

# 2016년 서구아카데미

서구아카데미는 인문, 건강, 문화, 소양 등 다양한 분야로 구성하는 찾아가는 명사초청특강을 통해 삶의 지혜를 배울 수 있는 평생학습의 장을 제공합니다.

문의 : 서구청 인재육성과 평생학습팀 032-560-5914

유하진 강사

## 숨만 쉬어도 셀프힐링

살아가면서 겪게 되는 잦은 충돌로  
갇가지 만성질환과 스트레스에 시달리는  
분들에게 도움이 되는  
실전 힐링법을 소개합니다.

일시 : 2016. 09. 29.(목) 14:00

장소 : 서구청 지하대회의실

- 사랑받는 약국 약국장
- 명강사 개발원 부원장
- 휴먼라이브러리 소통학교 명상 강사
- 헬스조선 힐링사업부 자문위원
- MBC <힐링공감> 출연



표진인 교수

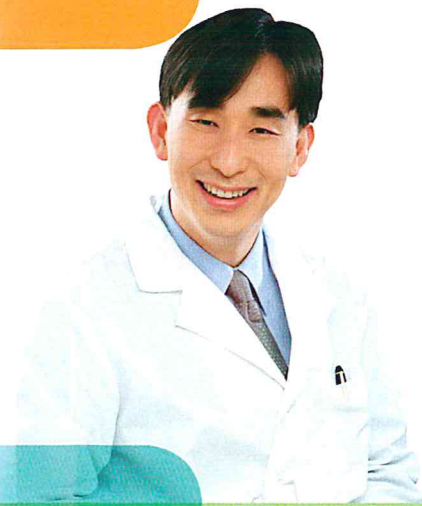
## 현대인의 정신건강

- 표진인 정신건강의학과 의원장
- 연세대학교 신촌세브란스병원 정신과 외래부 교수
- 대한자연치료의학회 부회장
- SBS <행복찾기>, <순간포착 세상에 이런 일이> 등 출연

현대인은 누구나 정신질환을 갖고 있다는  
이야기가 있는데... 과연 사실일까?  
그렇다면 만병의 근원이라는 스트레스!  
그 스트레스를 어떻게 해결해야 하는 가를 알아봅시다.

일시 : 2016. 10. 25.(화) 14:00

장소 : 검단복지회관 대강당



송길영 교수

## '나, 정답을 묻다'

관성에 따른 결정이 정답이 될 수 없는  
세상에서 정답을 찾아 헤매는  
지금 우리의 모습과 진짜 정답에 이르는  
길에 대해 이야기 합니다.

일시 : 2016. 12. 16.(금) 11:00

장소 : 서구문화회관 대공연장

- 다음소프트 부사장
- 이화여자대학교 경영학과 초빙교수
- 한국미디어타이밍학회 이사
- 고려대학교 컴퓨터학과 박사
- JTBC <비정상회담>, <썰전>, <독투유>
- CBS <세상을 바꾸는 시간 15분>
- tvN <어쩌다 어른> 등 출연

