어린이/청소년 정보마당

서울 은평구립도서관에서는
11월 30일 오후 2시 선정고등학교 강당에서 '2008년 대입전망과 대책'을 주제로 설명회를 연다. 대학별고사 대비전략에 대해 집중 설명하는 이번 설명회는 입시생과 학부모를 대상으로 하며 입시전문가 이영덕 대성학원 평가이사를 강사로 초빙한다. (02)385-1671

대구 한국불교대학 대관음사에서는
'우학 스님 찬불동요 부처님 노래'를 CD와 테이프로 발매했다. 총 41곡을 담고 있으며 우학 스님이 직접 작사에 참여했다. 의식집과 우학 스님 말씀 등도 함께 담겨 있다. 구입 문의는 한국불교대학 불교음악연구소에서 받고 있다. (053)474-8228

인천 삼산월드체육관에서는
인천광역시청소년상담센터 주최로 청소년들의 진로의식 함양과 적극적인 삶을 설계하도록 하기 위한 '진로탐색 엑스포'를 11월 28~30일 개최한다. 행사 시간은 오전 10시~오후 5시며, 인천관내 중 · 고 청소년, 학부모를 대상으로 한다. 진로탐색관 · 진로정보관 · 직업체험관 등의 전시와 전문가와의 만남, 부대행사 등이 마련된다. (032)432-0717~20

서울 국립어린이청소년도서관에서는
한국과 터키의 수교 50주년을 기념해 터키의 문화를 느낄 수 있는 '양탄자 타고 터키 가기'를 12월 9일까지 진행한다. 전시 관람시간은 오전 9시~오후 6시(매월 둘째, 넷째 월요일, 공휴일 휴관)며, 터키 문화 사진전 · 미술 작품전 · 도서전, 공예품전 · 체험전 등을 즐길 수 있다. (02)3451-0800

김해문화의전당 마루홀에서는
김해문화의전당 개관 2주년 기념공연으로 12월 7~8일 오후 7시 30분 국립발레단의 '호두까기 인형'이 준비된다. 연말, 가족과 함께 볼 수 있는 따뜻한 공연으로 차이코프스키의 음악과 한국최고발레무용수들의 기량을 볼 수 있을 것이다. (055)320-1234

※정보마당에 소식 전할 학교나 단체는 02)2004-8251로 연락주세요

인터넷중독으로 상담 받는 학생의 모습. 사진제공=청소년미디어중독예방센터

"인터넷보다 나만의 티셔츠 만드는게 더 재밌어요." 사진제공=청소년미디어중독예방센터

컴퓨터, 휴대폰 이제 그만!

청소년 휴대폰 · 인터넷 중독성 심각
가족과 함께하는 프로그램 등 다양

#1. 휴대전화 중독
기연이(15 · 가명)는 손에서 휴대전화를 놓는 날이 없다. 같은 교실 친구에게도 수업시간, 쉬는시간을 가리지 않고 문자를 보낸다. 문자 내용은 "야, 뭐해" "응ㅋㅋㅋ" 등 대부분 매우 짧은 단문 형태. 하루에 쓰는 문자만도 100건이 넘는다.

#2. 인터넷 중독인 아이
상범이 부모님은 요즘 상범이(14 · 가명) 때문에 걱정이다. 아이 얼굴 한 번 제대로 보기 힘들기 때문. 상범이는 집에 들어오자마자 컴퓨터 전원부터 켠다. 온라인 게임과 채팅에 푹 빠졌다. 식구들과 대화가 끊긴지도 오래다. 부모님이 무슨 생각을 하든 상범이는 인터넷 세계 속 친구들에게 인정받는 자신이 무척 만족스럽다.

위의 예를 보면서 '뜨끔' 했는가. 휴대전화 없이는 하루도 살 수 없는가. 인터넷 없는 세상은 생각만 해도 끔찍한가.

혹시 그렇다면 겁먹지 말고 가까운 심리상담실을 찾아보자. "휴대폰 좀 좋아하고 컴퓨터 좀 쓰는 게 뭐 어때"라며 가볍게 넘길 일이 아니다.

올해 초 정보통신부 설문조사에 따르면 청소년 10명 중 1명이 스스로 휴대전화중독이라 답했다고 한다. 1개월간 쓰는 문자가 1000건 이상이라는 답변도 38%나 됐다.

청소년들이 휴대전화에 집착하는 이유는 뭘까. 전문가들은 "놀이 · 여가 문화가 부족한 학교에서 벗어나지 못하는 청소년들에게 외부세계를 보여주는 매개체가 휴대전화기 때문"이라고 설명했다.

휴대전화 보다 더 큰 중독성 매체가 있다. 거의 모든 국민이 사용하는 도구 컴퓨터, 인터넷이다.

실제로 많은 청소년들이 미디어중독으로 고생하는 것으로 나타났다. 정보통신부가 실시한 '2006 인터넷중독 실태조사'에 따르면 청소년 인터넷중독률은 14%이다. 이는 고(高)위험군 2.1%에 잠재위험군 11.9%를 포함한 수치다.

청소년미디어중독예방센터 이선영 상담실장은 인터넷 중독의 경우 "초등생은 하루 2시간 이상, 중 · 고생은 4시간 이상 게임하는 날이 한 주에 한 번이라도 있으면 위험하다"고 경고하며 이런 경우 반드시 상담을 받으라 권했다.

전문가들은 청소년이 인터넷을 처음 사용하는 시기가 중요한데 중학교 2학년과 고등학교 2학년이 가장 힘든 시기라 본다. 그 중에서도 중학교 2학년의 경우 힘든 일이 생길 경우 현실도피를 목적으로 인터넷에 빠지기 쉽다. 특히 맞벌이 가정에서 제대로 보살펴주지 못한 청소년의 경우, 미디어중독에 빠질 위험이 훨씬 더 높아진다.

만약 스스로 휴대전화 · 인터넷중독이라는 생각이 든다면 서울시립 청소년미디어중독예방센터(02-795-2000)의 문을 두드려보자. 상담원도 있고 홈페이지를 통해 정보를 접할 수도 있다.

청소년미디어중독예방센터에서 특히 효과를 보고 있는 것은 집단 상담. 다양한 예술치료를 병행하며 인터넷을 대신할 수 있는 대안행동들을 제시해준다. 대안행동은 주로 자신의 미래를 생각해보는 '사진활용 내 미래 이야기', '티셔츠에 그림 그리기' 등이다.

청소년미디어중독예방센터에서는 또한 가족들과 함께하는 다양한 프로그램도 소개하고 있다. 11월 30일에는 학부모 대상 인터넷중독 예방교육을, 12월 8일에는 초등학교 고학년과 학부모를 대상으로 양평에서 건전한 인터넷 사용을 위한 가족캠프를 실시한다.

또 국가청소년위원회에서도 'e-미디어 다이어트 운동(youth.go.kr/event/diet/main.asp)'을 전개하고 있다. 매달 둘째 토요일을 'e-미디어 다이어트의 날'로 정해 지역별로 가족 걷기대회, 체험 학습 등 다양한 프로그램을 제공한다. 이선영 실장은 "컴퓨터는 반드시 아이 방이 아닌 거실에 설치해 가족 모두가 공유할 수 있도록 하는 것이 미디어중독 예방의 첫걸음"이라고 강조했다.

김강진 기자

인터넷중독 간단 자가진단법

- 밥을 먹지 않고 밤새 인터넷을 한다.
- 인터넷으로 인해 학교에서는 잠을 잔다.
- 인터넷을 하지 않을 때에도 늘 인터넷에 관한 생각들 뿐이다.
- 인터넷 사용시간이 늘어 줄이고 싶으나 자제하기 힘들다
- 인터넷을 하다 약속시간에 늦은 적이 여러 번 있다.
- 인터넷 사용으로 가족들과 마찰이 있다.
- 인터넷 사용으로 인해 건강이 나빠졌다.
- 가끔 현실과 사이버공간이 구분 안 될 때가 있다.
- 인터넷을 사용할 때는 기분이 좋고 흥미진진하며 자유로워지는 느낌이다.

(자료제공: 청소년미디어중독예방센터)

"할아버지, 할머니 저희 왔어요!"

불청련 청소년 및 인근병원 간호사들 혜명양로원 방문

"할아버지, 할머니 저희랑 같이 놀아요!"

경기도 혜명양로원이 11월 11일 유난히 환하게 빛났다. 대한불교청소년연합회(총재 현성, 이하 불청련) 소속 '그린비' 청소년 7명과 예본안과 간호사 10명이 어르신들과 시간을 보내기 위해 방문했기 때문이다.

그린비 청소년들과 간호사들의 방문은 불청련 '작은 나눔, 큰 기쁨' 사업의 일환으로 이뤄진 것이다. 불청련은 앞으로 이 사업을 통해 작은사랑 실천운동을 전개시키고 다른 사람을 먼저 배려하고 함께 나누는 등, 소외된 이웃과 함께 하는 방법을 마련한다는 계획이다. 이를 위해 정기적인 방문도 약속했다. 앞으로 한 달에 한 번, 매월 셋째주 일요일마다 할아버지 할머니와 함께 즐거운 하루를 보낼 계획이다.

이날은 서울 소솔암 주지 혜문 스님도 청소년 · 간호사들과 같이 방문했다. 혜문 스님은 어르신들에게 떡과 과일 등을 공양하고 주방용품과 생필품 등을 전달하기도 했다. 또 스님이 직접 레크리에이션을 지도하기도 했다.

그린비 조용호 회장(동대부고 2)은 "어르신들이 손자, 손녀 같이 맞아주셔서 헤어질 때 너무 아쉬웠다"며 다음에도 꼭 봉사활동에 나서겠다고 약속했다.

한편 불청련은 사무실을 종로구 낙원동 141번지 내인빌딩 802호으로 이전했다. (02)735-8165

"할아버지,할머니! 함께 춤춰요." 그린비 청소년과 간호사들이 어르신과 함께 어울리는 모습.

수제화로 제작 상표등록 614981호, 디자인등록 0407120호, 발명특허 0554383호

고무신코 만 행 화

방한용털신
• 가격 : 60,000원
• 규격 : 215-290mm
• 색상 : 회색, 검정

발,마춤형 제작

방한용부츠
보아털
• 가격 : 120,000원
• 규격 : 220-250mm
• 색상 : 회색, 검정

최고의 선물

조각무명
• 가격 : 120,000원
• 규격 : 215-290mm
• 색상 : 회색, 자연색

특 무 명

지압깔창
발명특허원41435
풍산동 99%
• 가격 : 10,000원

사계절단화
풍산동 99%
지압식 깔창
• 가격 : 80,000원
• 규격 : 215-290mm
• 색상 : 회색,검정

■ 문의 및 주문전화 : 02)733-5715, 011-9000-5715
■ 입금계좌 : 농협 063-12-250427(구자민)
※보시 하실 분 상담 환영

NAVER 통합검색 만행화 검색 인터넷쇼핑몰 만행화를 검색해 보세

전국매장
•부산 : 원광사 051)636-7019 •대구 : 연꽃세상 053)426-7300 •광주 : 불교서원 062)226-3056 / 화신승복 062)228-2870
•서울 : 부산승복 02)738-8407 •대전 : 불교백화점 042)274-3727 / 대구승복 042)254-8772 •제주 : 김윤경승복 064)724-7999
•충북(충주) 원심사 불교점 043)-846-9091 •전주 상운각 063)274-6639 •경북(예천) 붓다불교점 054)655-2525

"신 수 비 결"

2008년 무자년의 나의 운세
● 직업 운, 사업 운, 재물 운. ● 이성과의 인연, 성적 및 진학 운
● 일진 및 외출하는 날
● 완전 한글만 사용하여 생년월일만 알면 누구든지
● 집에서 2008년의 운세를 볼 수 있음

적중률 90%가 넘는 신비의 비결로 완전 한글만 사용하여 생년월일만 알면, 누구든지 볼 수 있도록, 한권의 책으로 완성하였고, 휴대도 간편함.
● 신수비결 : 30,000 (삼만원)

"이 름 대 사 전"

● 대법원 선정 인명용 한자만 사용
● 320여개의 성씨별로 상생과 수리오행, 삼원오행, 음령오행을 맞추고,
● 성씨별로 2000-3000여개의 이름들로 구성
● 개명, 작명, 상호, 법명 등에 바로 사용할 수 있음
● 이름대사전 : 50,000 (오만원)
※ 글로 쓰시기 불편하신 분들을 위해 이름대사전 총정리 CD를 보급합니다. (정가 30만원)

효타암 주지 원공 합장
◆ 농협 121076-56-092613(손선미)
부산 금정구 금사동 34-4 문의 : 051)524-9406