--------|-----------------------|
| | | 기본연금액 | 부양가족연금 | |
| 완전 | 60세 도달 가입기간 20년 이상 기초소득 미만자(65세까지) | 100% | 100% | 60세 도달 익월부터 생존 시까지 |
| 감액 | 60세 도달 가입기간 10년 ~ 20년 미만 기초소득 미만자(65세까지) | 50% (1년마다 5% 증가) | 100% | 60세 도달 익월부터 생존 시까지 |
| 재직자 | 60세 ~ 65세 가입기간 10년 이상 전체가입자 평균소득월액 이상자 | 10년 : 50% (1년, 5% 증가) } x 50% (1년, 10% 증가) | 없음 | 60세 ~ 65세 (연령별 적용) |
| 조기 | 55세 도달 가입기간 10년 이상 전체가입자 평균소득월액 미만자 | 10년 : 50% (1년, 5% 증가) } x 70% (1년, 6% 증가) | 100% | 신청한 익월부터 생존시까지 고정 |
| 분할 | 혼인기간 5년 이상(가입기간 중) 60세 이후 | 배우자 노령연금액 중 혼인기간 해당분의 50% | 없음 | 사유발생 익월부터 생존 시까지 |

※ 월평균소득이란 소득세법 상 소득으로 '부동산임대소득, 사업소득, 근로소득' 합계액을 종사(근로)월 수로 나눈 금액(근로소득 및 필요경비 공제 후)

→ 2012년도 기준금액 : 월 1,891,771원 (2010년 1,791,955원)



7. 국민연금제도

3) 연금급여 종류

※ 노령연금 수급개시 연령 연장

| 생년 | 완전, 장애, 재직자, 분할, 반환일시금 | 생년 | 조기노령 |
|------------|------------------------|------------|--------|
| ~ 52년생 | 60세 부터 | ~ 57년생 | 55세 부터 |
| 53년 ~ 56년생 | 61세 부터 | 58년 ~ 61년생 | 56세 부터 |
| 57년 ~ 60년생 | 62세 부터 | 62년 ~ 65년생 | 57세 부터 |
| 61년 ~ 64년생 | 63세 부터 | 66년 ~ 69년생 | 58세 부터 |
| 65년 ~ 68년생 | 64세 부터 | 70년 ~ 73년생 | 59세 부터 |
| 69년생 ~ | 65세 | 74년생 ~ | 60세 부터 |



MEMO

7. 국민연금제도

3) 연금급여 종류

□ 장애연금

- 가입기간 중 발생한 질병 또는 부상으로 인한 장애(1~4급)
- 완치일 기준 장애등급 결정
 - 미 완치 시는 초진일로부터 1년 6월 경과된 날 기준 판정
- 1년 6월 경과 후 장애 발생 시는 청구일 기준 결정

| 장애 1급 | 장애 2급 | 장애 3급 | 장애 4급 |
|-------------------------|------------------------|------------------------|-----------------------|
| 기본연금액 100% + 부양가족연금액 | 기본연금액 80% + 부양가족연금액 | 기본연금액 60% + 부양가족연금액 | 기본연금액 225% (일시보상금) |



MEMO

7. 국민연금제도

3) 연금급여 종류

□ 유족연금

- 국민연금 가입자 또는 연금 지급받던 자가 사망한 경우
 - 노령연금 수급권자가 사망한 경우
 - 가입자가 사망한 경우(단, 가입기간 1년 미만인 경우는 가입 중 발생한 질병이나 부상으로 사망한 경우)
 - 가입기간 10년 이상 가입자 이었던자가 사망한 경우
 - 가입기간 10년 미만 가입자 이었던자가 가입중에 발생한 질병이나 부상으로 가입 중 초진일(또는 가입자 자격상실 후 1년 이내의 초진일)로부터 2년 이내 사망 시

| 10년 미만 | 10년 이상 ~ 20년 미만 | 20년 이상 |
|--|------------------------|------------------------|
| 기본연금액 40% + 부양가족연금액 | 기본연금액 50% + 부양가족연금액 | 기본연금액 60% + 부양가족연금액 |
| ※ 다만, 노령연금수급권자의 사망으로 인한 유족연금액은 사망한 자가 지급받던 노령연금액을 초과할 수 없음 | | |



7. 국민연금제도

3) 연금급여 종류

※ 유족의 범위

| 순위 | 대상 | 자격 | 비고 |
|----|--------------------|--------|-----------------------|
| 1 | 배우자 | 제한 없음 | 3년간 지급 후 55세부터 재지급 |
| 2 | 자녀 | 19세 미만 | 또는 장애등급 2급 이상 |
| 3 | 부모 (배우자 부모 포함) | 60세 이상 | |
| 4 | 손자녀 | 19세 미만 | |
| 5 | 조부모 (배우자 조부모포함) | 60세 이상 | |

- ❖ 수급권 소멸 : 사망, 재혼, 입양, 파양, 18세 도달 등
- ❖ 배우자 유족연금 지급 시 장애발생, 자녀 생계유지(18세 미만, 장애), 소득이 없을 경우는 지속 지급



MEMO

7. 국민연금제도

3) 연금급여 종류

□ 사망일시금

- 가입자 또는 가입자이었던 자가 사망하였으나 유족연금 또는 반환일시금을 지급받을 수 있는 유족범위에 해당하는 자가 없는 경우

※ 지급 대상

: 사망자에 의해 생계를 유지하고 있던 배우자, 자녀, 부모, 손자녀, 조부모, 형제자매 또는 4촌 이내의 방계혈족 순위 중 최우선 순위자

※ 지급 금액(장제부조비 성격)

: 반환일시금 상당금액

단, 최종소득 또는 가입기간 동안 평균소득 중 많은 금액의 4배를 초과할 수 없음



7. 국민연금제도

4) 국민연금, 계속 납부해야 하나?

Ex) 1988년부터 17년간 연금보험료 4,026만원을 납부했고, 다니던 회사를 55세에 명예 퇴직한 김모씨가 77세까지 생존한다고 할 때, 얼마나 받게 될까? (2007년 7월 개정 전 법 적용)

| 구 분 | 납부총액 | 월 연금액 | 수령 기간 | 총 수령액 | 증감 비교(만원) | |
|---|---------|----------|-------|------------|-----------|--------|
| | | | | | 지출액 | 수입액 |
| 55세 연금수령 (조기노령연금) | 4,026만원 | 557,320원 | 23년 | 1억 5,382만원 | 0 | 0 |
| 퇴직 후 5년간 보험료 미납 후 60세부터 연금 수령 (감액노령연금) - 무소득 신고 | 4,026만원 | 743,100원 | 18년 | 1억 6,050만원 | 0 | 668 |
| 퇴직 후 5년간 보험료 납부 후 60세 연금 수령 (완전노령연금) - 월 101천원 납부 (소득 113만원) | 4,636만원 | 863,430원 | 18년 | 1억 8,650만원 | -610 | 3,268 |
| 퇴직 후 5년간 보험료 납부 후 60세 연금 수령 (완전노령연금) - 월 324천원 납부 (소득 360만원) | 5,970만원 | 956,020원 | 18년 | 2억 650만원 | -1,944 | 5,268 |
| | | | | | | +3,324 |



7. 국민연금제도

4) 국민연금, 계속 납부해야 하나?

□ ○ ○ 퇴직자 선택 사례

| 성명 | 생년월 | 입사 | 퇴사 | 퇴직 당시 잔존납부기간 | 분석 | 결정 |
|-------|--------|---------|------------------|-----------------|-------------------|-------------------------|
| 양 ○ ○ | 50년 7월 | 74년 10월 | 2007년 12월 31일 | 2.5년 | 만기 시 월 84만원 수령 | 조기노령연금 신청 월 73만원 수령 |
| 조 ○ ○ | 51년 2월 | 71년 12월 | 2008년 6월 30일 | 2.5년 | 만기 시 월 98만원 수령 | 계속 납부(소득무) 월 11만원 납부 |

※ 월 납부금액 수준에 따라 만기 시 지급금액 차이 발생



MEMO



제2기 브라보 마이라이프과정

건강관리와 여가활용하기

영
성
아



행복의 조건



하버드대학교 성인발달연구

- 1930년대 말 하버드대에 입학한 2학년생 268명 대상
- 성인의 평생 발달에 관한 최장기 종단연구
- '72년 넘게' 추적

- 윌리엄 그랜트의 후원
- 당시 하버드대 공중보건학부의 알리 북 박사가 시작 ('그랜트연구' 라고도 불림)



건강 퀴즈

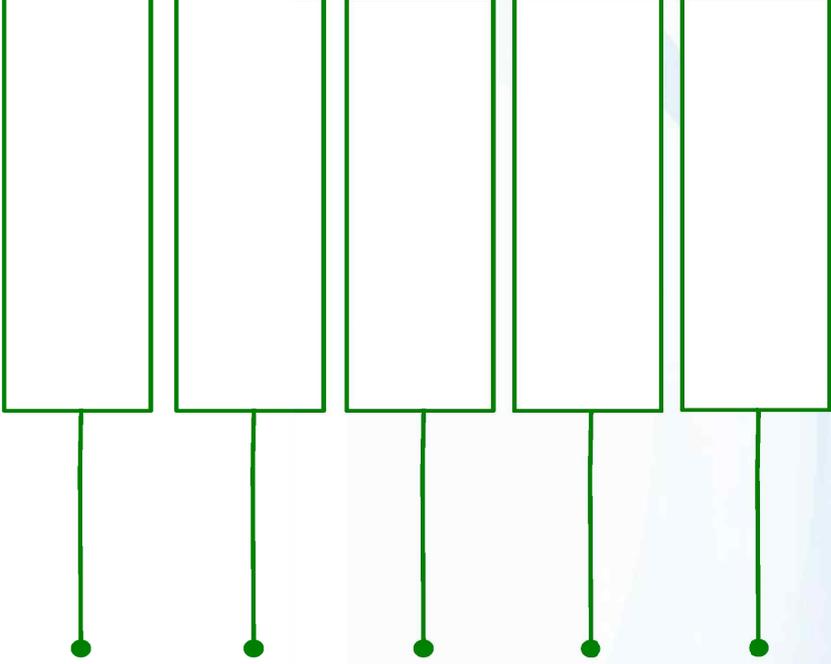
사망원인 2위

고비용 암

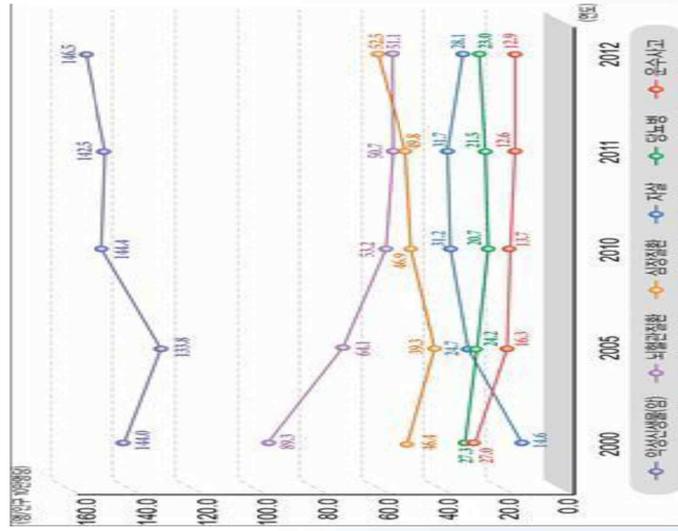
남자 1위 암

암세포 수

방범대원



한국인의 3대 사망원인



2012년 주요 사망원인별 사망률 (단위: 명/인구 10만명당)

| 구분 | 2000년 | 2005년 | 2010년 | 2011년 | 2012년 |
|----------|-------|-------|-------|-------|-------|
| 악성신생물(암) | 144.0 | 133.8 | 144.4 | 142.8 | 146.5 |
| 뇌혈관질환 | 89.3 | 64.1 | 53.2 | 50.7 | 51.1 |
| 심장질환 | 46.4 | 39.3 | 46.9 | 49.8 | 52.5 |
| 자살 | 14.6 | 24.7 | 31.2 | 31.7 | 28.1 |
| 담노병 | 27.3 | 24.2 | 20.7 | 21.5 | 23.0 |
| 운수사고 | 27.0 | 16.3 | 13.7 | 12.6 | 12.9 |

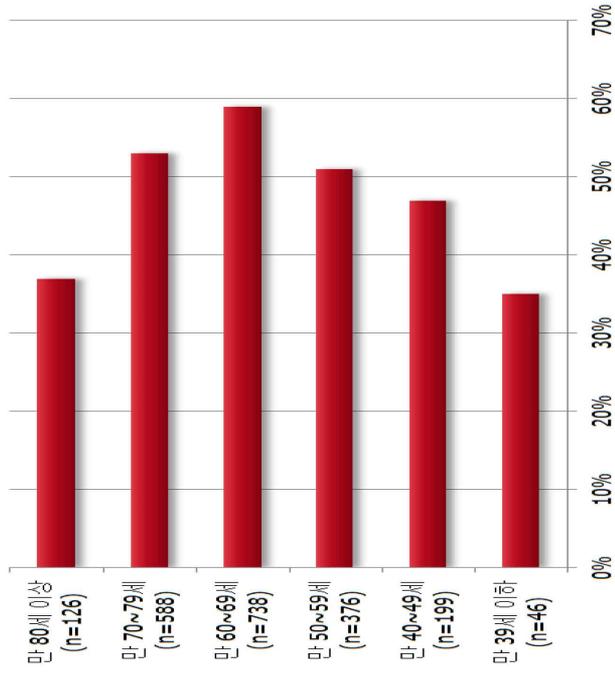
(자료: '2013 보건복지통계연보, 보건복지부)



심장질환 조사



근성 심근경색 발병 이전 연령별 고지혈증 발병 비력



기상직후

기지개 켜기

아침에 기지개를 켜면 동맥이 활성화되면서 혈액순환이 촉진되고 피로가 회복되며 정신을 맑게 해 준다.
또한 심폐의 폐활량과 산소공급량이 늘어나기 때문에 매일 꾸준히 해줄수록 아침에 졸림방지가 강화되며 피곤하지 않고 상쾌한 아침을 맞이할 수 있게 된다.



기상직후

전기마사지

손바닥을 비빌 때 발생하는 전기를 체내전기하고 한다. 이 체내전기를 이용해 피부마사지를 하면 기혈순환을 도우면서 하루 에너지를 생성하게 된다.

- 머리 :
- 얼굴 :
- 눈 :
- 코 :
- 귀 :



MEMO

기상직후 **고치법**

- 윗니 아랫니를 30회 이상 부딪힌다.
- 혀바닥으로 입 속에 고인 침을 모은다.
- 3회에 걸쳐 삼킨다.

- **회춘비타민** : 

MEMO 



MEMO

기상직후

물 한 잔 마시기

뇌는 85%가 물로 구성되었으며, 물의 양이 1%만 부족해도
 뇌는 예민하게 반응한다. 특히, 7-8시에는 하루 중 스트레스
 호르몬인 코티졸이 가장 많이 분비되는 시간이므로 물을
 마시는 것이 좋다.

- 교감신경계가 활성화될 때 :
- 부교감신경계가 활성화될 때 :

오전

아침식사하기

코티졸과 같은 스트레스호르몬이나 세로토닌이나 엔도르핀처럼 기분을 좋아지게 만드는 호르몬의 주요성분은 아미노산이다. 이 성분이 만들어지기 위해서는 단백질이 필요하므로 뇌가 예민한 오전에는 필히 아침식사를 통하여 충분한 단백질을 공급받아야한다.

- 먹기 명상 : 집어넣느냐 보살피느냐?



MEMO

오후



스쿼드

엉덩이는 최대한 뒤로 빼고,
 양 무릎은 발등보다 앞으로 나
 오도록 한다.
 내려갈 때 들숨, 올라올 때 날숨
 을 쓴다.



대표적인 심인성 증상



두통
분노

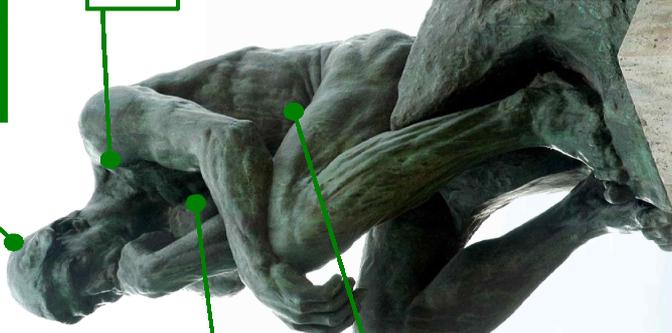
목, 어깨 결림

가슴 두근
불안, 초조

소화불량

만성피로
우울

빈혈
면역



두통

백회 두드리기



백회(숨구멍)를 중심으로
열손가락 끝으로 시작하여,
앞(전두엽), 옆(측두엽),
뒤(후두엽), 다시 백회까지
각각 20회씩 두드리기



어깨 결림

역각지 체조



가슴답답

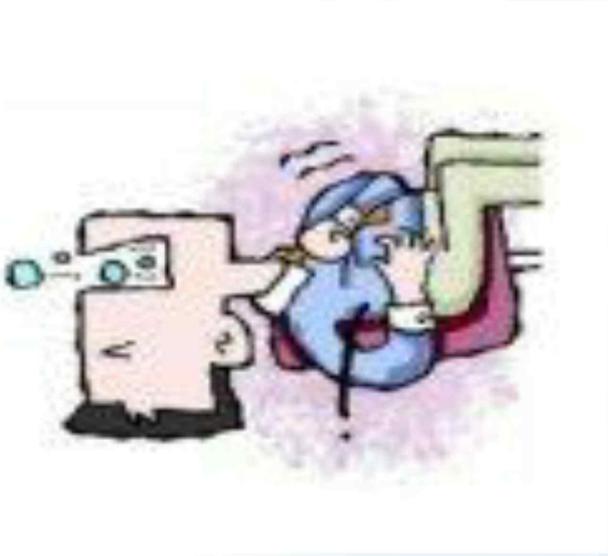


입맥열기

- ▣ 어깨넓이로 다리를 벌려 11자로 서기
- ▣ 엄지를 먼저 접은 후 주먹 쥐기
- ▣ 애지쪽 손날로 전중(젓꼭지 높 이에서 가슴 가운데로 모아 중간 부분)을 힘껏 두드리기
- ▣ 동시에 입을 크게 벌리고 고함 지르기 (아~)



소화블랑



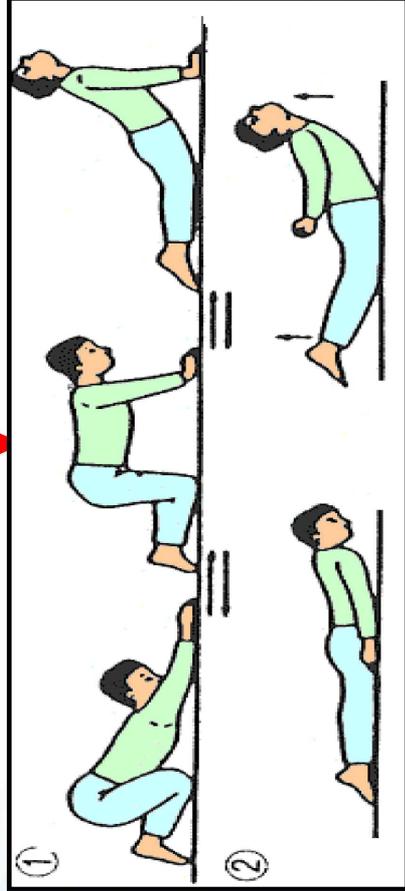
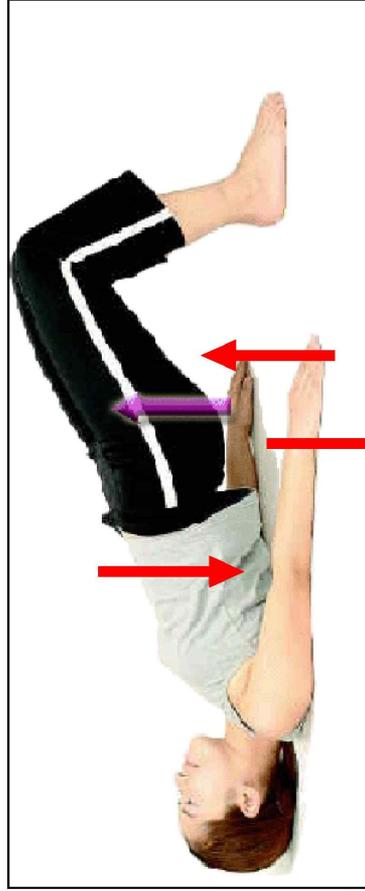
족삼혈 두드리기

족삼혈(족삼리 ; 앞쪽과 바깥쪽
무릎뼈로부터 대각선으로 3센
티미터 아래 위치)를 지압하거
나 두드리기



요통

어댑이 들어올리기



만성피로



단전치기

배꼽으로부터 아래로 3~5센티
미터 지점을 손바닥으로 두드리
기(1회에 두차례 두드리기)



MEMO

| 감기증상별 힐링푸드 | | |
|-------------------|-------------------|--------|
| 증상 | 맛 (관장하는 장부) | 추천 맛 차 |
| 목감기 | 신맛(간과 담낭) | |
| 콧물감기 | 매운맛(폐와 대장) | |
| 근육통을 동반한 감기 | 짠맛(신장과 방광) | |
| 감기몸살 | 담백한 맛 (심포와 삼초) | |



MEMO

취침전

발끝치기, 복식호흡

- * 발끝치기
 - 두다리를 쭉 뻗고 양발을 약간 벌린 후 엄지발가락끼리 부딪친다. (100회 이상)
- * 복식호흡
 - 누운 상태에서 왼손은 심장위에, 오른손은 배 위에 올린 후 편안하게 천천히 복식호흡을 한다.



MEMO

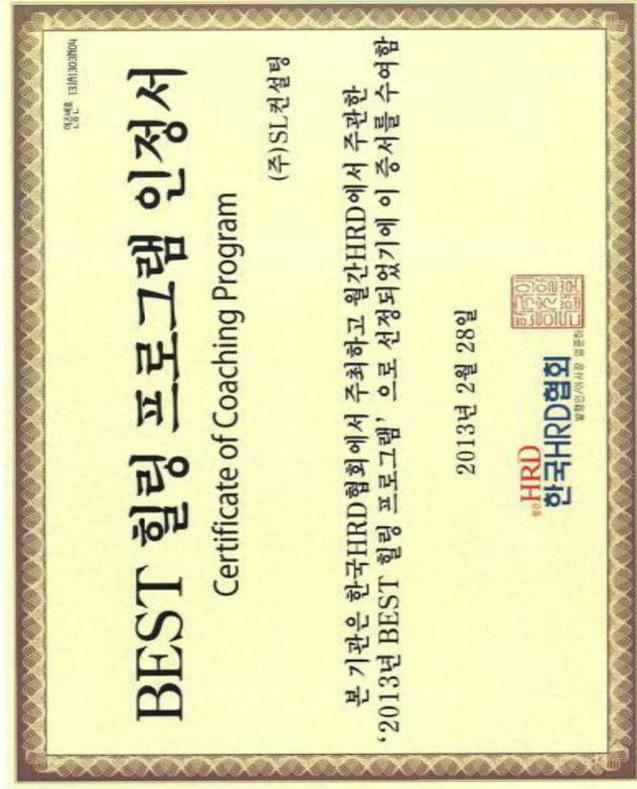
약이 되는 여가처방전 베스트 3

| 건강 | 1 | 2 | 3 |
|-------|---|---|---|
| 심장건강 | | | |
| 신장건강 | | | |
| 두뇌건강 | | | |
| 1석 3조 | | | |





(주)에스엘컨설팅은 2013년 한국HRD협회가
Best Healing HRD프로그램으로 선정된 기업입니다.





제2기 브라보 마이라이프과정

행복한 미래를 위한 자산관리

김주신

행복한 미래를 위한
자산관리

2014년 5월

강사 : 김주신 (☎ 011-9972-4923)

| | |
|---|---|
| <p></p> <p>Part 1</p> <p>우리에게 다가 온 불편한 진실</p> | <p> MEMO</p> |
|---|---|

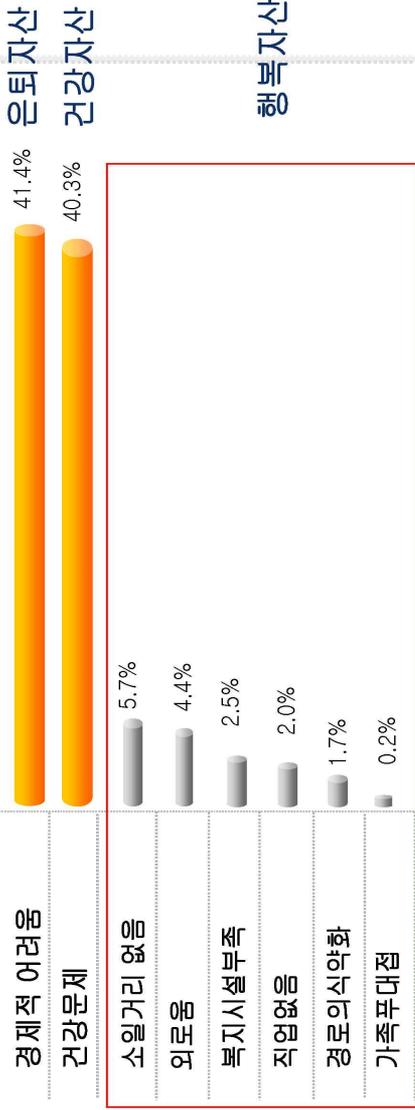


장수사회의 현실

실버 세대가 겪는 어려운 문제

- 실버세대가 겪는 가장 큰 문제는 **경제적 어려움과 건강문제**
→ 결국 은퇴자산과 건강자산에 관련된 문제가 가장 큼

65세 이상 고령자가 겪는 어려운 문제



* 통계청 <2009년 고령자통계>



1. 실질금리 마이너스

2. 자산구조의 불균형

▶ 노후 준비 부족

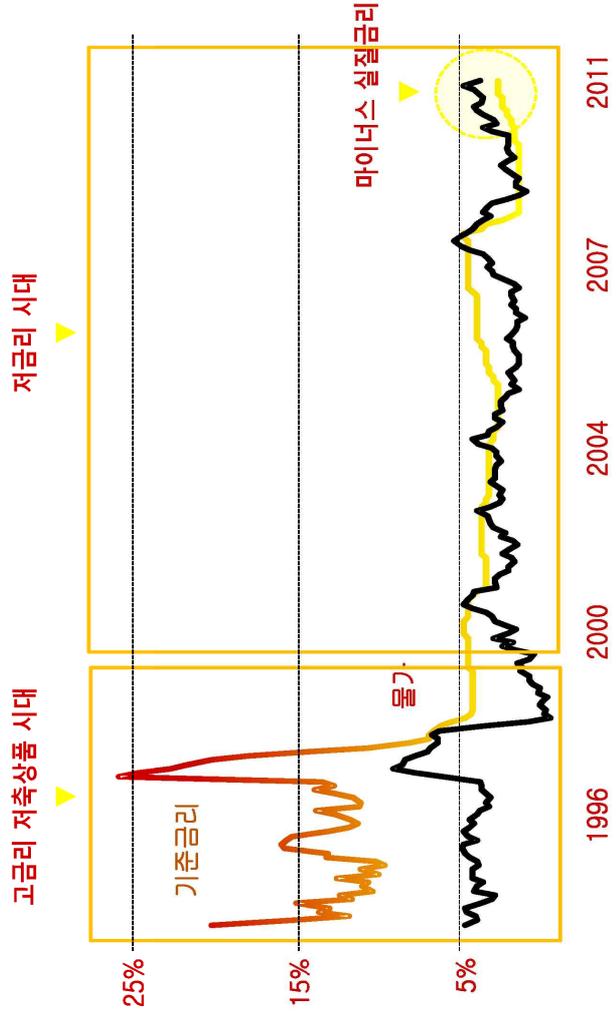
3. Tapering 뒤 기다리는 건?



MEMO

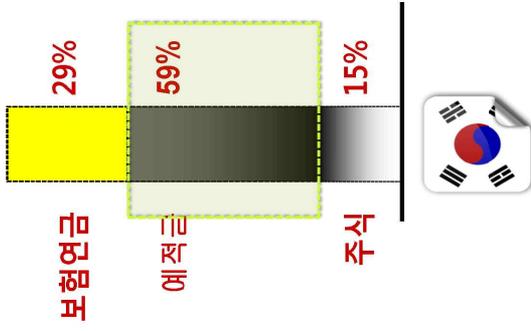


불편한 진실 I. 실질금리 마이너스



불편한 진실 1. 실질금리 마이너스

[한미일 베이비붐세대 금융자산 구조(%)]



예적금의
높은 비중



정기예금 금리수준별 수신비중

| 금리구분 | 수신비중 (%) |
|-------|----------|
| 2% 미만 | 3.1 |
| 2~3% | 95.5 |
| 3~4% | 1.4 |
| 4% 이상 | 0.0 |

※2월 현재 17개 시중은행 평균 자료:한국은행

MEMO

1~2%대 정기예금 98.6%

실질금리 마이너스 시대 본격화

은퇴자 등 이자소득계층

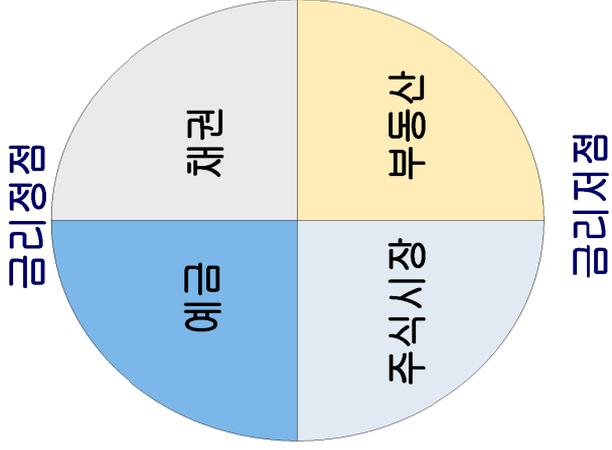
살림살이 갈수록 팍팍해져

세금우대 상품 등에 눈돌려야

헤럴드경제 2014.04.28(월)

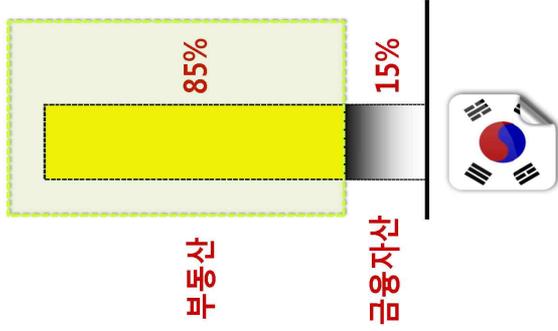
재무설계에 필요한 기본자산 - 금리와 투자

➤ 코스톨라니의 달걀모형



불편한 진실 II. 자산구조 불균형 (부동산 중심의 자산구조)

[한미일 베이비붐세대 자산 구조]



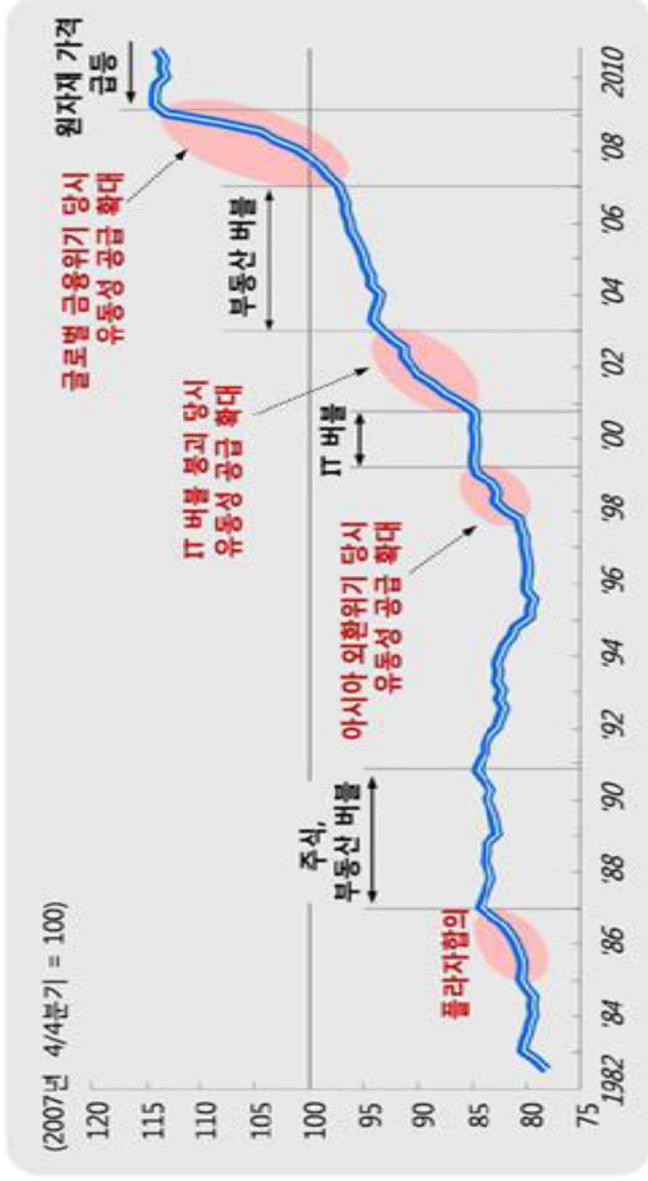
부동산에 집중된
자산구조





불편한 진실Ⅲ. 테이퍼링 뒤 기다리는 건?

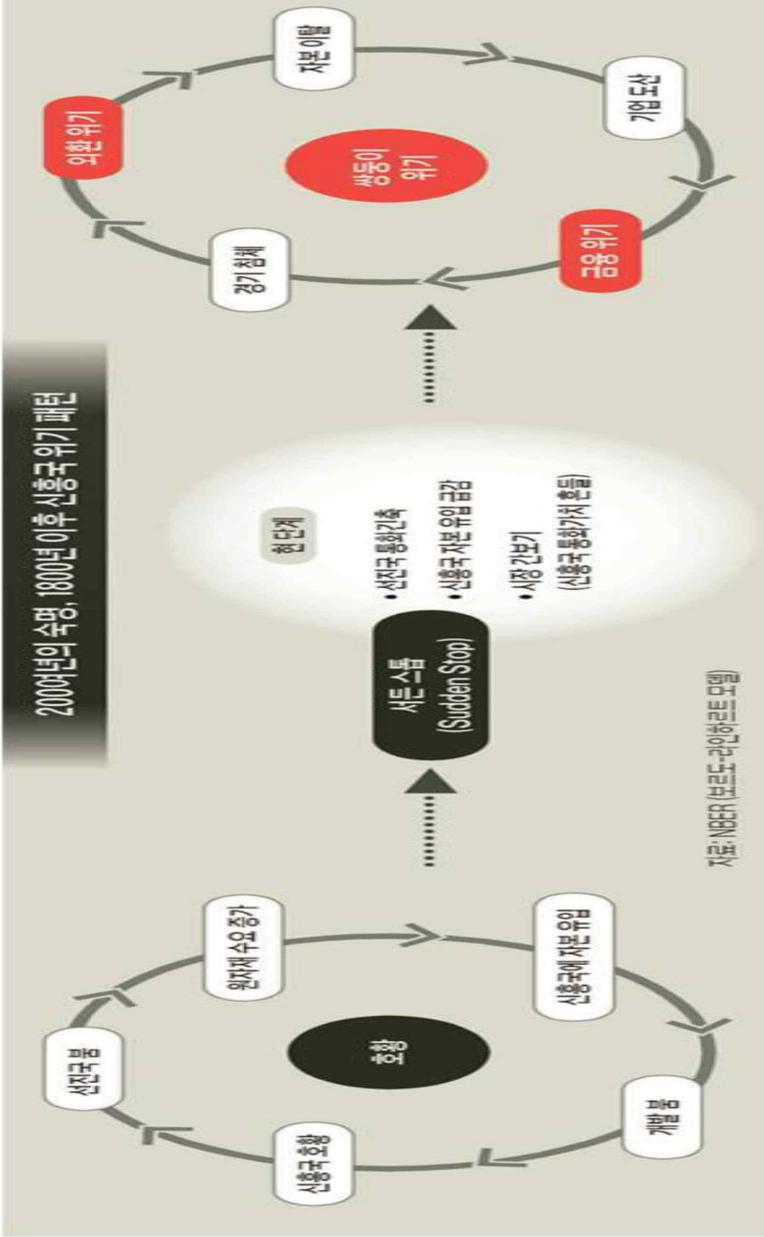
선진국 유동성지수와 자산버블 발생 시기



자료: IMF, IFS.; OECD, StatExtracts.; 일본은행; Bloomberg

불편한 진실Ⅲ. 신흥국 위기 패턴

MEMO



▶ 2014.1.27(월) 중앙일보

불편한 진실Ⅲ. 테이퍼링 뒤 기다리는 건?



요즘 신흥국은 90년대와 달라

세계 경제에서 신흥국이 차지하는 비중



미국 기업 신흥국 의존도



중국을 통해서도 위기 전염 가능

중국 수출의 신흥국 의존도 40% 이상



선진국 증시는 이미 반등 중

최근 1개월 선진국 대표 지수 하락률



▶ 2014.2.4(화) 중앙일보

자료: 블룸버그·로버트



| | |
|--|---|
| <p data-bbox="387 609 402 1786"></p> <h1 data-bbox="644 1426 724 1610">Part 2</h1> <h2 data-bbox="762 813 836 1684">은퇴준비도 체크(설문작성 및 분석)</h2> | <p data-bbox="268 506 338 560"></p> <p data-bbox="287 416 323 498">MEMO</p> |
|--|---|

고령화 은퇴설계 변화

- 경제활동 기간의 축소
- 은퇴기간의 연장
- 인플레이션으로 인한 은퇴자금 가치 하락

전통적인 은퇴설계 -> 고령화 은퇴설계로의 변화!!



노후를 위협하는 위험들

- 출생률의 하락
- 오래 사는 위험
- 의료비 지출 증가
- 자산배분의 실패
- 저금리
- 인플레이션
- 자녀 교육비와 결혼자금



MEMO

| | |
|--|---|
| <p><u>공무원 삶 들여다 보니.....</u></p> <p>공무원의 평균재직연수는 16.8년으로 조사됐다. 공무원 중 교육 지방공무원이 17.2년으로 가장 길게 재직하고 있었고, 국가직 16년, 경찰 소방직은 15.9년 재직하는 것으로 나타났다. 지난 2008년 평균 재직연수는 교육직 16.1년, 지방직 15.5년, 국가직 14.3년, 경찰 소방직 4.6년으로 평균 15.4년 재직 한 것으로 조사됐다. 5년 새 공무원 평균재직연수가 1.4년 증가했다는 것을 알 수 있다. 이는 금융위 기 등으로 평균재직연수가 증가한 것으로 정부는 분석했다.</p> |  <p>MEMO</p> |
|--|---|

2014.1.15 법률저널

| | |
|---|---|
| <p>Part 3</p> <hr/> <p>재무설계 기본 원칙/ 주요 전략상품</p> | <p> MEMO</p> |
|---|---|


MEMO

종합재무컨설팅이란?

종합재무컨설팅이란 고객이 원하는 니즈를 찾아 내어 고객이 원하는 바(재무목표)를 체계적으로 준비하여 달성할 수 있도록 도와주는 과정

자산관리

자산증식

절세방안

은퇴생활

자산이전

조기사망보장
교육/결혼자금
[보장설계]

수익성
안정성
유동성
[투자설계]

소득세
부동산세제
[세금설계]

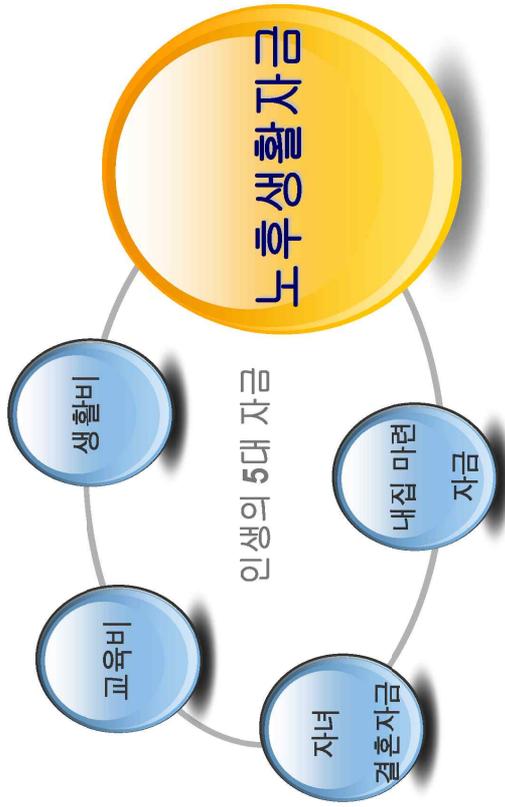
노동의 시기
회상의 시기
간병의 시기
[은퇴설계]

상속전략
증여전략
[상속설계]



노후 준비가 가장 중요하다

▶ 모든 재무목표 중에 '노후생활자금' 마련이 가장 중요



- 소득이 없을 때 필요한 자금이다
- 언제까지 필요하지 알 수 없는 자금이다
- 자식에게 짐이 되지 않기 위해 필요한 자금이다

시장의 변화

- 1 '수익의 시대에서 **절세**의 시대로'
- 2 '불투명에서 **투명성**의 시대로'



MEMO


MEMO

불투명에서 투명성시대로 : FIU (금융정보분석원)

금융기관

지점 → 본점

내부보고

협의거래보고

고객현금거래보고

feedback

KOFIU (59명)

특정금융거래 정보의 수집 분석 제공

특정금융거래 정보제공

feedback

외국 FIU

환과자료

범 집행기관

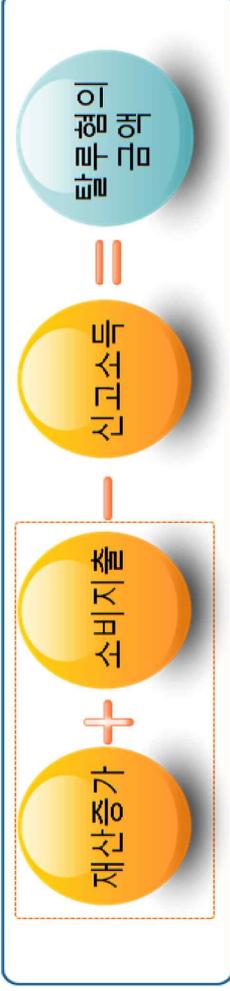
국세청 (7명)
검찰 (4명), 법무부 (5명)
경찰 (8명), 금융위원회,
관세청, 한국은행

- ✓ 의심거래보고제도 (STR) : 원화 1천만원 이하 5천불
- ✓ 고객현금거래보고제도 (CTR) : 1일원화 2천만원
- ✓ 고객확인제도 (CDD) : 고객의 신원 확인

불투명에서 투명성시대로 : PCI시스템

▶ 소득·지출 분석시스템

Property, Consumption and Income Analysis System

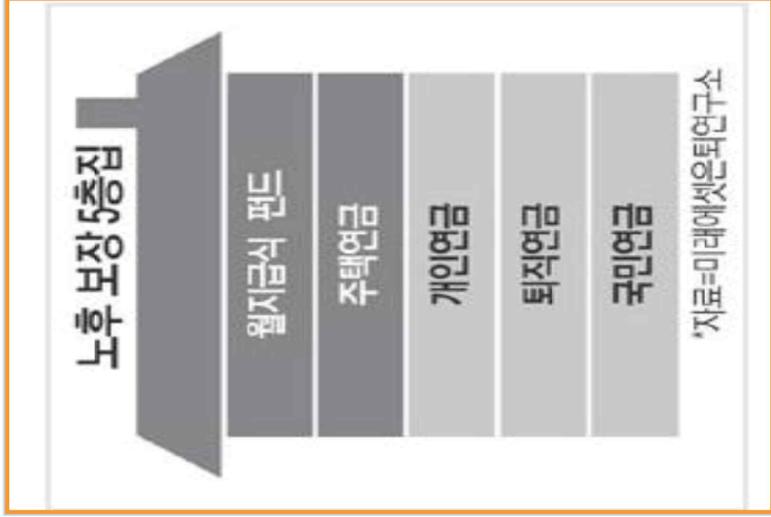
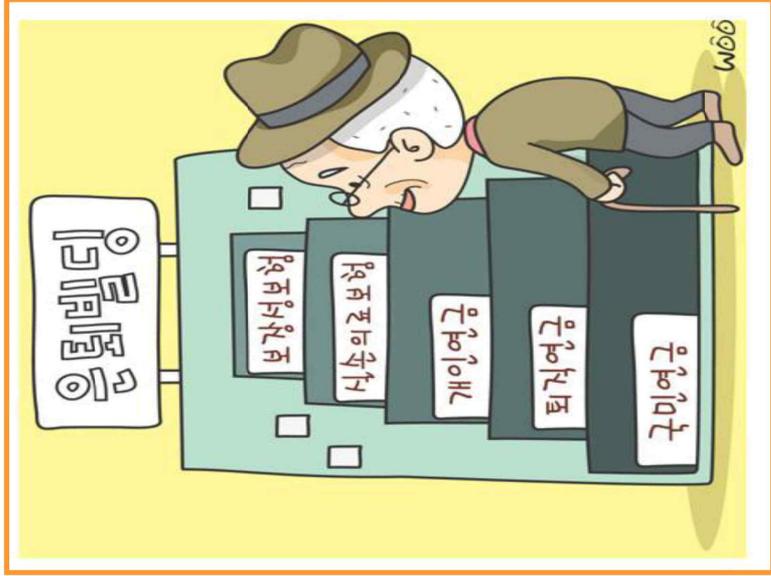


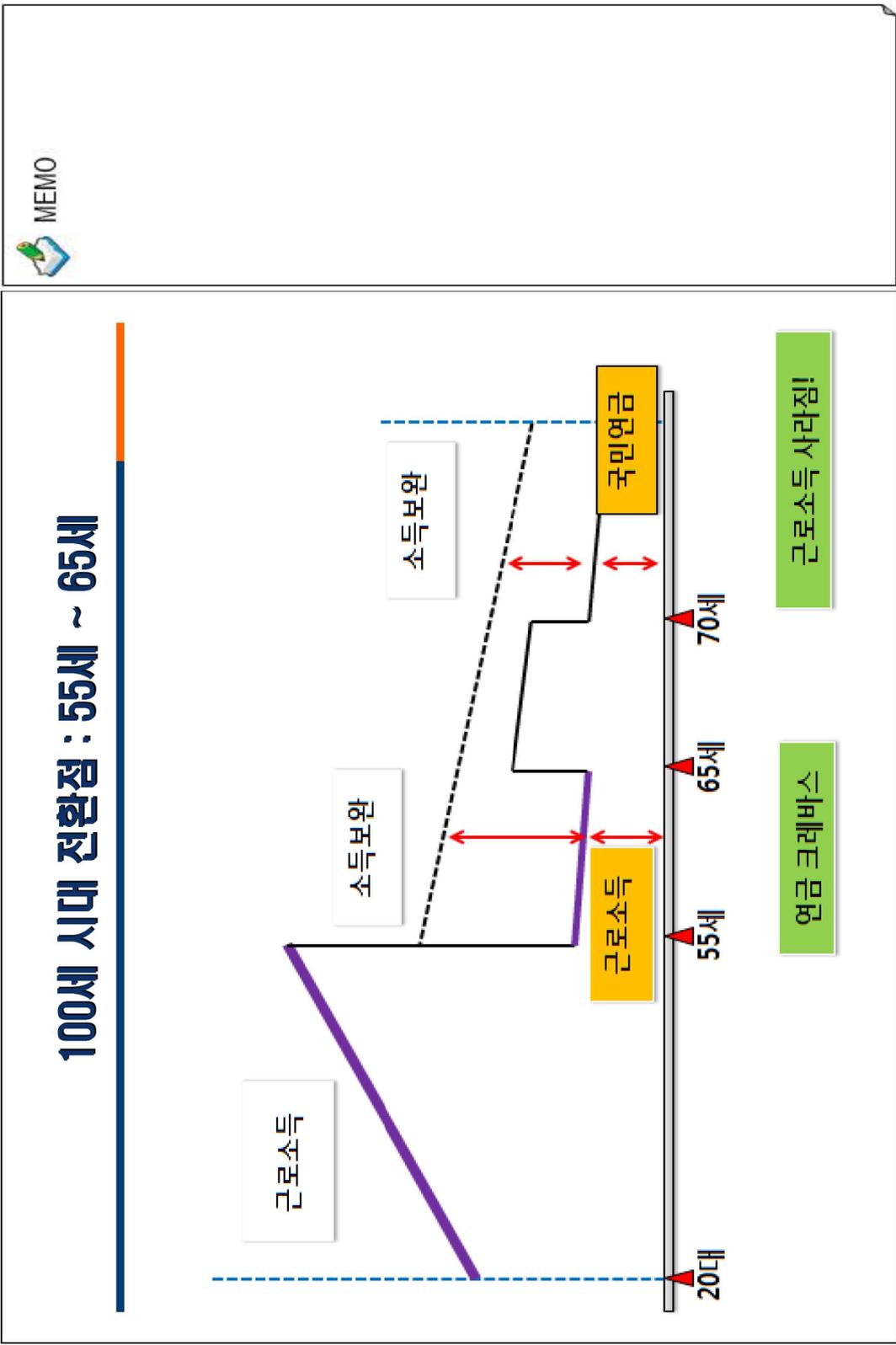
PCI 시스템은 탈루소득 대부분이 결과적으로 부동산 주식 등의 취득이나, 해외여행등 호화소비지출로 나타나는 점에 착안하여, 국세청에서 보유하고 있는 신고소득자료, 재산 보유자료, 소비지출자료를 통합 비교, 분석하여 세금탈루 혐의자를 전산으로 추출함으로써 지능적 탈세에 보다 효과적으로 대처 하기 위한 시스템.

연평균소득보다 지출이 많은 사람들을 찾는 시스템

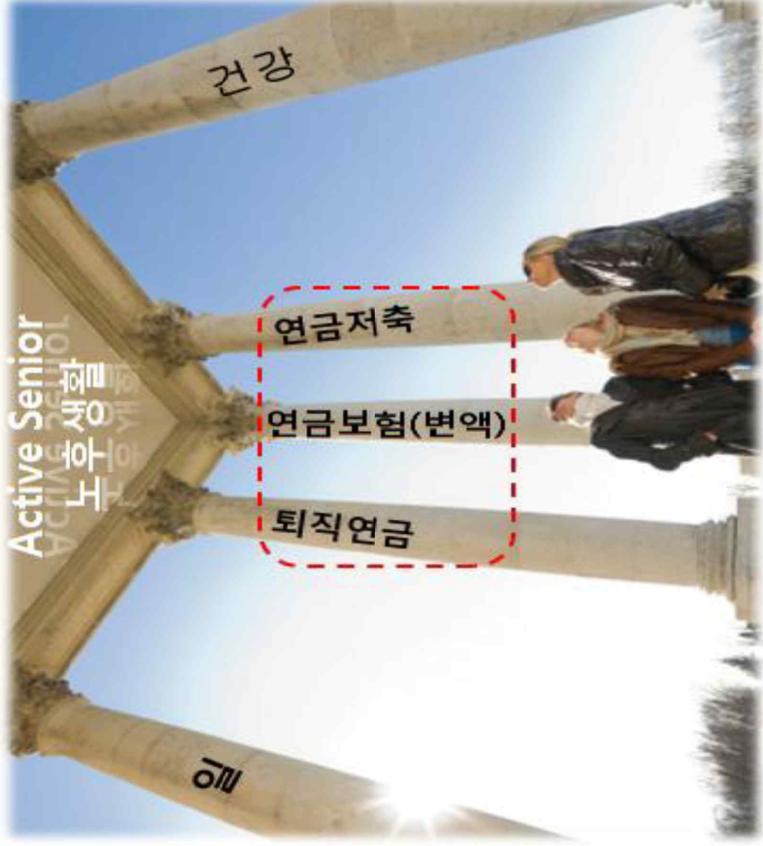


나의 은퇴비밀은?





100세 시대 전환점 : 55세 ~ 65세



MEMO



먼저 자산상태부터 살펴 봅시다

| 자산 | 부채와 순자산 |
|--------------------|-------------------|
| 현금 및 현금 등가물 | x x x |
| 저축예금(결재계좌) | x x x |
| MMDA / MMF / CMA | x x x |
| 3개월 미만 금융상품 | x x x |
| 투자자산 | x x x |
| 주식/채권 | x x x |
| 수익증권/뮤추얼펀드 | x x x |
| 부동산 / REIT's | x x x |
| 연금(개인/퇴직/공적) | x x x |
| 사용자산 | x x x |
| 주택 | x x x |
| 자동차 | x x x |
| 기타 자산 (콘도, 골프회원 등) | x x x |
| 사업자산 | x x x |
| 사업용 부동산 | x x x |
| 임차보증금/권리금 | x x x |
| 법인주식 | x x x |
| 자산총계 | 순자산 |
| x x x | x x x |
| x x x | 부채와 순자산 총액 |
| x x x | x x x |

재무적 강/약점 분석하기

- 자신의 재무상태를 제대로 파악하지 못하고 있는 고객이 대부분임
- 미래에 대한 막연한 기대감이나 불안감을 가질 수 밖에 없는 구조임

일반인의 현실



월간 현금흐름표

| 수입 | 지출 |
|---------------|-------------------|
| 월급여(남편) 450 | 부모님용돈 50 |
| | 용돈(부부) 120 |
| | 생활비 124 |
| | 자녀교육비 60 |
| | 차량유지비 50 |
| | 보장성보험료 25 |
| | 대출이자 21 |
| 450 | 450 |

-본인(37세) : 회사원
-부인(36세) : 주부
-자녀(6세) : 미취학아동
(단위:만원)

자산/부채 현황표

| 자산 | 부채 |
|-------------------|---------------------|
| 아파트 4억1,000 | 주택담보대출 5,000 |
| 보통예금 4,000 | |
| 청약부금 850 | |
| 우리사주 3,000 | |
| 주식 1,200 | |
| 5억 50 | 5,000 |
| 순자산 | 4억5,050 |

-본인(37세) : 회사원
-부인(36세) : 주부
-자녀(6세) : 미취학아동
(단위:만원)

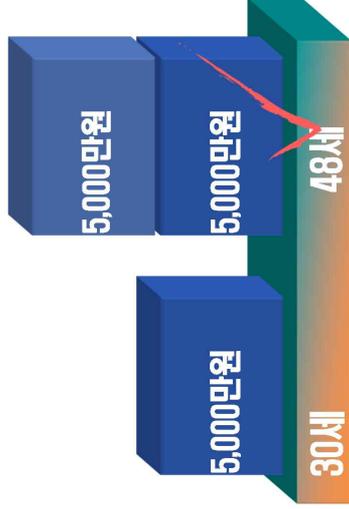


재무설계에 필요한 기본자산세 : 72법칙

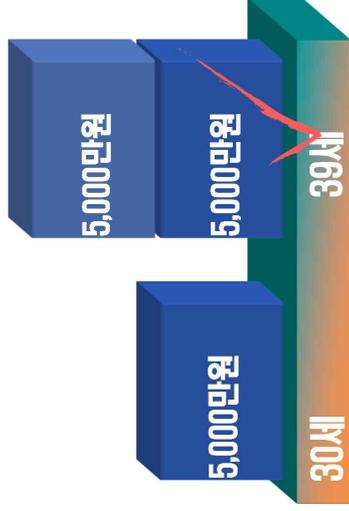
나의 원금이 두 배가 되는데 걸리는 기간 계산하는 법칙

※ 사례 : 원금 5천 -> 원금 1억 되는데... 기간은?

A. 연 복리 4%인 경우
 $72 / 4\% = 18년$



B. 연 복리 8%인 경우
 $72 / 8\% = 9년$



| | | |
|---|------------------------------|---|
| <h2 style="color: blue;">공무원 연금</h2> | |  <p>MEMO</p> |
| <h3 style="color: red;">퇴직급여 청구</h3> | | |
| <div style="border: 1px solid gray; padding: 5px; width: fit-content; margin: 0 auto;">청구시기</div> | | |
| 정년퇴직 | 퇴직일 1개월 전부터 청구 가능 (사전청구) | |
| 의원면직 | 소속기관 퇴직발령 후 청구 | |
| <div style="border: 1px solid gray; padding: 5px; width: fit-content; margin: 0 auto;">청구방법</div> | | |
| 인터넷청구 | 공단 홈페이지(고객지원시스템)에 접속하여 청구 | |
| 서면청구 | 청구서 작성하여 우편(또는 공단지부 방문)으로 신청 | |

MEMO 

급여

급여의 종류

퇴직금

- 퇴직연금
- 퇴직연금일시금
- 퇴직연금공제일시금
- 퇴직일시금

퇴직수당

**해상여
재보상금**

- 요양급여
 - 공무상요양비
- 장해급여
 - 장해연금, 장해보상금
- 유족급여
 - 유족보상금

재직 중 사망

**급여
야금**

- 유족연금
 - 유족연금부가금
- 유족연금일시금
- 유족일시금

퇴직수당

**직
부
급여**

- 재해부조금
- 사망조위금 *3년 이내 청구

급여

퇴직급여의 종류

| | | |
|--------------------------------|--------------------------------------|---|
| 재직기간 20년 이상 * 한가지 선택 | 연 금 | 전부 연금으로 받고자 할 때 |
| | 일 시 금 | 전부 일시금으로 받고자 할 때 |
| | 공제 일시금 | 일부는 연금 * 최소 20년 이상 나머지 일부는 일시금으로 받고자 할 때 |
| 재직기간 20년 미만 | 일 시 금 | 일시금으로만 받을 수 있음 |
| 퇴직수당 | 1년 이상 재직하고 퇴직하면 선택한 퇴직급여와는 별도로 지급 | |



MEMO

급여

지급시기, 방법

- 매월 25일
- 연금수급자 명의의 통장으로 입금

지급액

퇴직년도

퇴직 시 산정된 금액

매년마다 물가변동을 반영하여 조정(인상)

그 다음
년도 부터

연금액 = 전년도 연금액 × (1 + 소비자물가변동률)

다만, 2010~2014년은 정책조정 적용,
2015년 부터 물가변동을 적용





MEMO

평생 소득 - 실행 방안

- ① 연금과 펀드를 적절히 섞어라
- ② 저금리 시기를 잘 대처하라
 - 증수의 · 중위험으로 운용하라
 - 일을 계속 하라
 - 비용의 거품을 빼라 (자녀의 결혼비용 등)
- ③ 주택에 대한 기존 개념을 벗어나라
- ④ 3층이 아니라 5층까지 준비하라
- ⑤ 금융자산을 창업자본으로 전환하지 말라



MEMO

재산의 참된 의미

재물
네트워크

노후
Income

Income

MEMO



진짜 좋은 產테크 상품이 가져야 할 조건은?

안정성과 예측가능성

어떠한 경우에도
Income[소득]이
중단되지 않아야 함

소득금액 절대액 보존

어떠한 경우에도
소득금액이 크게 줄어드는 일은
없어야 함

종신투표 Income 수령

죽는 그날까지
소득이 발생 되어야 함

세금 문제가 없어야 함

이자소득세 및 연금소득세 등
소득을 수령하면서
세금고민을 하지 말아야 함

| | |
|---|---|
| <p>소득시점의 분산</p> <hr/> <p>월지급식 상품 : ELS, 채권펀드 등</p> | <p> MEMO</p> |
|---|---|

안정성

수익성

월 지급식 펀드

미래에셋 월지급
글로벌다이나믹증권자투자신탁(채권)A

프랭클린템플턴 월지급
글로벌증권자투자신탁(채권)A

피델리티 월지급식
이머징마켓증권자투자신탁(채권)A

프랭클린템플턴 월지급
하이일드증권자투자신탁(채권)A

AB 월지급
글로벌고수익증권투자신탁(채권)A

월 분배금 자산배분

| | |
|---------------|-------------------------|
| <p>적립식 펀드</p> | <p>연금보험 (변액/일반)</p> |
| <p>종신보험</p> | <p>기타보험</p> |

MEMO

 MEMO

비과세 상품의 활용

| | |
|---|--|
| <p>국내상장주식매매차익 (주식, 펀드, 랩)</p> <p>장기저축성보험</p> <p>생계형저축 (2014.12.31)</p> <p>재형저축 (2015.12.31)</p> | <p>즉시연금</p> <p>종신보험</p> <p>조합예탁금 (2015.12.31)</p> <p>브라질 국채</p> <p>물가연동채권의 원금상승분 (2014.12.31이전 발행분)</p> |
|---|--|

즉시 연금



‘즉시연금’이란?

퇴직금 등 목돈을 넣으면 가입한 바로 다음 달부터 매달 연금을 받는 보험 상품
 특별히 노후 준비를 하지 못한 은퇴 예정자에게 적합
 이자소득세 비과세 및 금융소득종합과세 제외 (10년 이상 유지시)



중신형

- 피보험자가 사망할 때까지 원금과 이자를 같이 분할해 지급
- 중도해지 불가
- 보증기간 중에 피보험자 사망하면 보증기간까지(20년 또는 100세) 가족들에게 미지급 연금 지급
- **오래 실수록 더 많이 받을 수 있는 연금 (장수시대의 필수품)**

상속형

- 원금은 그대로 두고 매달 이자만 지급
- 피보험자가 사망하면 사망보험금이 일부 추가돼 잔여지금을 돌려받는 구조
- 상속세 납부 재원으로 활용 가능
- **계약의 소유권을 끝까지 가지며 경제적 지위 확보 가능**

해외채권 투자 & 브라질

- 우리도 그렇처럼 다양한 방법으로 이머징시장에 투자할 수 있습니다
- 이머징 채권투자도 하나의 대안이 될 수 있습니다



주식:
높은 변동성



안정형 상품:
낮은 기대수익률



이머징채권이
대안*



장기저축성 보험



MEMO

저축성 보험자의 비교세 요건



① 월적립식 저축성보험

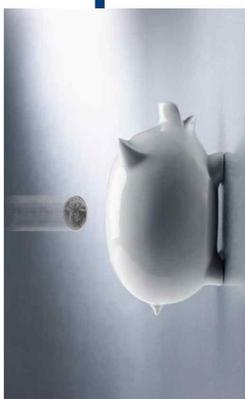
② 중신형 연금보험

③ ①,②를 제외한 모든 저축성
보험 합계액이 2억원 이하

1. 소득, 나이, 재산보유수준 등에 **관계 없이**
2. 가입한도의 **제한 없이**



유일한 비교세 금융상품



MEMO

비과세 금융상품

세제지원 및 조건

| 상품명 | 세제지원 및 조건 | 특징 |
|--------------------------|---|---|
| 재형저축 | 7년 이상 유지 시 비과세 연 1200만원 한도 | 2015년 말까지 가입 근로소득 5000만원, 종합소득 3500만원 이하 자영업자 |
| 생계형저축 | 2014년 가입분까지 3000만원 한도 | 60세 이상 노인 또는 장애인 |
| 물기연동국채 | 물가 상승에 따른 원금 증가분 비과세 | 2014년 말 발행분까지 비과세 |
| 브리질국채 | 이자소득, 매매차익 및 환차익 비과세 | 토빈세(투자금액 6%) 부담 |
| 신탁 등 협동기구 출자금 | 1인당 출자금 1000만원까지 배당소득, 예탁금 3000만원까지 이자소득 비과세 | 2015년까지 비과세 |
| 장기저축성보험 | 10년 이상 계약 유지 시 전액 비과세 | 종신형 연금, 월납입식 비과세 |

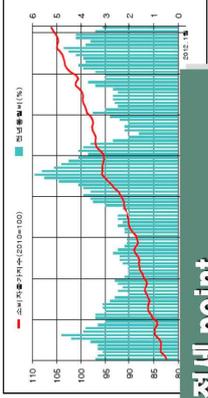


MEMO

분리과세 상품의 활용

| | |
|---------------------------------|----------------------------------|
| 세금우대종합저축 (2014.12.31) | 선박펀드(2015.12.31) |
| 물가연동국채 | 해외자원 개발펀드 (2014.12.31) |

물가연동국채



기대수익

채권원금 증가분 + 물가상승률

절세 point

- 1. 분리과세 신청가능
- 2. 원금상승분 비과세 대상수의

장 점

평균 3% 수준의 꾸준한 물가 상승률 반영
인플레이션 헷지 기능

기대 이유

2013년 1월 소비자 물가지수 107.3
(2010년 = 100)
전월 대비 0.6% 상승



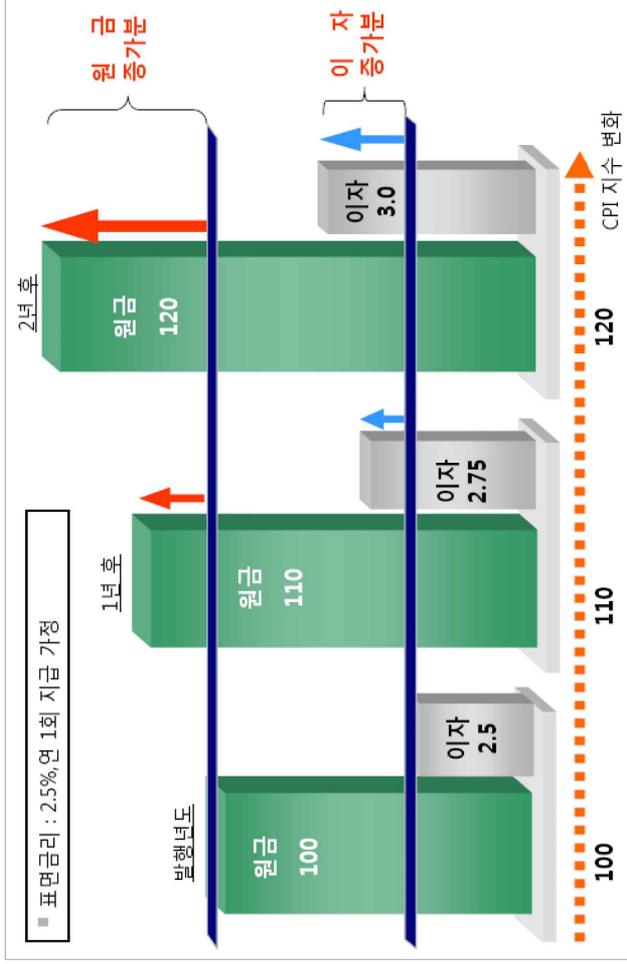
MEMO



물가연동국채

소비자 물가지수(CPI)의 변화에 따른 물가연동국채 가치변화

원금이 CPI에 연동되어 상승하며 이표는 발행시 결정된 이율로, 증가하는 원금에 연동되어 상승





MEMO

| 분리과세 금융상품 상품명 세제지원 및 조건 | 특징 |
|---|---|
| 장기채권 만기 10년 이상 장기채권의 이자등 소득의 33% | 2013년 발행분부터는 3년 이상 보유해야 |
| 유전펀드 액면가 3억원 이하 5.5%, 3억원 초과 15.4% | 2014년 말 일몰 (한시적 세제혜택) |
| 세금우대저축 9.5% 우대세율 | 1인당 1000만원 한도(60세 이상 노인 또는 장애인은 3000만원 한도) |





MEMO

소득공제 상품의 활용

연금저축 상품

소득공제 장기 펀드

[2014.3월 이후]

| 구분 | | 소득공제장기세제펀드 | 재형저축 |
|------------------|-------------------------------|---|---|
| 상 품 개 요 | 도입목적 | 젊은 층과 서민 중산층의 재산 형성 지원 주식시장의 건전한 발전 | 서민 중산층의 재산 형성 지원과 저축을 제고 |
| | 가입자격 | 총 급여 5,000만원 이하 근로자 (가입 이후 소득공제 유지요건) 총 급여 8,000만원 초과시 당해 연도 소득공제불가 | 총 급여 5,000만원 이하 근로자 종합 소득 3,500만원 이하 사업자 |
| | 납입한도 | 연간 600만원 | 연간 1,200만원 (분기당 300만원) |
| | 가입기간 | 10년 이상 (5년 이후 해지시 추징세액 없음) | 최소 7년~최장 10년 |
| | 운용제한 | 국내주식에 40% 이상 투자 상품 | |
| 세제혜택 | 납입액의 40% 소득공제(연간 240만원 한도) | 이자 배당소득세 비과세 (농특세 14%는 부과) | |
| 세제혜택 효과 | 연간 600만원 납입시 396만원 납입액 대비 66% | 연간 1,200만원 납입시 756만원 납입액 대비 63% | |
| 원금보장여부 | 비보장 (실적배당상품) | 보장 (원금 보장형 상품) | |



MEMO

출처 : 금융위협회

| | |
|---|---|
| <p data-bbox="387 609 402 1784"></p> <p data-bbox="644 1375 724 1555">Part 4</p> <p data-bbox="762 809 836 1255">세법 절세포인트</p> | <p data-bbox="271 506 338 558"></p> <p data-bbox="290 414 323 492">MEMO</p> |
|---|---|


MEMO

세법 핵심 이슈 확인하셔야 합니다.

| 구분 | 내용 | 기정 전 | 기정 후 |
|--------------|-----------------|----------------------|-------------|
| 금융소득 종합과세 | 금융소득 종합과세 인하 | 4,000만원 | 2,000만원 |
| | 고소득자 | 없음 | 2,500만원 |
| 연금소득 | 종합소득세 한도신설 | 없음 | 2,500만원 |
| | 공적연금 분리과세 제외 | 종합과세 or 분리과세 선택가능 | 종합과세만 가능 |
| | 연금소득 분리과세 기준 확대 | 600만원 | 연 1,200만원 |
| | 원천징수 세율 인하 | 5% | 3~5% |

MEMO 

금융소득 종합과세 기준 금액 인하로 각종부담증가



현행 4,000만원 → **개정안 2,000만원**

↑ '13.1.1 이후 발생하는 소득분부터 적용

→ 종합소득세 과세 대상자 기준 5만명 → 20만명으로 4배 증가 예상!!

불리한 한 점

| | | | |
|-----------------------------|---|---|--|
| 소득공제시 기본공제대상자 제외 | 소득세 납부세액 증가 (금융4천/타소득8천. 370만원 증가) | 건강보험료 부담 (지역가입자 연 2,900만원) | 국세청 소득정보관리 + PC시스템 적용확률 ↑ |
|-----------------------------|---|---|--|

“금융소득 종합과세자에 해당하는 경우 추가적인 세 부담 이외에 국세청의 주요관리 대상이 된다는 점에서 납세자에게 큰 부담이 됩니다!”

금융소득종합과세자에 해당하게 되면

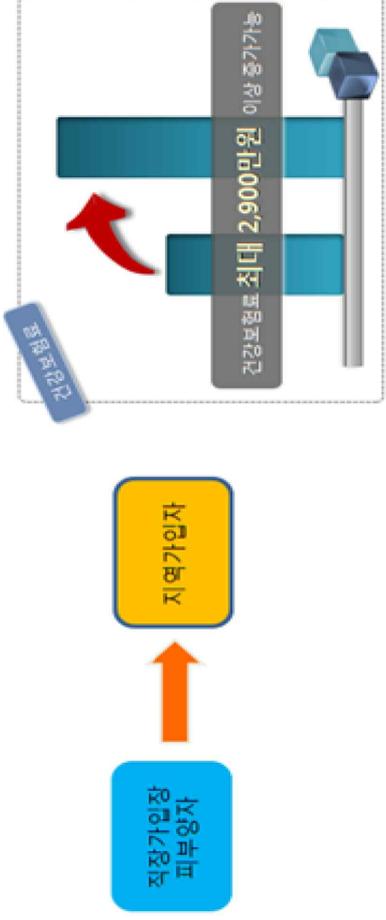


세금 보다 무서운 것은 건강보험료

“ 지역가입자 건강보험료 ”



▶ 금융소득 종합과세에 해당되면 종합소득세 세 부담 및 건강보험료가 증가될 수 있습니다!



세금 보다 무서운 것은 건강보험료

▶ 금융소득이 연간 2,000만원일 때 지역건강보험 가입자로 전환되면, 매월 약 14만원(연간 168만원)의 건보료를 내야 한다.
금융소득이 3000만원일 경우 매월 약 17만7000원(연간 212만원), 4000만원이면 매월 약 20만3000원(연간 243만원)을 추가로 내야 한다.

이는 부동산 등 다른 소득이 없는 것을 가정한 최소 부담액이다.



MEMO

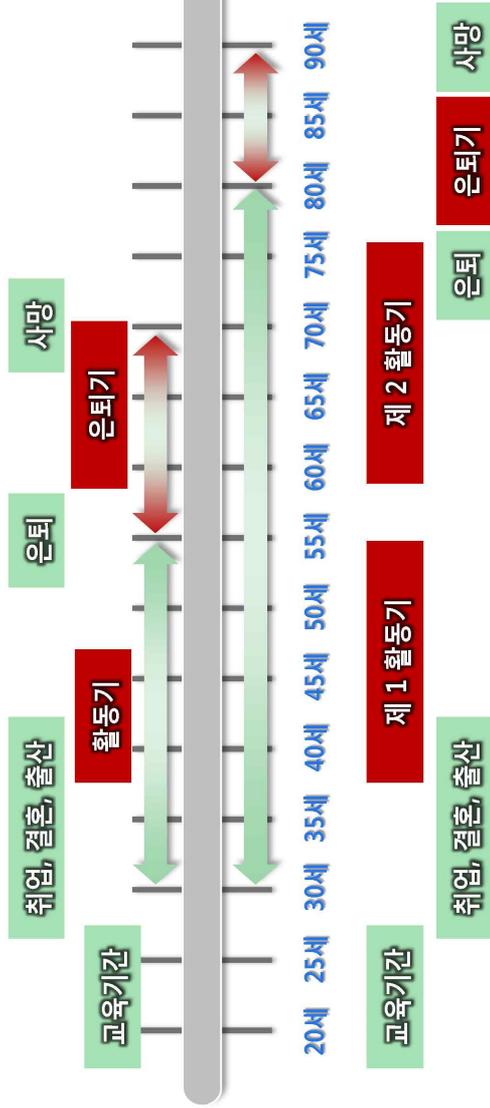
| | |
|--|---|
| <p>마무리.</p> <hr/> <p>100세 시대 라이프사이클</p> | <p> MEMO</p> |
|--|---|



100세시대 라이프 사이클

‘100세 시대’ Life Cycle의 변화부터 되짚어 보자!

기존의 Life Cycle



100세 시대의 Life Cycle

100세시대 라이프 싸이를

**보장
자산**

천리 길도 한 걸음부터...

은퇴자산의 필수조건과 얼마 정도 수령 가능한지 짚어보고
부족한 부분을 채울 해결책을 찾자!





제2기 브라보 마이라이프과정

인생 설계

김윤기

인생선택계

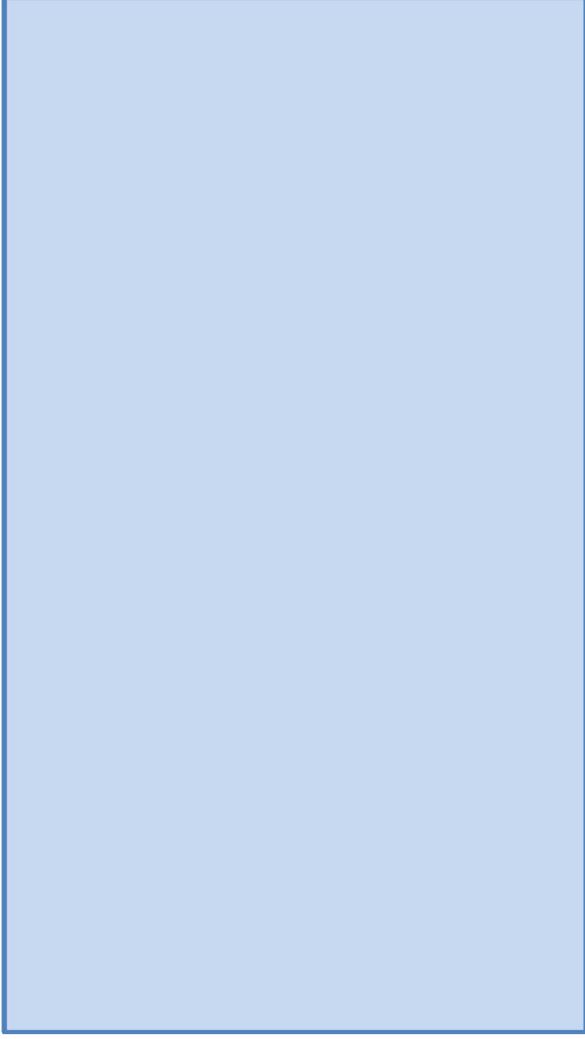
DBS 인재개발원

김윤기 원장

전작설계 로드맵

은퇴자들의 현실

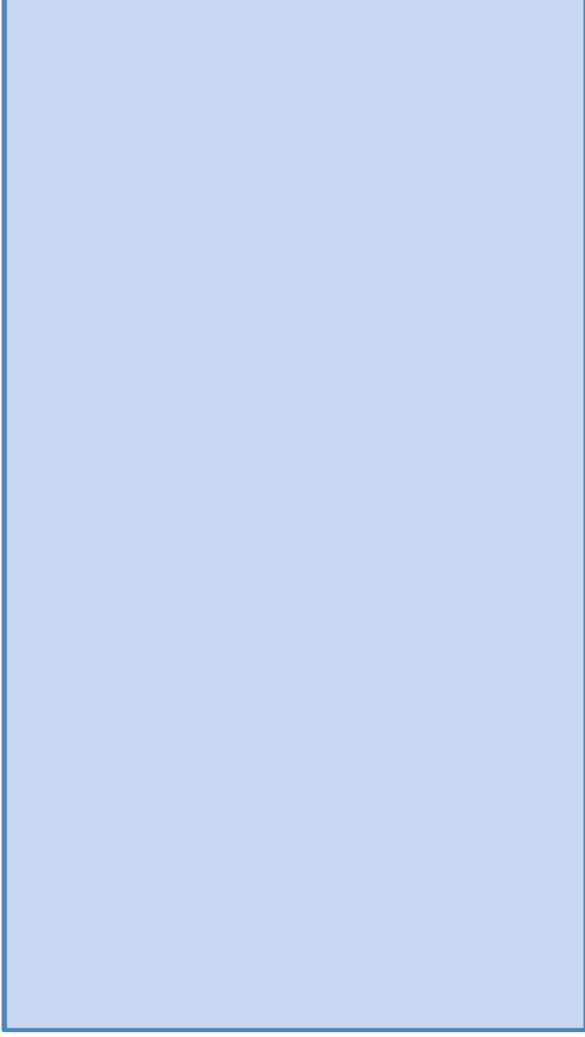
'노년' 하면 떠 오르는 이미지....



전작설계 로드맵

'노년' 하면 떠올리는 이미지....

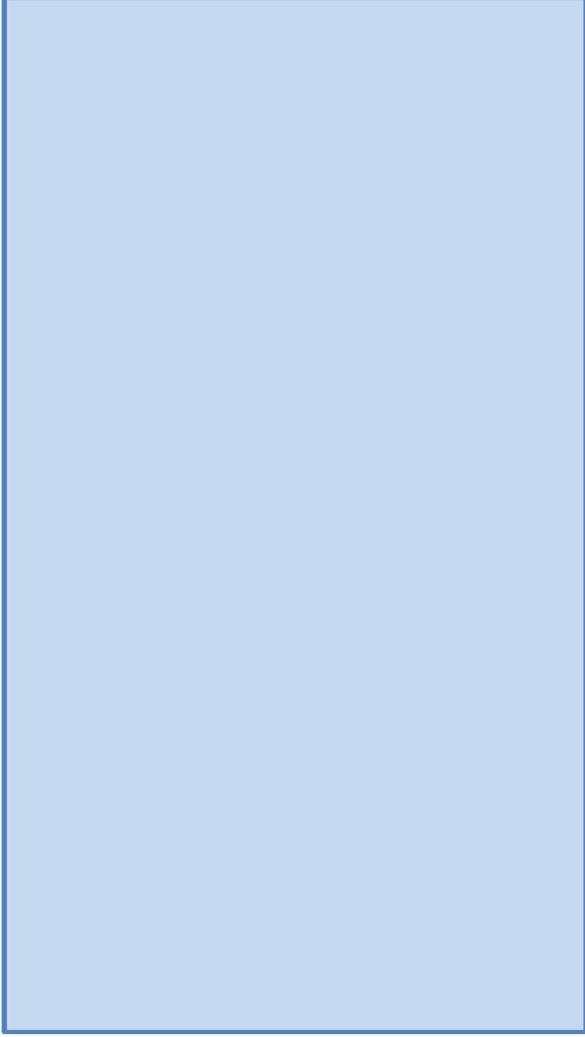
- 부정적 이미지



전작설계로드맵

‘노년’ 하면 떠올리는 이미지....

○ 긍정적 이미지



전직설계 로드맵



한국 중년의 환경



- 살인적인 교육비
- 제로에 가까운 은행금리
- 고용시장의 불안
- 사회복지의 취약
- 주택시장 붕괴 → 자산가치의 하락
- 자신의 미래설계 無

전직설계로드맵

3라운드 인생 (Third Age)

Third Age의 특징

- 일과 여가의 구분이 예전만큼 명확하지 않다
- 일과 여가를 병행할 수 있다
- 남의 눈 보다는 본인의 만족감이 더 중요
- 외면보다는 내면적으로 깊어짐 → 행복의 근원



MEMO

전직설계 로드맵



『Third Age, 마흔 이후 30년』

- 윌리엄 새틀러 박사 (하버드대, 성인발달 연구소)
- 제 1연령기 : 기본적인 1차 성장
 - 탄생 ~ 학창시절
- 제 2연령기 : 일과 가정을 위한 단계
- 제 3연령기 : Third Age, 40 ~ 70대 중반
 - 가장 긴 기간
 - 2차 성장을 통해 자기실현
- 제 4연령기 : 노화의 단계

전직설계 로드맵

가치 있는 노년을 위한 중년의 점검사항-1

- 자녀 교육비용 재검토
- 부부관계 제대로..
 - 배우자 불만족도 : 남편 4.4%, 아내 11.4%
 - 다시 결혼 않겠다 : 남편 11.6%, 아내 24.7%



전직설계 로드맵



가치 있는 노년을 위한 중년의 점검사항-2

• 남자도 표현하라 : 우울증을 예방

- 의욕이 없어지면서 만사가 귀찮다
- 기억력과 집중력이 현저히 떨어졌다
- 통 기운이 없다
- 성욕이 감퇴대 부부관계는 회피하고 싶다
- 숙면을 취하기가 어렵다
- 혼자라는 생각이 들면서 외롭다

자료 : 삼성서울병원 정신과

- 부부관계 제대로..
- 집에 대한 생각을 바꿔라
- 진짜 하고 싶은 일을 찾아라

전자설계로드맵

돈에 대한 관점



MEMO

전작철계로드맵



100歲 시대 준비하는 7가지 Money

1. 노후에 필요한 돈 얼마?

- ① 자녀 재학?
- ② 부양하는 부모
- ③ 자녀 미취업
- ④ 의료비 / 간병비

2. 자산은 안전한가?

- ① 가치변화가 크지 않을것
- ② 필요할 때 쓸 수 있을 것

전작설계 로드맵

100歲 시대 준비하는 7가지 Money

3. 인플레이션에 대비해야
4. 아는게 힘 - 공부해야
5. 부족한 노후자금 보충계획은?
6. 생존 배우자 고려도 필요
7. 의료비도 준비해야



MEMO

전직설계 로드맵



전직에 대한 전략 : 재취업

- 재취업時 주의사항
 - 무리한 투자가 화를 부른다
 - 당신의 퇴직금은 먹잇감
 - 재취업의 함정 : 중소기업의 등기이사
 - 자식 리스크
 - 노후자금의 대안은...?

전직설계 로드맵

전직에 대한 전략 : 창업

- 창업의 전략
 1. 돈보다는 의지, 의욕의 자산으로 시작
 2. 최소로 시작하라
 3. 자신이 완전히 알기 전에 시작하지 말라
 4. 고민과 판단도 내가, 책임도 내가 진다
 5. 과정 자체가 보람이자 목적이어야 한다
 6. 명분(보람)을 항상 유지해야 한다



전략설계 로드맵

전략적 로드맵 그리기

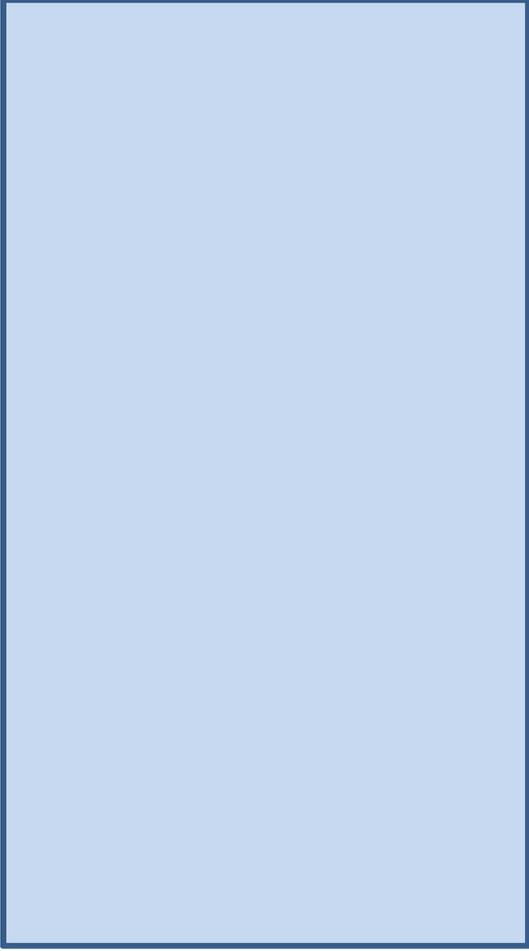
- 나를 분석하기
- 빈손으로 하기
- 착각에서 벗어나기
- 재미 붙이기
- 목표 세우기



전작설계 로드맵

전략적 로드맵-1

- 내가 잘 할 수 있는 것 적어보기

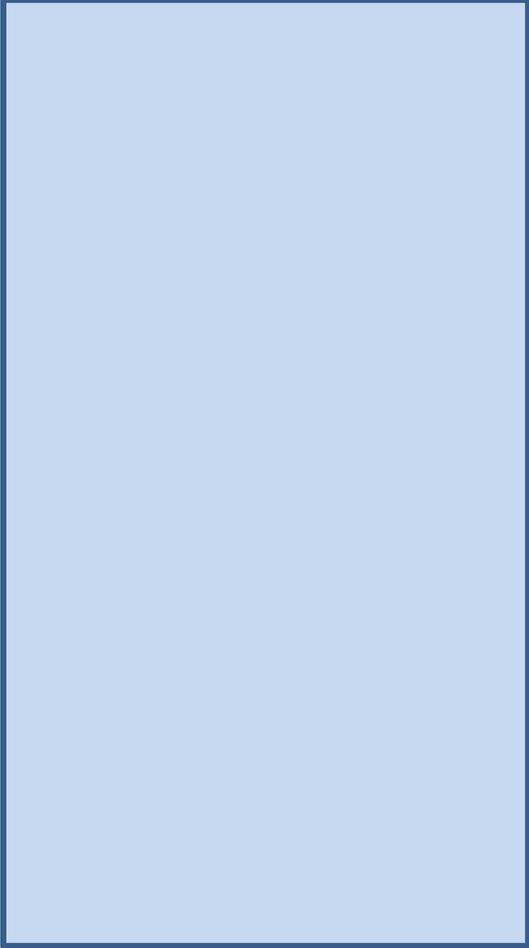


MEMO

전직설계 로드맵

전략적 로드맵-2

- 어떻게 사업화 할 것인가? (비즈니스 모델)



전작세계 로드맵

전략적 로드맵-3

• 사업구상時 검토사항

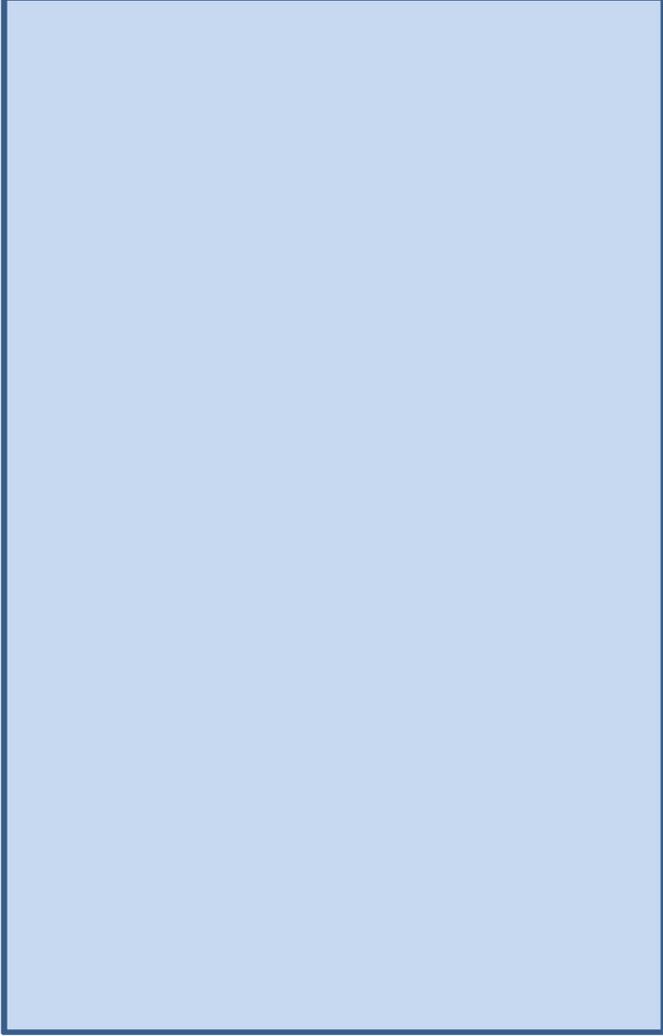
- ✓ 점었을 때의 꿈
- ✓ 잘 할 수 있는가?
- ✓ 자본력은 있는가?
- ✓ 주위 (특히 가족)의 의견은 어떠한가?
- ✓ 원하는 대로 안되었을 경우의 시나리오는?



MEMO

전직설계로드맵

은퇴 후의 나의 비전 작성



MEMO

2014년도

제2기 브라보 마이라이프과정

2014년 5월 일 인쇄
2014년 5월 일 발행

발행처 : 경기도 소방학교
경기도 용인시 처인구 남사면
천덕산로 11번길 42(봉명리 646-2)
전화 (031) 329-0410~3
FAX (031) 339-2911

인쇄처 : 우 리 사
