

“국토 종주하며 나눔 실천, 건강은 덤이네요”

걸으며 기부활동하는 금호고 재경총동문회 '국토 종주 또박단'

지난해 2월 발대식...파주~해남 700km 걸어 9월 완주 예정
장성 등 5곳에 쌀 700kg 기부 “곳곳에 선한 흔적 남기겠다”

“국토 종주 통해 건강도 챙기고 나눔으로 따뜻한 마음도 전달할 수 있어 뿌듯합니다.” 국토대장정에 한창인 광주 금호고 출신 '국토 종주 또박단'은 최근 전북 정읍시를 찾아 200만원 상당의 쌀 700kg을 전달했다. 광주 금호고등학교 재경총동문회에 구성된 '국토 종주 또박단'은 지난해 2월 국토대장정에 나섰다. 국토대장정은 김영삼 회장이 재경동문회 15대 회장을 맡게 되면서 '사회적으로 선한 영향력을 끼칠 수 있는 방법'을 고심하던 중 생각해낸 방안이었다. 이들은 지난해 2월 파주시 임진강역에서 발대식을 열고 또박단을 결성한 뒤, 본격 대장정에 돌입했다. 또박단의 목표는 파주에서 걷기 시작해 땅끝마을 해남에 도착하는 것. 이는 약 700km 가량의 거리다. 20차 구간으로 나눠 매일 셋째 주 토요일과 일요일 1박 2일간 걷기에 나선다. 최종 완주는 오는 9월로 계획하고 있다. 이들의 걸음이 더욱 의미있는 것은 들르는 도시

곳곳에 소외이웃을 돕는 쌀 700kg을 기부하고 있기 때문이다. 쌀의 무게는 종주를 향한 거리 '700'에 맞춘다. 현재까지 안양시, 평택시, 공주시, 익산시, 정읍시 등 다섯군데 지자체에 쌀을 기부했고 다음 쌀 기부 행선지는 장성군이다. 이날 인터뷰를 맡은 이국형(66)단장은 “동문들과의 유대 강화, 정신적·육체적 힐링 뿐 아니라 방문하는 지역 곳곳에 우리의 선한 흔적을 남기는 것도 국토 종주를 기억할 수 있는 하나의 방법이라고 생각했다”고 설명했다. 또박단은 현재 10여명으로 구성돼 있다. 애초 2명으로 시작했지만 점차 다른 동문들도 함께하면서 인원이 늘어났다. “우리 땅을 걷는 일은 여러 모로 의미있는 일”이라는 이 단장의 말에서 이번 의미를 가늠할 수 있다. 즉 경기도부터 전라도까지 걸으며 내가 살고 있는 나라의 땅 곳곳에 발자국을 남긴다는 의미와 아울러 지역의 다양한 풍경, 문화를 살펴볼 수 있다는 것이다. 또 처음 보는 어르신들이 “힘들텐



지난해 2월 임진강역에서 발대식을 연 '국토 종주 또박단'.

데 같이 먹자'며 견넨 음식들은 아직 사라지지 않은 한국의 정(情)을 느끼게 했다. 사실 '국토 대장정'은 헬기왕성한 대학생들도 반 복되는 일상에 지친 직장인들도 꼭 한번 해보고 싶은 버킷리스트 가운데 하나일 만큼 많은 이들이 실행해보고 싶은 일이다. 이 단장은 “더 많은 이들이 우리 땅을 걸으며 많은 것을 느꼈으면 좋겠다”고 언급했다. 함께하는 또박단 멤버들 역시 걷기를 통해 자기 자신을 돌아볼 수 있

었다고 입을 모았다. “경쟁에 지쳐서 살던 일상에서 벗어나 논길과 나지막한 야산을 바라보며 걷는 길은 평소에는 접할 수 없는 소중한 체험이었습니다. 물론 체력적으로 힘든 순간도 있었지만 그 순간을 극복하면 정신적으로도, 육체적으로 건강해지는 걸 느낄 수 있었어요. 일상으로 돌아와서는 예전과는 다른 새로운 마음으로 생활할 수 있는 계기가 되기도 했어요.”

/김다인 기자 kdi@kwangju.co.kr

오늘의 날씨

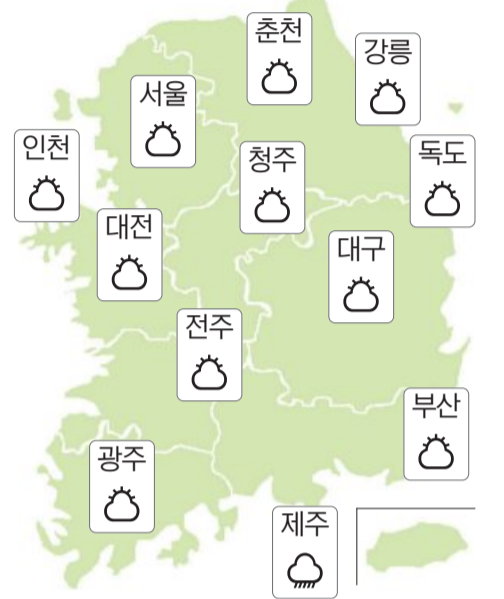
해돋이	07:28	달뜨기	18:27
해지기	18:05	달지기	07:59

매우 건조해요

대체로 흐리지만 대기가 매우 건조하겠대.

광주	구름많음	-2/12	보성	흐림	-5/9
목포	흐림	-2/9	순천	흐림	-3/11
여수	흐림	2/9	영광	구름많음	-5/9
나주	흐림	-5/10	진도	흐림	-3/8
완도	흐림	0/9	전주	구름많음	-3/11
구례	구름많음	-6/12	군산	구름많음	-4/9
강진	흐림	-4/10	남원	구름많음	-5/12
해남	흐림	-5/10	축산도	흐림	3/7
장성	구름많음	-5/11			

◇ 전국 날씨



◇ 바다 날씨

		오전	오후
		파고 (m)	파고 (m)
서해남부	앞바다	0.5	0.5
	면바다(북)	0.5~1.0	0.5~1.5
	면바다(남)	0.5~1.0	0.5~1.5
남해서부	앞바다	0.5	0.5~1.0
	면바다(서)	0.5~1.0	1.0~2.0
	면바다(동)	0.5~1.0	1.0~2.0

◇ 물때

목표	간조	만조
	07:52 20:29	02:21 15:10
여수	03:29 15:59	09:58 21:58

◇ 생활지수

감기	천식	미세먼지
주의	위험	니쁨

◇ 주간 날씨

7(화)	8(수)	9(목)
1/13	-1/10	0/11
10(금)	11(토)	12(일)
3/10	1/12	2/10

광주 스타기업 '센도리' 행복일터 만들기 '눈길'

강사 초청 창조 아카데미...“사원 입장 생각하는 열린 경영 계속”

광주시로부터 지역 스타기업으로 지정받은 중소기업 센도리(대표 박문수)가 임직원들과 소통을 통해 바람직한 직장문화와 행복일터 만들기 위해 앞장서고 있어 눈길을 끈다. 센도리는 올해 임직원 40여명을 대상으로 창조 아카데미를 개설하고, 지난 3일 사내 복지 갤러리관에서 외부 강사를 초청해 첫 특강을 진행했다. 1995년 창업 이후 공기조화기 관련 기술을 개발·제조해 온 센도리는 그동안 기후 에너지 분야의 기술력이 우수하다는 평가를 받았다. 특히 '기술을 넘어 임직원의 행복 만들기'에 경영기치를 두고 기업과 사원들의 동반성장을 위한 제도 개선, 의식구조 변화, 창의와 교육을 중심으로 한 변화를 시도하고 있으며 최근에는 사원들과의 대

화의 공간인 복지 갤러리관을 신축하기도 했다. 매일 1회 진행되는 외부 강사 초청 강연은 리더십, 조직관리, 창조적 마인드, 마케팅 전략을 비롯해 ESG경영, 인문학 등 사원들의 지적욕구를 충족시키고 생산성을 높이기 위해 마련됐다. 3일 첫 강연을 한 기미현 광주상공회의소 파트너 강사는 ‘공생 공존 성과를 올리는 직장문화 만들기’라는 주제의 강연에서 “임직원들간 지켜야 할 직장예절과 올바른 소통이 조직문화 활성화를 이끌 수 있다”면서 “원활한 커뮤니케이션 방법을 알고 이를 현장에서 실천하는 것이 중요하다”고 밝혔다. 박문수 센도리 대표는 “직원들이 열정을 갖고 기술개발에 매진할 수 있는 행복한 일터와 동반 성장을 이루어나가는 데 경영의 초점을 맞추고



센도리는 지난 3일 사내 복지 갤러리관에서 기미현 광주상공회의소 파트너 강사를 초청, 특강을 진행했다.

있다”며 “사원들의 입장에서 생각하는 열린 경영을 지속해나갈 방침”이라고 밝혔다. 한편 센도리는 냉난방 공조분야 50여개 특허와 신기술, 성능인증, 우수발명품, 녹색기술인증 등 우수기술을 보유하고 있다. 지난 2019년 조달

청 공기순환기 우수제품으로 지정 받는데 이어 2020년 대한민국 환경에너지 대상, 산업부 장관상, 지식경제부 장관상, 특허청장상 등을 수상했다. /박성천 기자 skypark@kwangju.co.kr

광주전남병무청, 광주교육청 방문 현안 공유



광주전남지방병무청(청장 김용우)은 2일 전라남도교육청을 방문해 김대중 교육감과 병무행정 현안을 공유하는 자리를 가졌다. <광주전남지방병무청 제공>

충장동 주민자치회 돌봄 이웃에 200만원 성금



충장동 주민자치회(회장 전병원)는 지난 2일 돌봄 이웃을 위해 광주시 동구에 성금 200만원을 기탁했다. <광주시 동구 제공>

생활 게시판

여러분의 생활정보를 실어드립니다. opinion@kwangju.co.kr이나 광주광역시 동구 금남로 224 SC제일은행 빌딩 9층 광주일보 생활게시판 담당자요로 보내주시기 바랍니다. TEL 062-220-0621 FAX 062-222-4938, 222-4918

알림

- ▲광주 북구민을 위한 개인 무료 법률상담소=기초생활수급자, 조손가정, 저소득층, 영세민, 교도소 복역자, 사회취약계층자 무료상담 010-6444-8572.
- ▲광주시·전남도 재난심리복지지원센터 무료 상담=코로나19 등 각종 재난으로 심리지원을 위한 무료상담 1670-9512.
- ▲보호처분 또는 형사처분 받은 대상자 '허그일자리' 무료 취업프로그램 신청=취업상담, 직업훈련, 일자리알선, 취업교통비 지원 등 취업지원 및 긴급원호, 숙식제공, 주거지원 등 자립지원 신청 접수, 한국법무보호복지공단 광주전남지부 062-513-9936.
- ▲청소년전화 062-1388=광주시청소년상담복지센터 24시간 전화상담.
- ▲일가정양립지원본부 무료 상담=가정 폭력, 성폭력, 성매매 등 상담. 국번없이 1366. 휴대전화를

- 사용할 경우 062-1366.
- ▲광주시노인보호전문기관 24시간 노인학대 상담, 학대피해노인전문상담, 노인학대 신고=언제든 노인학대로 힘들어 하고 계신 분들, 노인학대를 목격하시거나 알게 되신 분들은 망설이지 마시고 노인보호전문기관으로 연락주세요 연중무휴, 24시간 전화상담 1577-1389.
- ▲광주북구중독관리센터 무료 상담&주간프로그램 운영=알코올, 인터넷, 도박, 약물로 인해 어려움을 겪고 있는 분들 대상 062-526-3370.
- ▲북구열린마음 상담센터 무료상담=정신건강&중독 무료상담(음주·우울·불안·스트레스·치매·인터넷) 지역주민 누구나 참여가능 062-526-3370.
- ▲광주남구중독관리통합지원센터=중독문제(알코올, 니코틴, 인터넷, 약물, 도박)로 고민하는 대상자와 가족에게 무료 상담, 다양한 프로그램 제공 062-413-1195.
- ▲광주서구중독관리통합지원센터=마음건강주치의의문=정신건강의학과전문의를 통한 중독·자살·

- 우울 문제 등 매주 수·금요일 오후 2시~5시 무료 상담 062-654-3802.
- ▲비영리민간단체 노후를 돕는 사람들 노후생활을 위한 무료교육=50세 이상 중장년층 남녀 15기 모집 주 3일(월·수·금) 1일 2시간씩 6개월간 진행. 영어, 심리상담, 생애설계, 노래, 댄스, 명심보감 등 진행. 062-223-1357.
- ▲사랑마루협동조합 사회적취약계층을 위한 복지장터서비스=기초생활수급자, 조손가정, 무의탁 독거노인, 저소득층, 장애인(3급 이상) 장의입관용품무료지원, 장례지도사무료지원 062-369-4009.
- ▲지역장애인 성인 주·야간보호 서비스 실시=월~금 오후 5-9시 사랑모아 주간보호센터 062-385-0422.
- ▲지역주민의 정신건강을 위한 열린 마음 상담센터=북구지역 5개 아파트 단지 내 지역주민의 정신건강을 위한 무료 상담소(우울, 불안, 치매, 스트레스, 알코올, 흡연, 약물, 도박, 인터넷 등) 062-525-1195.

- ▲지역아동센터광주지원단 방과 후 돌봄 이용안내=방과후 돌봄이 필요한 아동을 위한 보호·교육·정서지원·문화체험·식식제공 등 다양한 서비스 제공 062-522-9976.
- 모집
- ▲초록우산 어린이재단 광주가정위탁지원센터 위탁부모=부모 사망, 이혼, 실직, 가출, 학대 등으로 친부모와 살 수 없는 아이들을 일정 기간 위탁할 인원 상담 062-351-1206.
- ▲플랫폼창업희망자 교육생 모집=스마트폰 사용 가능자 수시모집, 5-6명 이면 개강, 광주대성초등학교 건너편, 플랫폼창업동호회 062-511-0030.
- ▲산청동 보은사 묵련합창단 단원모집=성악 또는 찬불가 배우기에 관심이 있는 일반인 남녀, 매주 수요일 오후 1시 정기연습, 산청동 대광로제비마을

- 파트 후문 80미터 010-4622-7838.
- ▲정보기술분야 직업훈련생 모집=15세 이상 장애인 대상. 소프트웨어 개발 및 전산 사무행정. 교육기간 1년. 교육비 무료. 훈련수당 지급. 전남직업능력개발원 061-320-7024.
- ▲시니어물레너지지도사(자격반) 모집=사·군·구 지부모집, 한국국제매방교육원 광주전남지부 010-5522-9700.
- ▲사회공헌활동 기부은행 돌봄봉사자 모집=어르신 돌봄봉사자 모집, 만 13세 이상 가능, 동구노인종합복지관 062-232-4953.
- ▲꿈을 돕는 사람들(광주학당) 모집=한글, 기초반, 초등반, 중등반, 영어기초반, 한문, 컴퓨터 등 수시모집(무료강의), 서방시장 안쪽 관리사무소 옆 062-512-5788, 062-262-1542.
- ▲노인지도자대학 제36기생 모집=노인지도자 자질과 교양, 노년의학, 경영, 100명 선착순, 28일까지, (사) 대한노인회 광주광역시연합회 062-652-7374.