

고마움을 듬뿍 담아 온기를 전합니다



혹독했던 코로나19도 찾아들 기미가 보입니다.
그래서인지 여기저기 소중한 사람들을 만나느라
바쁜 나날을 보내고 있는 것 같아요.
오랜만이라 그런지 유독 만남이 소중하고 고마워집니다.
화창한 날씨에, 사랑하는 사람들을 만나, 소중한 이야기를 나눌 수 있다는 게
얼마나 고마운 일인지, 다들 공감하실 거예요.
그런 의미에서 <따뜻:한난>도 여러분께 고마움을 전하고자 합니다.
햇살 좋고, 바람 좋은 이때 <따뜻:한난>과 함께해 주셔서 고맙습니다.
이번 호에도 고마움을 듬뿍 담아, 따뜻한 온기를 전할게요!

따뜻:한난

채우면 채울수록 따뜻해지는 세상

고마움
진심을 담아
전하는 마음

May+June 2022
Vol. 218

Contents



COVER STORY

참 고마운 일입니다. 꽃이 만발한 계절을 보내며, 사랑하는 사람에게 마음을 전하고, 초록빛 세상을 맘껏 누릴 수 있다는 게 말입니다. 여러분의 하루하루가 늘 고마운 일로 가득 채워지길 응원합니다.

표지 일러스트 정아리

- www.kdhc.co.kr
- www.youtube.com/c/kdhcmedia
- blog.naver.com/kdhc2017
- www.facebook.com/FKDHC
- www.instagram.com/kdhc_on

발행일 2022년 6월 17일(통권218호)
 등록 1993년 11월 30일
 신고번호 성남, 마00027
 발행처 한국지역난방공사
 주소 경기도 성남시 분당구 분당로 368
 발행인 황창화
 기획·디자인 경성문화사 02)786-2999

이 책의 무단전제나 복제를 금합니다. 수록된 내용은 한국지역난방공사의 견해와 일치하지 않을 수도 있습니다.



따뜻:한남
웹진 바로가기

Section 따뜻한, 난

04

순간의 기록

고마움을 말할 용기

08

마음 채움

모든 순간이 고마움으로 남기를

10

생각한 난

당신에게 전하는 고마움

12

데이터랩

고마움 담아 선물을 드려요

14

명사에게 묻다

이해인 수녀

Section 대단한, 난

20

한남 통신

적극적인 공공데이터 공유로 사회적 가치를 높이다

22

한남은 넷제로

ESG 경영전략 수립을 통해 ESG 리더로 우뚝 서다

24

투게더 한남

인제대학교 일산백병원

Section 행복한, 우리

32

여기서 행복

광주전남지사 운영부 문기원 차장 부부

36

듣는 서점

섬

38

뮤직&

알고리즘이 이끄는 플레이스트? NO~! 취향 듬뿍 담긴 한 곡만 무한 재생 중!

40

마음의 소리

무심한 당신에게 반려식물이 보내는 SOS

42

퇴근길 문화

생활 속 디톡스 매뉴얼 BEST 6

46

가족의 식탁

온 가족이 좋아하는 오리고기 월남쌈

48

놀면 뭐하니

동양화 그리기

50

KDHC 뉴스

탄소중립 상생 숲 'We 포레스트 2호' 조성 외

53

한남 SNS

한남 SNS 뉴스

54

독자와 함께

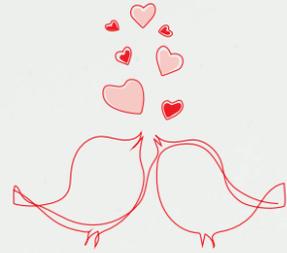
독자의견

55

한남 광고

한남, 세상을 녹색에너지로 채웁니다





고마움을 말할 용기

Text 최선주

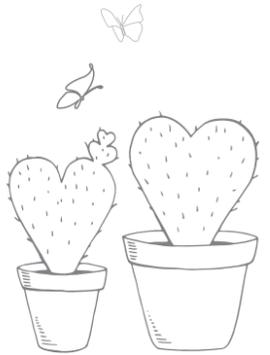
지난 5월은 '가정의 달'이었습니다.
이래저래 선물할 일도, 축하할 일도 많으셨죠?
그간 쑥스럽다는 이유로,
늘 곁에 있다는 이유로,
마음속에만 고이 간직했던
고마움을 이때다 싶어
표현해야겠다는 듯이 말이죠.

저 역시
부모님이 좋아하는 간식과
빠지면 섭섭한 카네이션을 들고
부모님 덕으로 향했습니다.



꽤 오래간만에 본가를 찾은 딸이 그저 반가운지
부모님 얼굴에는 미소가 끊이지 않더라고요.
“우리 딸내미 얼굴 까먹는 줄 알았어~”
“발아.”
무뚝뚝한 딸내미가 건네는 선물을 받아들고는
“고마워~! 예쁘네!” 하시던 부모님.

그 말을 듣고 ‘아차’ 싶었습니다.
사실, 간식과 꽃을 살 때의 제 마음은
“고맙다”라는 말을 듣기에는 과분했거든요.



‘그래 이거라도 사야지.’
‘남들 다 하는데 나도 해야지.’
마치 미뤄놓은 숙제를 해치우듯 후다닥 사서
기차에 오르던 모습이 생각나
괜히 머쓱해졌습니다.

이런 마음을 아는지 모르는지
“고맙다”라고 말하는 부모님께 미안한 마음이 들었습니다.
그리고 물었어요.
“뭐가 고마워?”
“네가 온 것도, 이렇게 예쁜 꽃을 선물해 준 것도 다 고맙지.”
“별게 다 고맙네.”
말은 이렇게 했지만, 생각이 많아지던 순간이었습니다.



고맙다는 말의 무게를
 꽤나 무겁게 생각하고 살았던 건 아닌지
 고맙다는 말의 의미를
 아예 잊어버리고 살았던 건 아닌지...
 부모님 덕분에 저도 용기를 내서 말했습니다.
 “나도 고마워. 다음엔 더 예쁜 거, 맛있는 거 사줄게.”
 “오래 살아야겠네.”

“고맙습니다.”
 막상 해보고 나니 어려운 말은 아니었어요.
 이 다섯 글자가 뭐가 그리 어려워
 꺾꺾 눌러두고 살았는지 모르겠습니다.

여러분은 어떤가요?
 고마운 사람들에게 고맙다는 말을 스스럼없이 잘하고 있나요?
 돈, 꽃, 맛있는 음식, 이모티콘...
 고마움을 표현할 게 넘쳐나는 세상입니다.
 어느새 우린 물질적인 것들로 고마움을 대신하는 게
 익숙해져 버린 것 같아요.



가만히 생각해 보세요. 고맙다는 말을 해본 지가 언제였는지.
 ‘말 안 해도 다 알겠지?’라는 생각은 이제 그만.
 말로 표현하지 않으면 사람들은 생각보다 나의 마음을, 생각을 잘 모르더라고요.

사소한 일에도 진심을 담아 고맙다고 말할 수 있기를 바랍니다.
 순간은 쑥스러울지 몰라도 내가 상대방에게 건넨 고맙다는 말은
 메아리가 되어 다시 나에게 ‘기쁨’으로 돌아오거든요.



사랑하는 사람들에게, 내 곁에서 나를 응원해 주는 사람들에게
 용기 내어 말해보세요. “고맙습니다.” “고마워.” “고마워요.”

하루, 한 달, 일 년, 언제라도 고마움을 말할 수 있는 용기 있는 당신이
 따뜻한 세상을 만들어가는 주인공입니다. 🍀

모든 순간이 고마움으로 남기를

우리의 삶 곳곳에는 아름다움과 낭만이 있다.
이러한 삶의 모든 순간에 고마움을 느끼며 하루하루를 살아가자.
긴 하루 끝에서 고마움으로 미소 짓는 나를 마주할 수 있을 테다.

Text 전승환(작가) Illust 다나

삶은 어떻게 보느냐에 따라
아름다워 보이기도 하고 슬프게도 보인다.
스스로에게 나는 괜찮은 존재라며 고마움을 느낀다면
그 하루는 충분히 고마운 하루가 될 것이다.

시간이 지날수록 삶의 기억들이 조각남을 느낀다. 살아가면서 생긴 많은 기억으로 인해 모든 것을 다
담아내지 못하는 내 기억력의 문제일 수도 있겠지만 천진난만했던 그 시절의 기쁨보다 더한 기쁨을 느
끼지 못하는 무던함 때문일지도 모르겠다. 그로 인해 지금의 시간은 매우 빠르게 흐른다. 어린 시절처
럼 모든 것이 신기하게 느껴졌던 시간이 더는 없고, 새로운 것이 없는 요즘의 하루를 살아감이 그 이유
가 아닐까 싶다.

한때는 '어떤 내일이 펼쳐질까' 하고 설레던 시절이 있었는데 무탈한 하루를 보냈으면 하는 생각으로 잠
자리에 드는 나를 보며 '예전의 나는 어디로 갔을까' 하는 아쉬움 섞인 한숨을 내쉬기도 한다. 그러다 보
니 지금의 하루와 요즘의 나날들이 더 빠르게 지나가고 있는 건 아닐까.

하지만 세월이 빠르게 흘러가는 가장 큰 이유 중 하나는 일상의 순간들에서 고마움을 놓치고 살고 있어
서가 아닐까 생각한다. 그저 무던하게 흘러간다고만 생각했던 하루 속에서도 참 고마운 순간들이 있었
을 텐데, 그러지 못했던 것 같다.

오랜만에 부모님과 외출을 가게 된 날. 날이 좋아 나란히 걷다 어머니께 큰 뜻 없이 손을 잡아 드렸다.
그러자 갑자기 걸음을 멈추고 나를 물끄러미 보시더니 눈물이 그렇그럼 맺히시는 게 아닌가. 그리고는
말씀하셨다. "고마워, 아들. 오늘 하루가 덕분에 행복해졌어. 모든 게 다 예뻐 보이네." 나는 눈웃음을 방
긋 짓고 다시 걸음을 옮기긴 했지만 마음속에서는 따뜻함이 요동쳤다.

그날 밤 나는 시간의 아쉬움을 토로했던 생각을 반성했다. 스스로 삶의 모든 순간에 아름다움을 놓치고
살고 있지는 않았던가. 작은 것 하나에도 감동하고 새로운 것 하나에도 고마움을 느낄 수 있는 많은 것
들이 우리 곁에 있지 않은가 하고 계절의 변화도 놓치고 살았던 날들, 길거리에 지나쳐 다녔던 수많은
꽃들, 문득 올려다본 밤하늘의 낭만, 노을 지는 거리. 왜 나는 순간의 고마움들을 잊은 채 야속한 세월을
타고 빨리 흘러가는 하루를 아쉬워했던가. 그 시간들을 모아 놓고 보면 우리의 삶이 아름답게 변하게
될 텐데 말이다.

지금 이 글을 읽고 있는 여러분은 잠깐 고개를 들어 주위에 무엇이 있는지 관심을 가졌으면 좋겠다. 무
엇이 있을지는 모르겠지만 분명 순간의 고마움을 느낄 수 있는 무언가를 찾을 수 있을 것이다. 부모님
이나 지인이 될 수도 있겠고, 창문 밖에 보이는 하늘이거나 자연의 한 모습일 수도 있을 것이다. 그리고
이 글을 읽을 수 있고 아름다움을 볼 수 있는 지금의 몸 상태에 대해 고마움을 느낄 수도 있지 않을까.

삶은 어떻게 보느냐에 따라 아름다워 보이기도 하고 슬프게도 보인다. 스스로에게 나는 괜찮은 존재라
며 고마움을 느낀다면 그 하루는 충분히 고마운 하루가 될 것이다. 삶의 곳곳에 있는 아름다움과 낭만
을 발견하자. 그리고 그 모든 순간들에 고마움을 느낄 수 있는 생각을 가질 수 있음에 감사하자. 결국 그
하루의 끝에는 고마움으로 흐뭇하게 웃음 지을 수 있는 따뜻한 잠자리가 되길 바란다. 인생길의 모든
순간이 고마움으로 따뜻하게 감싸지길 빈다. ●

전승환

작가. 에세이 <나에게 고맙다>, <행복해지는 연습을 해요>를 썼다.
또한, <내가 원하는 것을 나도 모를 때>, <당신이 내 이름을 불러준 순간> 등을
펴냈다. 현재는 책 읽어주는 남자 콘텐츠 그룹 편집장으로 활동 중이다.



당신에게 전하는 고마움

“세상에 살아 있는 동안 우리 그냥 오래오래
고맙다는 말만 하고 살자.” 이해인 수녀의
<고맙다는 말>이라는 시 중의 일부입니다.
이 시를 읽고 난 후 이 구절이 마음에 와닿았습니다.
여러분도 이 문구를 되뇌며 고마움에 대해
생각해 보셨으면 좋겠어요. 고맙다는 말만 하고
살기도 짧은 인생, 주변의 소중한 사람들에게
고마움을 전하면서 즐겁게 지내기를 바랍니다.
그러는 의미에서 <따뜻:한난> 독자들이 전하는
고마움 등백 담긴 메시지를 소개합니다.

Text 편집실



착한
집주인 덕분에!

독자 황희정 님

고마움을 전하고 싶은 분이 있습니다. 6년 전, 집안 형편이 갑자기 어려워져서 가족들이 많이 힘들어했거든요. 얽힌 데 얽힌 격으로 전세 계약까지 만료되는 시점이었죠. 어찌할 바를 모르고 있었는데 집으로 편지 한 통이 오더라고요. 집주인 할아버지였습니다. “형편이 좋아질 때까지 전셋값은 그대로 할게요. 아무 걱정 마시고, 편히 지내세요.” 어찌나 고맙고 감동이던지요. 그 편지를 들고 울었습니다. “할아버지, 그때 정말 감사드리고 오래오래 건강하세요!”



7+8월호 테마 | 놀라움

“살면서 겪은 가장 놀라운 경험은 무엇인가요?”
살다 보면 자의든, 타의든 여러 가지로 놀라운
일들을 겪게 됩니다. 나 자신이 겪은 일 중에 가
장 놀라운 경험은 무엇인지 자유롭게 생각을 적
어주세요.



<따뜻:한난> 웹진을 통해 질문에 대한 생각을
적어주세요. 참여해주신 분들 중 추첨을 통해 문
화상품권을 드립니다.

참여 기간 2022년 7월 13일(수)까지



모두들
고생 많으셨어요

독자 광영일 님

코로나19라는 길고도 어두운 터널을 열심히 달려왔습니다. 물론 아직 종식된 건 아니지만, 이 시점에서 고마운 사람들이 생각납니다. 이렇게 말하면 너무 거창한 이야기인지는 모르겠지만, 바이러스에 맞서 온 대한민국 국민 모두에게 감사 인사를 건네고 싶습니다. 특히 방역의 최전선에서 밤낮없이 수고하신 의료진 여러분들께도 감사드리요. 이 정도면 잘 버텨낸, 이만 하면 잘 살아낸 서로를 격려할 줄 아는 우리가 됐으면 좋겠습니다. 일상 회복도 순조롭게 잘 진행되기를 바랍니다.



마음을 자주
표현할게요

세종지사 운영부 정재학 주임

엄마에게 고맙다고 말하고 싶어요. 저는 가족들에게 표현을 잘 못하는 성격인데요. 이제 와서 생각해 보니 고맙다는 말을 많이 못 했던 것 같네요. 저희 엄마는 저와 달리 항상 제게 먼저 표현해 주시고, 제 생각을 먼저 해주십니다. 쑥스럽다는 핑계로 표현하지 못했지만, “엄마, 늘 고맙게 생각하고 있어요. 고맙습니다. 앞으로는 고마운 마음 자주 표현할게요. 사랑합니다.”



든든한 남편,
언제나 고마워

독자 이우희 님

쑥스럽지만 남편에게 고맙다는 말을 하고 싶어요. 요즘 코로나19로 일이 줄어서 형편이 어려워졌거든요. 많이 힘들 텐데, 남편은 가장으로서 어떤 일이든 마다하지 않고 밤낮으로 고생하며 열심히 일하고 있습니다. 한 번도 투덜거리지 않아서 가끔은 너무 마음이 아프기도 하지만요. 정말 고마워요. 그래도 이것 하나 명심하고 지내겠습니다. “남편, 돈보다 당신 건강이 우선이니 너무 무리하지 말고, 나랑 오래오래 행복하게 살자!”



꽃과 함께
감사의 마음을

청주지사 고객지원부 김신동 과장

이렇게 고마움을 표현할 자리를 마련해 주셔서 감사합니다. 돌아보니 고마움을 전할 사람이 많이 생각나더라고요. 그중에서도 저는 부모님을 떠올렸습니다. 특히 어머니에게 진심을 듬뿍 담아 고마움을 전해드리고 싶어요. 연로하셔서 여행 한 번 제대로 못하셨거든요. 그런 어머니를 보면 자식으로서 참 안타깝습니다. 여생 부디 편안히 계셨으면 하는 바람을 담아, 예쁜 꽃도 사드렸네요. 🌸



고마움 담아 선물을 드려요



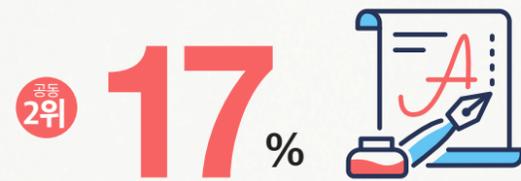
고마움을 표현하고 싶은 사람, 다들 있으시죠?
고마운 사람에게라면,
무얼 선물해도 아깝지 않을 것 같아요.
여러분 역시 이 말에 동의하시리라 생각합니다.
값비싼 선물이 아니더라도, 고마운 마음을
듬뿍 담아 선물해 보는 건 어떨까요?
무얼 받더라도 진심은 통하게 되어 있거든요.
선물이 고민된다면,
<따뜻:한난> 독자 여러분이 말하는
선물 리스트를 참고해도 좋을 것 같네요.

Text 편집실 Data 한국지역난방공사 웹진 <따뜻:한난> 설문 답변



마음을 담은 선물이라면~ 뭐든 OK!
손 편지, 손수 짠 털목도리, 마음

역시 마음과 마음은 통하는 법. "고마운 사람에게 주고 싶은 선물은 무엇인가요?"라는 질문을 했을 때, <따뜻:한난>의 독자들은 이렇게 답했다. "마음이 담긴 따뜻한 손 편지를 선물하고 싶어요.", "손수 만든 털목도리!", "마음이요." 독자들은 아마도, 진심이 담긴 마음을 선물하는 게 최고의 선물이라는 걸 알고 있다는 뜻이 말이다. 혹시 고마운 사람에게 줄 선물을 고민하고 있다면, 고마움은 마음에서 비롯된다는 사실을 명심하고 고르도록 하자.



받을 사람을 생각한 의미 있는 선물!
메시지 찻잔, 그림 도구, 만년필

각자 고마운 사람을 떠올리면 그 사람과 어울리는 물건들이 있을 것이다. 예를 들면 글을 좋아하는 사람에게는 만년필, 차를 좋아하는 사람에게는 특별한 메시지가 담긴 찻잔과 같은. 그 사람의 취향과 성향이 깃들어 있기 때문에 선물은 더욱 소중해진다. 어떤 독자는 치매 판정을 받으신 엄마를 위해 그림 도구를 선물하고 싶다고 했는데, 엄마가 그림을 그리며 꿈도 찾고 치료에도 도움이 되었으면 하는 마음이 헤아려져 괜히 몽클해지기도 했다. 상대방에게 의미 있는 선물이 고민된다면, 그 사람에 대해 곰곰이 생각해 보는 건 어떨까. 그 사람과 나 사이에 존재하는 시간 속에서 답을 찾을 수 있을 것이다.



이보다 더 확실한 선물은 없다!
현금과 상품권

이래저래 무얼 할까 고민이 된다면, 현금이나 상품권 같은 것도 좋다. 현금과 상품권에는 "필요한 데 요긴하게 쓰세요"라는 암묵적인 메시지가 담겨 있기 때문이다. 실제로 상대방의 취향과 마음을 고려하지 못한 애매한 선물을 할 바에는 확실한 현금이나, 상품권이 낫다는 의견을 보내준 독자들이 많다. 단, 주의할 점은 있다. 현금과 상품권만 특 내밀면 "정 없다"라는 소리를 듣기 십상. 감사의 말을 적은 봉투와 현금을 함께 준다든지, 사랑의 말이 적힌 상품권을 준다든지 하는 센스를 발휘하면 더욱 좋지 않을까?



대세를 따라 인기 있는 걸로~!
모바일 쿠폰

"처음 회사에 입사했을 때 부족한 저를 이끌어주며 '아침은 먹고 다니냐?'고 묻던 과장님께 식사를 할 수 있는 모바일 쿠폰을 보내드리려고요. 모바일 쿠폰 종류가 다양하니 요긴할 것 같습니다." 이 독자의 답변처럼, 요즘은 모바일 쿠폰이 대세다. 생일 선물을 모바일 쿠폰으로 대신하는 것은 이제 놀랍지 않을 정도로 말이다. 쿠폰 하나로 마음을 표현할 수 있어 좋고, 간단하게 받아 사용할 수 있어서 많은 사람이 좋아하는 선물인 모바일 쿠폰. 식사, 커피, 쇼핑, 건강식품, 옷 등 여러 가지가 있으니 받을 사람을 떠올리며 가장 어울리는 쿠폰을 건네 보도록 하자. 오고 가는 쿠폰 속에 우리의 마음도 쌓여 갈 테니.



고마우면 함께 떠나는 거야!
여행

그 어떤 선물보다 사실 함께하는 시간을 마련하는 만큼 좋은 것도 없을 터. 함께하기에는 여행이 제격이다. 실제로 코로나19가 찾아 들면서 여행을 떠나는 사람이 많아졌는데, 평소 고맙고 마음 맞는 사람끼리 여행을 계획해 보는 것도 좋은 선물이 될 것 같다. 다수의 독자들은 "부모님과 함께 여행 가고 싶어요"라는 답변을 내놓기도 했는데, 이 답변에서 느껴진다. 그 누구보다 고마운 존재는 가족, 가족과 함께하는 여행은 즐거울 것이라는 마음이.



세상의 모든 향기 나는 것들은 옳다!
꽃다발

선물만 주기는 머쓱하고, 뭔가 더 주고 싶을 땐 향기 가득 꽃다발만큼 좋은 것도 없다. 꽃은 남녀노소를 불문하고 보기만 해도 기분이 좋아지기 때문. 사실 꽃은 꽃 그 자체만으로도 존재감을 발휘해서 단독으로 선물해도 모자라지가 않다. 그래서인지 어떤 독자는 고맙다는 말로는 다할 수 없는 고마운 존재, 부모님에게 꽃다발을 선물하고 싶다는 의견을 밝히기도 했다. 연로하신 부모님이 아름다운 꽃처럼 화사하게 웃길 바라는 마음을 담아서. 🌸

7+8월호 설문 주제

7+8월호 테마는 '놀라움'입니다. 살다 보니 '이렇게 놀라운 물건이 있나?' 싶을 정도로 기상천외한 물건들을 만나게 되더라고요. 독자 여러분들이 생각하는 "생각할수록 놀라운 물건들은 무엇인가요?"

<따뜻:한난> 웹진을 통해 설문에 참여하세요. 설문에 참여한 분들 중 추첨을 통해 문화상품권을 드립니다.

참여 기간 2022년 7월 13일(수)까지





꽃잎 한 장처럼
곱디고운 그녀처럼



이해인 수녀

스무 살이 되던 1964년, 성 베네딕도 수녀원에 입회했다.
이해인 수녀는 '넓고 어진 바다 마음으로 살고 싶다'며 '해인'이라는 필명으로
1970년 천주교 잡지 <소년>에 글을 기고했고, 1976년 첫 시집 <민들레의 영토>도 펴냈다.
이후에도 위로와 사랑, 고마움에 대한 글로 많은 사람의 마음을 따뜻하게 감싸준 이해인 수녀.
그런 그녀를 나태주 시인은 "우리 마음 깊이 새겨져 영원히 지워지지 않는 꽃잎"이라고 말했다.
꽃잎처럼 곱디고운 이해인 수녀를 만나고 싶었다. 수도자로서 55여 년,
시인으로서 45여 년을 은총 속에 살았으니 그저 감사할 일밖에 없다는 그녀와 대화를 나눴다.
초록의 나무들이 싱싱한 향기를 뿜어내고 아카시아 가득한 산 숲에서 뻐꾹새가 노래하는 초여름의 어느 날.

Text 박영화 Photo provided 센터, 한영희



Q.수녀님의 근황이 궁금합니다. 시를 쓰는 시간 외에 어떻게 시간을 보내시나요?

A. 사실 시는 짬짬이 자투리 시간을 이용해서 쓰는 것이고요. 전국 각지에서 보내오는 편지들에 답신도 보내야 하고, 읽으려고 모아둔 책도 읽어야 하고, 가끔은 약속된 방문객도 만나야 하고, 정해진 공동기도 모임에도 나가야 하고, 그날이 그날 같은 일상도 바빠 보내는 편입니다.

Q.해야 할 일이 아닌 좋아하는 일은 뭔가요? 수녀님의 취미가 궁금합니다.

A. 솔방울 줍는 것, 조가비 줍는 것, 다양한 스티커를 이리저리 구성해서 고운 카드 만드는 것, 그리고 좋은 격언을 모으는 것, 신문이나 잡지에 소개된 여러 종류의 미담들을 오려두었다가 소개하는 것, 실제로 목

격한 아름답고 따뜻한 풍경이나 사람들의 모습을 잊지 않고 적어두었다가 되새김하는 것, 인류사에 빛나는 이웃 사랑으로 별이 된 주인공들을 조금씩이나마 닮고자 애쓰는 따라쟁이가 되려고 노력하는 것을 변함없는 취미로 삼고 싶습니다.

Q.수녀원에 해인글방이라는 곳이 있더라고요. 그곳에서 글을 쓰는 시간이 수녀님에게 어떤 시간인가요?

A. 해인글방은 수녀원 내에 있는 전시설 겸 작업실이에요. 그곳에서 글을 쓰기도 하는데, 사실 해인글방보다는 침실에서 시를 빚을 때가 많아요. 누구의 방해도 받지 않아 조용하고 아늑하기가요. 또 어떤 특정 장소가 아니라 성당이든 정원이든 생각이 날 때마다 즉석에서 메모하곤 해요. 그래서 옷 주머니에 메모지가 늘 준비되어 있지요. 해인글방에서는 글을 최종적으로 정리하는 편입니다.

Q.수녀님은 글을 쓰실 때 어디에서 영감을 받으시나요?

A. 저의 시는 사실 일상의 소임과 기도에서 건져 올린 하나의 열매이지요. 가끔은 청탁을 받고 거기에 맞추어서 쓸 때도 없진 않으나 대부분은 일기를 적듯이 그냥 떠오르는 생각들을 틈틈이 단편적으로 메모를

해 두었다가 마음과 시간의 여유가 생길 때 정식으로 다듬는 편입니다. 주제는 자연, 생활 체험, 사람이나 책과의 만남에서 교감하며 얻은 감동 등이지요. 신분의 특성상 단조로운 듯하면서도 다양하죠.

Q.신간 <꽃잎 한 장처럼>은 어떤 책인가요?

A. 총 4부로 구성되어 있어요. 1부는 더러 지면에 발표했으나 안 한 것이 더 많은 최근의 시들을 담았고, 2부엔 얼마 동안 경향신문에 연재했던 시 편지를, 3부엔 이런저런 기념 시와 글을 담았습니다. 그리고 4부엔 저의 일상생활을 궁금해하실 독자들을 위해 지난 1년간 메모해 둔 일기 노트의 일부를 실었습니다. 이번 책의 삽화를 '오리여인'이란 분이 밝고 재밌게 그려주셔서 독자들에게 더 좋은 반응을 얻고 있다고 생각합니다.

Q.책 제목을 <꽃잎 한 장처럼> 시 제목으로 정하셨는데요. 특별한 이유가 있으신가요?

A. 꽃에 대한 시나 묵상 그런 건 많이 했는데, 이번에는 꽃잎에 대해 글을 썼어요. 수녀원의 벚꽃도 예쁘고, 바람에 날리는 꽃잎들이 예쁘거든요. 꽃잎을 보면서 꽃잎 하나하나가 저와 친구를 나누는 사람들의 모습처럼 보이기도 했어요. 제가 인연을 맺은 모든 사람에 대한 감사의 마음을 천국에도 가져가겠다는 마음으로 쓴 것 같아요.

Q.따뜻한 글로 많은 분들께 위로와 행복을 전해주고 계신데요. 수녀님에게 고마움을 표현한 분 중 기억에 남는 분이 있을까요?

A. 여러 사람이 있지만 특히 기억에 남는 이들은 1980년대 말 교도소에서 애절한 편지들을 보내온 사형수들이 먼저 생각합니다. 또 제가 암 투병으로 아플 때 담임 선생님과 함께 위로와 감사의 글을 적어 보낸 울산 학생여고 학생들도 생각합니다. 아, 제 수필그림책 <우리 동네>를 읽고 그림편지를 보내온 초등학교생들의 편지글도 잊을 수 없네요. 수많은 편지 중 아직도 잊히지 않는 글들이 있어요. "수녀님과 동시대를 살고 있어서 참 좋아요", "수녀님은 우리의 보물이에요", "늘 좋은 글을 읽게 해주셔서 감사해요", "아픈데도 잘 버텨줘서 고마워요". 이 글을 읽으면 제가 오히려 힘을 얻게 되어서 고마운 마음입니다.

Q.사람들은 고마운 마음을 표현하는 걸 어색해하고 어렵게 느끼곤 하는데요. 고마움을 어떻게 표현하는 게 좋을까요?

A. 마음으로 고맙지만 그래도 언어로 표현을 안 하면 전달이 안 될 때가 더 많아요. 그러니 다소 쑥스럽고 어색하게 여겨져도 의식적으로 표현하려는 노력이 필요하다고 봅니다. 수녀원에서는 지나칠 정도로



<꽃잎 한 장처럼>은 제가 인연을 맺은 모든 사람에 대한 감사의 마음을 천국에도 가져가겠다는 마음으로 쓴 것 같아요.

마음으로 고맙지만 그래도 언어로 표현을 안 하면 전달이 안 될 때가 더 많아요. 그러니 다소 쑥스럽고 어색하게 여겨져도 의식적으로 표현하려는 노력이 필요하다고 봅니다.

"용서하십시오", "감사합니다"라는 말을 많이 하는데 그래야 몸에 배고, 좋은 습관으로 자리 잡을 수 있다고 생각합니다.

Q.수녀님은 언제 행복을 느끼시나요?

A. "올해는 희수(喜壽)가 아니신지요?" 어느 독자의 문자를 받고 깜짝 놀라 뜻을 찾아보니 77세를 의미하더라고요. '어느새 내 나이가 그리되었을까?'라는 생각이 들더군요. 그러곤 '77세답게, 50년 이상을 수도원에 살아온 수녀답게 곱절로 더 기쁘게 더 행복하게 살아야겠다'라고 다짐했습니다. 언제 특별히 행복하냐고 묻는다면 매 순간순간이 설렌다고 말하고 싶어요. '행복과 숨바꼭질하는 설렘의 기쁨'이 나를 가슴 뛰게 만드니 삶이 지루할 틈이 없죠. 아침에 눈을 뜨는 순간부터





주어진 하루에 감사하고, 해야 할 일들을 새롭게 디자인하는 즐거움
궁리가 많아 행복한 인생 학교의 실습생으로 생활하고 있습니다.

Q.어떻게 살아야 수녀님처럼 행복을 느끼면서 살 수 있을까요?

▲ 한 번밖에 없는 삶을 긍정하고 살았으면 좋겠습니다. 자칫 자기 존재
를 부정하고 평생을 툴툴대다가 삶을 끝낼 수도 있어요. 죽는 순간에
'아유, 그러지 말걸' 후회하잖아요. 그러지 않으려면 평소에 감사하는
연습과 사랑하는 연습을 놓치지 말고 시간을 잘 활용하시라고 말씀드
리고 싶어요.

**Q.수녀님은 존재만으로도 우리에게 큰 위로와 축복을 주시는데요,
수녀님도 멘토가 있으신가요?**

▲ 초등학교 때부터 나이팅게일과 퀴리 부인처럼 인류에 기여한 여성상
에 대해 위인전으로 많이 접한 데다 거기에 언니와 어머니를 합한 상
을 멘토처럼 품었다고 할 수 있어요. 여성으로서 훌륭한 사람이 되려
면 이웃을 향한 이타적인 삶을 살아야겠구나 여겼으니까요. 어머니
태내에서부터 또 태어나자마자 세례를 받은 입장하기에 신앙을 이룬

이 아니라 생활로 받아들였습니다. 성당에서 기도하는 엄마 모습을
품게 된 거죠. 그런 엄마가 안 계셨으면 수도 생활을 하기에 많이 힘들
었을 겁니다.

**Q.코로나19로 인해 다들 힘든 시간을 보내고 있는데요. <따뜻:한나>
독자 여러분께 위로의 말씀 부탁드립니다.**

▲ 힘들어도 힘내자. '어둡다고 불평하는 것 보다 촛불 한 개라도 켜는 것
이 더 낫다'는 격언도 함께 기억하면서요. 아직은 이렇게 살아있음을
함께 기뻐하고, 함께 힘과 지혜를 모으며, 인내와 용기를 키우자고 말
하고 싶습니다. 이 힘든 시간을 보내면서 옛날에 당연한 것들이 이제
당연하지 않게 됐어요. 사소하고 평범한 것에 대해 감사하고 그 중요
성을 깨닫게 되는 계기가 된 것 같아요.

Q.수녀님은 어떤 바람이 있으신가요?

▲ 큰바람은 없습니다. 자연의 나이 77세가 되고 보니 제가 수도공동체
의 일원으로서 끝까지 성실하고 겸손하게 삶의 마침표를 찍고 싶은
게 바람이라면 바람일 것 같네요. 🍀

고맙다는 말

- 이해인 -



사랑하는 친구야
네가 내게 고맙다는 말을
되풀이할 적마다
내 마음엔
기쁨의 폭포 하나 생기고
그 위로 무지개가 뜨네

내가 너에게
고맙다는 말을
되돌려 줄 적마다
오랜 시간 봉오리로 닫혀 있던
흰 송이 꽃의 문이 열리는
황홀함을 맛본다고 했지?
말로는 다 표현을 못 한다고 했지?

세상에 살아 있는 동안
우리 그냥
오래오래
고맙다는 말만 하고 살자

이 말 속에 들어 있는
사랑과 우정
평화와 기도를
시들지 않는
꽃으로 만들자
죽어서도 지지 않는
별을 뜨게 하자
사랑하는 친구야



<따뜻:한나> 독자들을
고맙습니다!
이 해 해마다
이 해 해마다



QR코드를 스캔하시면 이해인 수녀와의 인터뷰 영상을 만나보실 수 있습니다.
또한 이해인 수녀가 낭독하는 <고맙다는 말>을 들으실 수 있습니다.



적극적인 공공데이터 공유로 사회적 가치를 높인다



한국지역난방공사가 공공데이터 제공 운영실태 평가에서 우수한 성적을 거두며 공기업 1군에서 2위의 영예를 안았다. 한남은 앞으로도 적극적으로 데이터를 제공해 에너지 데이터 거래 활성화 및 재생에너지 발전에 기여할 계획이다.

Text 편집실 Data 한국지역난방공사

4차 산업혁명시대의 국가 핵심 자원

공공데이터는 공공기관이 생성하거나 관리하고 있는 자료 또는 정보를 말한다. 기관이 업무를 수행하며 만들어낸 텍스트, 수치, 이미지, 동영상, 오디오 등 다양한 형태의 모든 자료 및 정보를 공공데이터라고 볼 수 있으며, 우리나라는 2013년 공공데이터 축진을 위한 법률이 시행되었다. 또한 공공데이터를 누구나 무료로 자유롭게 활용할 수 있도록 개방·제공을 의무화하는 것을 정부3.0 핵심 정책으로 세웠다.

정부는 “데이터가 국가 핵심 자원인 4차 산업혁명 시대에 고품질의 공공데이터가 선제적으로 개방되어 적극 활용될 수 있도록 해야 한다”라며, “국민과 기업이 원하는 공공데이터를 언제 어디서든 활용할 수 있도록 공공데이터 제공 수준을 높여 나가겠다”라고 강조한 바 있다.

한남은 일찍이 이를 간파하고 공공데이터 개방을 통해 사회적 가치를 높이기 위해 노력해왔다. 그 노력들을 살펴보면 이렇다. 빅데이터 플랫폼을 통해 고품질의 데이터 생산 및 활용 기반을 마련했고, 국민에게 공공데이터 포털을 통해 지역난방설비 열효율 현황 등 지역난방 관련 자료를 제공하고 있다.

적극적인 데이터 공유로 ESG 경영 실천

그뿐만이 아니다. 국민과 민간기업의 데이터 수요를 파악하고 제공하기 위해 대국민 설문을 시행하였으며, 그 결과를 바탕으로 신재생 에너지 관련 데이터 등

24건을 신규로 개방하고, 개방 데이터별 주기적인 업데이트를 통해 데이터의 최신화도 추진했다.

특히 녹색에너지를 제공하는 공기업으로서의 소임을 다하기 위해 노력한 점도 빼놓을 수 없다. 태양광 발전량 데이터를 개방해, 민간 기업이 태양광 발전량 예측 모델을 개발하고 재생에너지 발전량 예측 기술을 확보할 수 있도록 재생에너지 발전에 기여하기 위한 활동을 이어간 것이다.

지난해 9월에는 가스터빈 소모자재 436종에 대한 국산화 현황 정보를 공공데이터 포털에 개방해 민간 기업의 발전설비 국산화를 지원하고, 동일 발전기를 운영하는 기업에 국산 자재가 확대 적용될 수 있도록 발전설비 개발 생태계 마련에 힘쓰기도 했다. 이렇게 한남은 적극적인 데이터 공유에 앞장서며 ESG 경영을 실천해왔다.

공공데이터 제공 운영실태 평가 우수기관 선정

행정안전부는 2018년부터 매년 중앙행정기관, 지방자치단체, 공공기관 등 전국 548개 기관을 대상으로 공공데이터의 제공 기반조성·현황 등을 평가하고, 우수기관을 선정하고 있다.

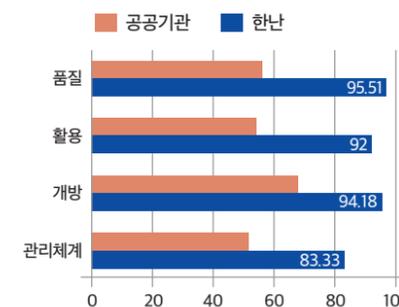
2021년 공공데이터 제공 운영실태는 공공데이터 개방, 활용, 품질, 관리체계, 기타 등 5개 영역의 16개 지표를 선정하고 2020년 10월부터 2021년 9월까지의 기관별 운영 실적을 평가했다. 올해는 548개 기관 중 186개 기관이 우수기관으로 선정되었다. 이번 평가에서 한국지역난방공사는 총 95.97점으로 우수등급을 획득했으며, 공기업 1군 가운데 2등의 영예를 안았다.

한남은 여기서 안주하지 않고, 국민과 함께하는 탄소중립 에너지 공기업으로서 적극적인 공공데이터 공개를 통해 사회적 가치를 적극 이행할 계획이다. 🍎

■ 2021년 공공데이터 제공 운영실태 평가항목



■ 공공기관 대비 평균 점수 비교



PLUS+

한남과 함께하는 청렴한 세상 '블루휘슬'을 소개합니다!



건강한 청렴문화 함께 만들어가요!

한남은 부패행위 신고·적발 중심에서 칭찬하는 분위기로의 전환을 통해 신뢰 기반의 건강한 청렴문화를 조성하기 위해 블루휘슬 제도를 도입해 운영하고 있습니다.

블루휘슬이란?

블루휘슬 제도는 공사 신고 제도인 '레드휘슬'과 반대되는 개념으로 청렴문화 조성 기여 및 업무 또는 행동에서 모범이 되는 직원을 칭찬하는 제도입니다. 내·외부인이 적극적인 업무 활동, 청렴문화 조성 기여 및 모범이 되는 한남 직원을 칭찬할 수 있습니다. <따뜻·한남> 독자 여러분의 많은 관심과 참여 바랍니다.

칭찬 방법

- 외부
칭찬 대상자와 사유를 통합신고센터(레드휘슬)* '미담사례'에 등록
*www.redwhistle.org
- 내부
칭찬 대상자와 사유를 한남포털 '블루휘슬' 게시판에 등록하고, 댓글로 공감을 표시



ESG 경영전략 수립을 통해 ESG 리더로 우뚝 서다

환경, 사회, 지배구조의 약자인 ESG.

오늘날 세계는 ESG에 집중하고 있으며, 기업과 기관들은 이러한 흐름에 발 빠르게 대응하고 있다. 이에 한국지역난방공사도 ESG 경영에 박차를 가하기 위해 ESG 경영전략을 수립했다.

Text 편집실 Data 한국지역난방공사

환경과 사람을 향하는 ESG 리더

세계적으로 ESG 경영에 대한 관심이 많이 늘어났다. 물론 우리나라도 마찬가지다. 정부는 지난 2월 공공기관 알리오(Alio) 통합공시 기준을 개정해 ESG와 관련된 경영 평가 사항을 대폭 강화했으며, 민간 부문은 공공 부문보다 더 적극적으로 ESG 경영에 대응하고 있는 현실이다. 이러한 시대적 흐름에 발맞춰 한국지역난방공사도 '환경과 사람을 향하는 ESG 리더'라는 비전을 바탕으로 공공기관 ESG 경영에 앞장서고 있다.

ESG 경영을 선도하는 한난

이미 한난은 국내에서 가장 공신력 있는 한국지배구조원 ESG 평가에서 2년 연속 A등급을 달성했고, 2021년에는 상장공기업 1위를 차지하기도 했다. 또한 지난해 한국표준협회가 발표한 '2021년 대한민국 지속가능



성 대회'에서도 2년 연속 산업통상자원부 시장형 공기업 부문 지속가능성 1위 기업으로 선정된 바 있다.

한난은 공공기관 ESG 경영을 선도하고 경영활동 전반에서 비재무적 활동의 가치를 효과적으로 측정하기 위해 사회적 가치를 화폐화하여 측정하는 모델을 개발했으며, 한발 더 나아가 ESG 성과를 측정할 수 있도록 성과측정모델을 고도화하기도 했다. 이를 통해 ESG 경영의 중점요소를 화폐적 가치로 가능해 환경·일자리·상생·안전 등 ESG 경영 활동의 사회적 영향력을 측정할 수 있게 되었다. 또한 사회적 임팩트 측정모델을 개발하여 푸르메어주팜, We 포레스트 등 ESG 연계 사업의 사회적 파급효과를 측정하였다.

중장기 관점에서 ESG 경영전략 수립

한난은 지난 4월 2022년도 제1차 ESG위원회를 개최하여 ESG 경영전략을 심의·의결했다. 환경, 사회, 지배구조 3대 전략방향을 설정하고 12대 전략과제와 36개 세부 추진과제를 설정해 ESG 경영계획을 구체화했다. 중장기 ESG 경영전략은 5년마다 수립하고, 부서별 실행과제는 사업계획과 연계하여 실적점검과 피드백을 통해 체계적인 관리를 도모할 계획이다.

ESG 경영의 고도화를 위하여

한난은 ESG 경영 실천을 위해 지난해 12월 '노사 공동 ESG 경영'을 선언하고, 기후변화 대응과 공동체의 지속가능한 발전을 위해 ESG 경영의 의미·역할·포부 등을 담은 공동선언문을 채택했다. 이를 통해 단순히 ESG 경영을 선언하는 것에서 머물지 않고 이해관계자들이 동참할 수 있도록 'ESG 실천 Movement'를 집중 시행했다. 대표적인 활동으로 사회공헌성금 기부, 국민 대상 메타버스 ESG 토크콘서트, 출자사와 함께하는 '착한기업 돈줄내기' 프로젝트 등을 추진했다.

한난은 이러한 ESG 경영 내재화 활동 및 중장기 관점에서의 전략적 추진을 통해 ESG 경영체계를 지속적으로 고도화함으로써, ESG 경영을 선도하는 대표 탄소중립 에너지 공기업으로 우뚝 선다는 계획이다. 🌱

한국지역난방공사 ESG 전략 체계도

비전

슬로건

핵심 성과목표 (2026년)

3대 전략방향

12대 전략과제

36대 추진과제

실행 체계

환경과 사람을 향하는 ESG 리더

“Our Energy, Save Green Value”

ESG 평가 S등급

- CDP **A등급**
- 일자리 창출 **3.5만 명**
- 종합청렴도 **1등급**
- 탄소배출 원단위 **4.1% 감축**
- 안전관리 등급 **1등급**
- 국민소통지수 **92점**

Environment

청정 미래환경 조성

Social

안전·포용 사회 구현

Governance

지속가능경영 선도

- 1 환경경영 체계 고도화
- 2 온실가스-대기질 관리
- 3 친환경 신재생에너지로 전환
- 4 에너지·자원 관리로 효율성 강화

- 5 지속가능 일자리로 포용적 성장 기여
- 6 인간 존중의 행복한 일터 조성
- 7 집단에너지 상생 생태계 조성
- 8 선제적 대응으로 안전 사회 실현

- 9 지배구조 전문성, 투명성 강화
- 10 청렴·공정문화 확산
- 11 ESG 경영체계 확립
- 12 소통 활성화 및 정보공개 확대

- 13 탄소경영체제 전환
- 14 환경경영 성과 관리
- 15 환경투자 활성화
- 16 온실가스-대기질 감축설비 구축
- 17 탄소 감축 기반 마련
- 18 국민 체감형 기후변화 대응
- 19 친환경 에너지 전환
- 20 수소 기반 신사업 추진
- 21 신재생 에너지 의무제도 대응
- 22 에너지 효율 인프라 구축
- 23 수요측 에너지효율 향상
- 24 효율적 자원 순환 관리

- 25 業 기반 일자리 확대
- 26 사회문제 해결 일자리 강화
- 27 ESG 중심 양질의 고용 창출
- 28 직원 성장 추구
- 29 인사 혁신
- 30 인권경영 실천
- 31 동반성장 실현
- 32 공급망 대상 ESG 확산
- 33 국민체감 서비스 개선
- 34 스마트 안전시스템 구축
- 35 안전책임제 실현
- 36 정보보호 실현

- 37 이사회 내 ESG 리더십 강화
- 38 이사회 전문성 제고
- 39 주주 권리 확대
- 40 윤리경영 실현
- 41 기업 투명성 강화
- 42 윤리·투명 거버넌스 구축
- 43 ESG 경영기반 구축
- 44 ESG 성과관리 운영 고도화
- 45 ESG 평가대응 및 공시 확대
- 46 지역사회 소통 활성화
- 47 내부 임직원 소통 활성화
- 48 ESG 정보 및 데이터 공개 확대

P-D-C-A Cycle에 의한 성과관리

PLAN

- 5년 단위 경영전략
- 연간 실행계획 수립

DO

- 부서별 과제 실행
- 사업계획 등과 연계

CHECK

- 연간 2회 실적점검 (ESG 위원회 보고)

ACTION

- ESG 평가 및 측정
- ESG 보고서 공시(5월)

환자 회복을 위한 최선의 환경, 안정적 지역난방으로부터

인제대학교 일산백병원&고양사업소 고객설비지원TF

병원의 본질적인 역할은 환자의 회복이다.
환자가 최적의 치료를 받고 일상으로 복귀하기 위해서는
안정적인 환경이 필수가 되어야 하는 터.
인제대학교 일산백병원과 고양사업소 고객설비지원TF는
환자 회복이라는 단 하나의 목표를 향해 끈끈한 협력을 이어가고 있다.

Text 김주희 Photo 정우철

GOOD ENVIRONMENT,
GOALS, COOPERATION

인제대학교 일산백병원 정보	
개원	1999년
병상	638병상
2021년 열 사용량	4260.9Gcal
기계실 설비 현황	난방 열교환기 5대 급탕 열교환기 3대



환자들이 치료와 케어에만 집중하는 데 지역난방이 큰 도움이 됩니다. 전화 한 통만으로도 신속하게 대응해주는 고양사업소 직원분들 덕분에 늘 든든합니다!

인제대학교 일산백병원



환자 안전을 최우선으로 하는 '일산백병원'

인제대학교 일산백병원(이하 일산백병원)은 1999년 개원한 이후 지속적인 성장을 거듭하며 일산과 파주, 김포가 위치한 경기서북부지역 의료 서비스의 중추적인 역할을 담당하고 있다. 우수한 의료진과 최첨단 의료장비를 바탕으로 한 수준 높은 의료 서비스와 양질의 의료 혜택을 제공한다. 무엇보다 환자 안전을 최우선으로 하는 환자 중심의 서비스로 고객에게 사랑을 받고 있다. 특히 환자가 심신을 회복하고 치료에만 집중할 수 있는 환경을 제공하기 위해 시설 및 환경 관리에도 공을 들인다. 이 중심에 선 곳이 바로 기계실이다.

기계실은 일산백병원의 외래 환자와 입원 환자 모두가 쾌적하고 안전한 환경을 누릴 수 있도록 각종 제어 설비의 유지·보수 업무를 담당한다. 하루에도 수없이 오가는 환자와 보호자가 조금의 불편함을 느끼지 않도록 하는 것이 기계실의 미션이다. 지난 2002년부터 기계실에 근무한 이상철 실장은 병원을 또 하나의 '집'이라고 정의했다.

"병원은 환자들에게 삶의 터전과 다름없습니다. 특히 병동의 경우 말 그대로 '생활'을 하는 곳이기에 24시간 난방과 급탕을 원활히 공급해야 합니다. 특히 겨울철에는 창가에서 찬바람이 들어올 우려가 있어 그때그때 난방의 강도를 달리합니다. 빠른 회복을 위해서는 환자가 마음 편히 휴식할 수 있어야 하잖아요. 늘 상황을 예의주시하며 적절한 관리를 취합니다."

일산백병원은 개원 초창기부터 지역난방을 공급받았다. 기계실과 가장 가까이에서 협업하는 고양사업소 고객설비지원TF 전지용 대리 또한 병원의 특수성에 대해 깊이 공감하며 각별한 주의를 기울이고 있다.

"일반 건물이 아닌 환자 고객이 많은 병원이어서 안정적인 지역난방 열 공급에 신경을 곤두세우고 있습니다. 주기적으로 병원을 방문해 꼼꼼히 정기점검을 진행하는 것은 물론 보수가 필요한 부분을 안내하고 있어요. 또한 병원 측에 도움이 될만한 다양한 지원사업에 대해 안내하는 등 꾸준한 소통과 교류를 이어가고 있습니다."

밀착 소통으로 상호 간에 시너지 UP!

한난과 일산백병원 사이에 교류가 많을수록 열 공급이 더욱 안정적이고 원활해지는 터. 양 파트너는 평소에도 정보와 지식을 활발히 공유하는 과정을 통해 신뢰 관계를 구축해왔다. 특히 일산백병원은 상시 열 공급이 이뤄져야 하는 특수 사용자 지역난방 사용자시설 관리자 교육에 꾸준히 참여하고 있다. 이상철 실장은 현장 실무자로서 한난이 제공하는 교육에 대한 만족감을 드러냈다.

"교육을 통해 현장 대응력을 높일 수 있었습니다. 평소에 잘못 판단한 부분들은 없는지 체크하기도 하고요. 또 정보와 지식은 항상 업그레이드되지 않습니까. 최신 정보를 습득하기에도 좋지요. 그 외에도 현장에서 이슈가

발생할 때면 고양사업소에서 많은 도움을 줍니다. 과거 난방 온도가 떨어져서 민원이 발생한 적이 있었는데, 영상 통화를 통해 신속하고 정확하게 문제를 해결할 수 있었습니다."

기계실 박대홍 기사와 박종근 기사 또한 "고양사업소와의 활발한 소통으로 현장이 늘 든든합니다. 소속은 다르지만 하나라는 유대감으로 협업하지요"라고 덧붙였다. 갑작스러운 상황을 해결하기 위해서는 평소에 다져놓은 신뢰감이 중요한 터. 고객설비지원TF 권경호 팀장은 기계실의 자체적인 노력에 감사의 마음을 표현했다.

"병원에서 문제가 발생하면 사회적으로 큰 문제가 될 수 있습니다. 하지만 일산백병원은 민원이 거의 없어요. 기계실 실장님과 직원들이 관리의 중요성에 대해 늘 인지하고 자체적으로 업무 체계를 확립한 덕분에 큰 문제 없이 현장이 돌아가고 있습니다. 또한 한난 고양사업소와 적극적으로 커뮤니케이션하면서 사소한 이슈 하나라도 발생하지 않도록 노력합니다."

최근 일산백병원은 새로운 변화를 꾀하고 있다. 환자들이 기존보다 편리하고 안전하게 검사와 수술, 진료를 받을 수 있도록 증축 공사를 진행 중이다. 기계실 또한 늘어날 지역난방과 급탕 수요에 대응하기 위해 관련 설비 증량에 한창이다. 고양사업소 고객설비지원 TF는 적극적인 협력을 약속했다. "설비 증설 공사 과정이 어렵고 복잡한 것으로 알고 있습니다. 관련 승인도

받아야 하고요. 앞으로 연락을 더 자주 하면서 불편한 점이나 어려운 점에 대해 발 빠른 피드백을 제공하겠습니다."

고양사업소와 일산백병원은 서로에 대한 신뢰를 확인하며 환한 미소를 지었다. 이상철 실장 또한 지역난방의 중요성과 연대의 힘을 강조하며 밝은 미래를 그렸다.

"한난과 함께한 지 벌써 20년이 지났습니다. 그동안 고양사업소는 지역사회에 깊이 파고들며 고객의 일상을 더욱 편리하게 이끌어왔습니다. 앞으로도 선한 영향력을 선사하며 지역난방이 더욱 안정적이고 활성화될 수 있도록 힘써주길 부탁드립니다. 저희도 빈틈없는 시설관리를 통해 적극 협조하겠습니다".

일산백병원 증축 공사가 끝나면 더 많은 고객이 지역난방 서비스를 사용할 텐데요. 앞으로도 일산백병원과 함께 고객 만족을 높이는 데 힘을 모으겠습니다!

고양사업소 고객설비지원TF



왼쪽부터 고양사업소 고객설비지원TF 전지용 대리, 권경호 팀장 일산백병원 시설부 기계실 박종근 기사, 이상철 실장, 박대홍 기사

'탄소 없는 사회' 만든다 탄소중립 발 벗고 나선 글로벌 도시들

기후위기에 제동을 걸기 위해 국제사회가 공동대처에 나선 가운데,
도시 차원의 탄소중립 실천도 본격화하고 있다.
지속가능한 미래를 위해 사회안전망 구축에 앞장서고 있는
글로벌 탄소중립 대표 도시들을 알아본다.

Text 윤진아 Reference <탄소중립 그린도시 선진사례 분석>(강영은 KEI 세미나 발표자료),
<해외 탄소중립 도시 사례>(유정민 KEI 세미나 발표자료)



독일 프라이부르크

프라이부르크는 '태양의 도시'로 불린다. 친환경 에너지 마을로 유명세를 타고 있는 보봉(Vauban) 마을에서는 '플러스에너지 하우스'를 쉽게 찾아볼 수 있는데, 에너지 소비를 줄인 패시브하우스에 태양광 설비를 설치한 공동주택이다. 공동주택 한동에 보통 5가구가 살며 전력을 공동 생산하는데, 프라이부르크시에서 생산되는 전기는 4,000가구의 전기를 충족시킬 수 있는 양이라고 한다. 플러스에너지 하우스에 사는 주민들은 태양광 설비에서 생산되는 전기로 자체수요를 충족하고도 남아 전기요금 내지 않는다. 오히려 남아도는 전기를 인근 발전소에 팔아 월 평균 100~120유로(약 13~15만 원)의 수익을 거둔다고 한다.



영국 베드제드

베드제드는 '베딩톤 제로 에너지 단지(Bedlington Zero Energy Development)'의 줄임말로, 영국 최초의 탄소중립 복합개발도시이자 성공적인 환경친화적 주택단지로 알려져 있다. 베드제드는 화석에너지를 사용하지 않는 '에너지 자족형 교통수단'을 특징으로 하는데, 자동차 사용을 줄이고 거주·사무공간을 연계해 교통수요를 최소화했다. 또한, 단지 당 자동차를 1대 배정함으로써 자가용 사용을 억제하고 있으며, 자동차를 공용으로 사용하는 '공용차량제도'를 시행하고 있다.



프랑스 파리

파리는 탄소발자국을 줄이기 위해 도보, 자전거, 대중교통이 중심이 되는 '15분 도시(15-Minute City)'를 제시했다. 집에서부터 걷거나 자전거를 타고 15분 이내로 일상생활에 필요한 사무실·탁아소·병원·도서관·상점 등을 이용할 수 있는 근접도시를 만드는 것이다. 15분 도시에서 도로는 자동차를 줄이고 그린인프라를 갖춘 공간이다. 이를 위해 자전거를 타고 이동하는 탄소제로 교통 전환을 목표로 한다. 파리는 이러한 15분 도시 개념을 미니메스 지구(Minimes Barracks)에 적용했는데, 기존 건물을 공영주택·보육원·식당·사무실·클리닉 등으로 재건축하고 주차장은 공원으로 리모델링했다. 5분 거리에 있는 바스티유 광장 등은 교통 중심지에서 보행자 중심의 공간으로 재정비하고, 자전거 고속도로를 설치했다.



덴마크 코펜하겐

덴마크의 수도 코펜하겐은 코펜하겐 서울러, 스마트 주차, 스마트 사이클링을 중심으로 지속가능한 미래를 만들어 나가고 있다. '코펜하겐 서울러'는 폐기물을 효율적으로 관리하기 위해 만들어진 기관으로, 폐기물의 70%를 재활용하여 59,000톤의 이산화탄소를 감소하는 것을 목표로 한다. '스마트 주차'는 주차·교통상황 등 30여 개의 데이터를 축적해 빈 주차공간을 예측하고 찾아주는 서비스로, 주차시간을 줄여 그만큼 탄소배출도 줄이는 방식이다. '스마트 사이클링'은 자전거도로를 쉽고 편리하게 이용하게 함으로써 교통문제를 해결하고 나아가 탄소배출을 줄이는 정책이다.

'코펜힐(CopenHill·코펜하겐의 언덕)'이라 불리는 폐기물발전소도 빠뜨릴 수 없다. 폐기물을 활용해 전기를 만드는 친환경발전소로, 연간 40만 톤씩 폐기물을 처리해 15만 가구에 전기와 난방을 제공한다. 혐오시설로 치부됐던 폐기물처리시설과 발전소를 일상에 녹아들게 만들었다는 점도 주목받고 있다. 벽면과 지붕 등에 스키 슬로프와 산책로, 암벽등반시설을 갖춘 코펜힐은 주민과 연간 관광객 30여만 명이 방문하는 여가공간이자 관광명소가 됐다.



아랍에미리트 마스다르

아랍에미리트(UAE)에는 재생에너지를 적극 활용한 스마트 시티, 마스다르 시티(Masdar City)가 있다. 마스다르는 도시계획 단계부터 '탄소 배출, 폐기물 배출, 내연기관 차량'이 없는 3무(無)를 지향해 도시 에너지 사용량 전부를 재생에너지로 공급받도록 설계했다. 세계 최대 규모의 태양열발전소 '솔라타워'는 50°C에 육박하는 햇빛으로 물을 끓여 증기를 생산하고, 그 증기로 터빈을 돌려 연간 1만 7,500MWh의 전기를 생산한다. 또한, 마스다르는 플라스틱과 금속 등의 산업 쓰레기는 재활용하고, 생물학적 쓰레기는 분해해 비료로 사용하며, 생활 쓰레기는 소각해 연료로 사용한다. '화석연료 제로'를 달성하기 위해 모든 교통을 전기화한 것도 특징이다. 마스다르의 대중교통수단은 크게 무인자동궤도 운행차량(PRT), 오토넘(Autonom) 셔틀, 저상버스로 이뤄져 있는데, 모두 순수 전기차다. 장거리 이동은 철도가, 근거리 이동은 전기차 시스템이 담당한다. 여행객이나 직장인들은 도시 내 거점을 연결하는 LRT*를 이용해 목적지 근처로 이동하고, 거점과 목적지를 이동할 땐 PRT를 활용한다. 🚗

*LRT(Light Railway Transit)
지하철에 비해 수송규모와 차량무게가 상대적으로 작은 소형의 차량으로 중간 정도 수송능력을 가지는 새로운 교통시스템.



'모두'가 행복하게 사는 세상 따뜻한 사회를 만드는 따소미의 하루

사회는 혼자가 아니라 '우리'가 더불어 사는 세상이다. 서로의 다양성을 존중하고 함께하는 연대의식을 통해 공공의 가치를 창출하는 것이야말로 지속 가능한 사회를 만드는 길! 인권, 안전, 일자리 등 다양한 분야에서 사회적 책임을 다하는 따소미의 발자취를 소개한다.

Text 최선주 Illustr 정재경



나무도 심고!
가치소비도 하고!
봉사활동도 하고!
아~ 뿌듯한 하루^^



05:00 PM

5060 세대의 인생 2막을 응원하다

은퇴한 이웃 어른이 노후를 고민하시기에 따소미는 이렇게 말했다. "한난은 '5060 그린 체인지 메이커 사업'을 통해 5060 세대와 인력이 필요한 에너지·친환경 분야 사회적 경제기업을 매칭해 정규직 일자리를 창출하고 있습니다." "경제활동이 중단된 중장년층에게 일자리 기회를 주고 모두가 경제적 자립을 이루는 그날까지 노력할게요!"라고 말이다.

09:30 AM

상생을 싹 틔우는 나무 심기

한난의 대표적인 사회공헌사업 'We 포레스트'는 탄소중립과 더불어 지역사회 경제 활성화까지 실천할 수 있는 1석 2조 활동! 따소미도 대관령 숲길에 3년간 총 3만 그루의 나무를 식재하는 활동에 동참하기로 한다. 지구도 지키고, 숲길 주변의 마을기업도 돕고, 나아가 지역 경제를 육성한다니! 이보다 값진 땀방울이 또 있을까.

04:00 PM

봉사활동 계획 세우기

주위를 둘러보면 이웃사랑을 실천하는 방법이 많다. 그중 하나가 봉사활동. 따소미도 이웃사랑 실천을 위해 봉사활동을하기로 결심한다. 퇴근 후 헌혈 봉사에 참여해 혈액부족 위기 극복에 동참하고, 다문화 초등학교를 대상으로 한국어 교육 강사로 나서기로 했다. 주말에는 저소득층 집수리 봉사를 마친 후 독거노인의 말벗이 되어주는 봉사활동에도 참여하기로 결심한다.

06:00 PM

장애인과 같이 '가치'를 만들어요!

따소미는 높은 취업 문턱에 좌절해야만 했던 장애인과 함께 일하며 노동의 즐거움을 만끽했다. 한난이 참여한 국내 최초 컨소시엄형 장애인표준사업장인 '푸르메 여주팍'에서 말이다. 잠깐 설명을 덧붙이면 '푸르메 여주팍'은 발달장애인에게 지속 가능한 일자리를 제공하는 것을 넘어 장애인과 비장애인의 공존을 통해 사회적 통합을 실현하는 공간이다.

12:30 PM

점심 식사 후 쇼핑을 즐기는 따소미~

잠 내서 온라인 쇼핑이나 해볼까. 오늘은 그냥 쇼핑 말고 '바이 소셜(Buy Social)'에 도전! 바이 소셜은 사회적 경제 제품을 구매하며 지속 가능한 세상을 만드는 소비 방법이다. 취업 취약계층의 고용 창출에 앞장서는 기업의 옷을 구매해 또 하나의 일자리를 만드는 데 일조한다. 농산물 판매에 어려움을 겪는 영세 농민의 상품도 잊지 않고 장바구니에 담는다.

02:30 PM

지역난방 불만ZERO에 도전!

점심을 먹고 나서는 두 발로 직접 노후화된 지역난방 시설을 찾아 점검과 보수를 꼼꼼하게 진행하는 '난방 ON(溫) 서비스'를 수행한다. 국민이 지역난방 서비스를 원활하게 누릴 수 있도록 시설관리의 사각지대 해소는 물론, 지역 업체와 연계해 민간시장 창출까지, 동반 성장에도 '진심'이다.

08:00 PM

음식도, 생활용품도 함께 나눠요!

저녁 식사를 조리하고 남은 신선한 식재료는 버리지 않고 지자체 음식 기부 센터에 가져다준다. 결식아동이나 독거노인 등 저소득층을 위한 작은 기부활동이다. 평소 사용하지 않지만 상태가 양호한 옷이나 생활용품도 기부해 이웃에게 작은 도움이 되길 바라며!



"난방 ON(溫) 서비스를 이용하세요!"



"누구나 소외되지 않도록 행복하고 안전한 세상을 만드는 노력만큼 값진 게 또 있을까요?!"

우리 모두가 행복하도록! 사회적 가치를 창출하는 따소미의 이웃사랑은 사회에 작지만 밝은 빛을 선사할 거예요!"



한난이 직접 찾아가는 '난방 ON(溫) 서비스'



세대 난방 불편 사항을 한난이 해결해주는 서비스. 직원이 고객을 직접 찾아가 에너지 효율 제고는 물론 지역난방 사각지대를 해소하고 있다. 세대 난방설비를 무상으로 점검하며 수리가 필요한 경우 고객의 동의 하에 유상 진행한다. 난방 ON 서비스 시범사업은 오는 8월까지 진행된다.

대상 기업

사용설비 노후화 비율이 높은 성남시, 용인시 수지구, 고양시 지역난방 공동주택 입주인 중 난방 불편 고객

점검 내용

세대 난방설비 점검, 열화상 촬영 등

신청 방법

1688-2488(따소미 고객센터센터)

진행 절차

전화 접수 완료 ⇨ 상담 매니저와 방문 일정 조율 ⇨ 전문가 고객 집방문 및 점검 ⇨ 해피콜 등을 통해 점검 내용 사후 관리

자연과 낭만을 품은 동화 같은 휴식

광주전남지사 운영부 문기원 차장 부부

봄과 여름이 만나는 길목, 자연은 다채로운 명도와 채도의 풍경을 선사한다. 광주전남지사 문기원 차장 부부가 경기도 광주로 힐링 여행을 떠났다. 자연에 둘러싸인 쉼터에서 일상의 여백을 즐긴 하루. 서로의 존재가 더욱 짙고 선명하게 다가왔다.

Text 김주희 Photo 정우철



우리 침대 머리맡에 자리한 다정다감한 노부부의 그림처럼 오래오래 행복하게 살자.

문기원 차장

두 배의 축복을 품은 일상 심포

서울에서 두 시간 남짓 달렸을까. 평화로운 기운이 감도는 동네에 들어서자 초록의 농도도, 바람의 세기도, 나무 사이로 쏟아지는 햇볕의 결도 다르다. 문기원 차장과 아내 이현지 씨는 도심과는 사뭇 다른 풍경에 '여행'을 실감한다.

"오는 10월 쌍둥이 출산을 앞둔 아내를 위한 특별한 시간을 선물하고 싶었어요. 아내는 서울에서, 저는 전라도 광주에서 주말부부로 지내고 있는데 늘 애틋하고 미안한 마음뿐이에요. 아이들이 태어나기 전에 예쁜 추억과 사진을 남기고 싶었는데 좋은 기회가 닿았습니다. 오늘만큼은 아내에게 '멋진 하루'를 선물하는 남편이 되려고요."

문기원 차장의 고백에 힘을 실어줄 낭만적인 여행지는 경기도 광주시 곤지암. 교외의 작은 동네에 자리한 펜션에 짐을 풀었다. 동화 속 마을의 집처럼 아담한 벽돌 숙소가 맘에 드는 눈치다. 커튼을 열자 창밖으로 푸르른 나무와 작은 하천이 한눈에 들어온다. 아내 이현지 씨는 "그동안 야외 활동

경기도 광주의 또 다른 매력 즐기기

생태의 신비를 품은 화담숲

약 5만 평 규모의 생태수목원으로 소나무정원, 분재원, 이끼원 등 17개 테마원을 갖췄다. 폭이 넓고 경사가 완만한 산책로를 따라 여유로운 산책을 즐기 좋다. 왕복으로 20분 소요되는 모노레일을 타고 화담숲 전경을 감상하는 것 또한 색다른 재미를 선사한다.



성곽 따라 역사 따라, 남한산성

유네스코 세계문화유산으로 등재된 남한산성에서는 다양한 탐방 코스를 즐길 수 있다. 행궁과 성곽을 문화유산 해설사와 함께 돌아볼 수도 있으니 해설 시간을 체크해 방문하는 것도 추천한다. 탐방하기 전 백숙거리에서 든든하게 배를 채워도 좋다.



을 하지 못했어요. 마침 심한 입덧 기간이 끝나고 여행을 떠나고 싶었는데 남편이 좋은 제안을 해주셨어요. 우리 명랑이와 로랑이도 뱃속에서 좋아하고 있을 거라 믿어요"라며 설레는 마음을 드러냈다.

얼마 전, 부부에게 쌍둥이라는 두 배의 축복이 찾아왔다. 문기원 차장은 아내의 임신 소식을 알기 2주 전에 직접 태몽을 꿴다고. 아이들에게 명랑이와 로랑이라는 태명을 지어주고 예비 부모로서 행복한 나날을 보내는 중이다.

느린 걸음으로 동네 한 바퀴

숙소 정원은 색색의 꽃들과 아기자기한 조형물이 잔디와 어우러진 사랑스러운 풍경이다. 두 사람은 의자에 앉아 휴식을 만끽한다. 번잡한 도심에서 벗어나 싱그러운 풍경을 마주하니 눈과 마음이 정화되는 기분이다. 야트막한 산자락에 걸린 구름 한 점에 추억도 떠오른다. 문기원 차장에게 구름은 아주 특별한 의미이기 때문. "아내를 처음 본 그날 일기를 썼어요. 제주도 출신인 아내의 해맑고 청아한 모습에 반해 '제주도 몽게구름' 같다고 적었거든요." 남편이 풋풋한 추억을 풀어내자 아내의 얼굴에 미소가 번진다. "제가 몽게구름이라면 남편은 진득한 소나무 같달까요(웃음). 존재 자체만으로 항상 의지가 되고 든든합니다. 저의 가장 친한 친구이자 소울 메이트가 되었죠. 친정 집안일도 나서서 도와주니 참 고마워요. 또 경제관념도 뚜렷하고 재테크 정보도 많이 아는 남편에게 배우는 것도 많아요."

이제는 동네 한 바퀴를 느긋하게 걸어보기로 한다. 말갛고 청량한 바람이 얼굴에 닿자 몸과 마음이 한층 건강해지는 기분이다. 두 사람은 손을 꼭 잡은 채 보폭을 맞춰 걷는다. 문기원 차장은 '둘'의 힘을 여실히 느끼는 중이다. "결혼 전에는 집에서 혼자 라면을 끓여 먹곤 했거든요. 이제는 아내와 함께 오순도순 대화를 나누면서 밥을 먹습니다. 아내가 해주는 감바스가 그렇게 맛있더라고요. 또 오래전부터 아내는 여행을 취미로 즐겼거든요. 저는 여행을 많이 안 다니는 편이고요. 둘이 되면서 여행을 자주 하게 되었어요. 아내 덕분에 새로운 취미가 생긴 셈입니다. 돌아보니 어느새 우리 두 사람이 많이 닮았더라고요."

가족이라는 다디단 행복

평소에 떨어져 지내기에 주말이 더욱 소중한 두 사람. 함께 바라보는 소박한 풍경 하나하나가 행복하다. 사소한 일로 소리 내어 웃을 수 있다는 것. 함께하는 것만으로도 크나큰 행복을 느끼는 방법을 배운다. 여행이 두 사람에게 선사한 마법이다. 올가을이면 둘에서 넷이 될 가족은 어떤 행복을 꿈꿀까?

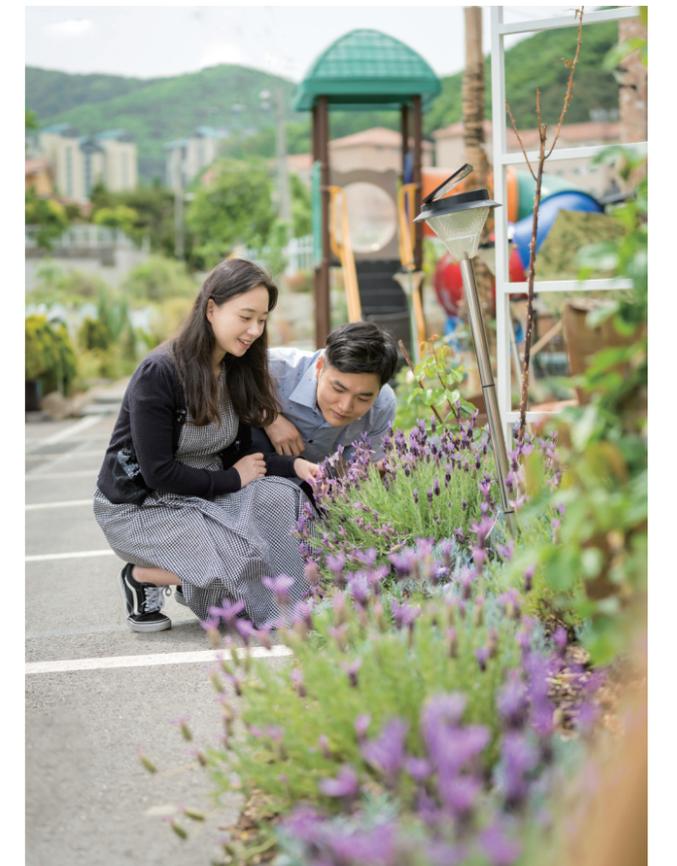
"어렸을 때 부모님과 캠핑을 한 추억이 굉장히 오래 기억에 남더라고요. 우리도 아이들과 여행을 많이 다니고 싶어요. 아이들을 지지해주고 믿어주

는 든든한 부모이자 친구가 된다면 정말 좋을 것 같아요. 웃음이 끊이지 않는 가족을 꿈꿉니다. 그러기 위해서는 우리 부부가 먼저 서로를 더욱 존중하며 사랑하는 모습을 보여주고요."

초여름을 한껏 만끽한 두 사람은 동네 카페에서 커피 한 잔의 여유를 즐긴다. 바쁘게 돌아가는 일상을 뒤로하고 오토이 둘에게만 집중하는 시간. 먼 훗날 돌아봤을 때 지금 이 시간이 더없이 소중한 추억으로 남아 있을 테다. 서로에게 '바라만 봐도 좋은 구름' 그리고 '언제나 그 자리를 지키는 나무'가 되어주는 부부. 가을에 만날 아이들과 행복이 겹겹이 쌓이는 나날을 보내길, 부모로서의 행복을 오래도록 누리길 바란다. 🍁

앞으로도 지금처럼 서로에게 가장 친한 친구로, 아이들에게 좋은 부모로, 예쁘게 살기로 해!

아내 이현지 씨



섬

동탄지사 고객지원부 고영실 주임



Audio

Book

“오늘 처음으로 이 책을 펼쳐 보게 되는 저 낯모르는 젊은 사람을 뜨거운 마음으로 부러워한다.” 알베르 카뮈의 서문으로도 유명한 장 그르니에의 에세이 <섬>. 올해의 절반이 지나는 시점이자 남은 한 해를 잘 보내기 위해 숨을 고르는 이때, <섬>과 함께 울여름을 시작하시는 것은 어떨까요?

Text-Voice 고영실 주임 Photo 배가람



인생을 결정짓는 순간

저마다의 인생에는, 특히 그 인생이 동터 오르는 여명기에는 모든 것을 결정짓는 한순간이 있다. 그 순간을 다시 찾아내는 것은 어렵다. 그것은 다른 수많은 순간들의 퇴적 속에 깊이 묻혀 있다. 다른 순간들은 그 위로 헤아릴 수 없이 지나갔지만 섬뜩할 만큼 자취도 없다. 결정적 순간이 반드시 섬광처럼 지나가는 것은 아니다. 그것은 유년기나 청년기 전체에 걸쳐 계속 되면서 결보기에는 더할 수 없이 평범할 뿐인 여러 해의 세월을 유별난 광채로 물들이기도 한다. 한 인간의 존재가 그 참모습을 드러내는 것은 점진적일 수도 있다.

책속이로

“듣는 서점은 한남 직원이 직접 책을 읽어주는 코너입니다. QR코드를 스캔하시면 고영실 주임이 읽어주는 <섬>을 들으실 수 있습니다. <따뜻한> 웹진에서도 듣기 가능합니다.



선택의 순간

나는 자신도 모르게 ‘무심’의 순간에서 ‘선택’의 순간으로 옮겨 가게 된다. 나는 유회에 말려들고 덧없는 것 속에서 거기에 있지도 않은 절대를 찾는다. 이 세상에는 완전한 것이란 없음을 나도 잘 알지만 이 세상에 일단 발을 들여놓기만 하면, 이 세상 속에 일단 얼굴을 내밀기로 작정만 하면, 우리는 더할 수 없을 만큼 기묘한 악마의 유혹을 받게 된다. 목숨이 붙어 있는데 왜 안 살아? 왜 제일 좋은 길 안 골라? 하고 귀에다 속살거리는 그 악마 말이다. 이렇게 되면 곧 뽀박질을 하고 여행을 떠나고…… 그러나 ‘이제 막’ 욕망이 만족되려고 하는 순간이란 얼마나 아름다운 순간인가. 공(空)의 매혹이 뽀박질로 인도하게 되고, 우리가 외발로 딛고 뚝뚝 경충 경충 이것저것으로 뛰어가게 되는 것은 이상할 것이 없다. 공포심과 매혹이 한데 섞인다. 제자리에 가만히 있는 것은 불가능하다. 그러나 그 그칠 사이 없는 움직임의 보상을 받는 날이 찾아오는 것이니, 말없이 어떤 풍경을 고즈넉히 바라보고만 있어도 욕망은 입을 다물어 버린다. 공의 자리에 즉시 충만이 들어앉는다. 내가 지나온 삶을 돌이켜 보면 그것은 다만 저 절묘한 순간들에 이르기 위한 노력이었을 뿐이라는 생각이 든다. 🍷



BOOK COMMENT

우리는 때로 삶의 의미를 찾아 헤매다 허무의 늪에 빠집니다. 하지만 실존의 무게는 버겁기에, 곧 익숙한 모습의 매일을 살아갈 것입니다. 우리의 존재 앞에 놓인 무한한 시간, 지금과 크게 다르지 않은 모습으로 반복될 나날을 두려워할 것 없습니다. 매일, 그 어떤 노력을 하지 않아도 새로운 하루가 주어진다 사실을 떠올려보는 것. 사소하고 즐거운 일로 그 하루를 채우는 것. 그렇게 충만한 현재를 살아냄으로써 스스로 삶의 의미를 만들어 나가는 과정에 이 책이 함께하길 바랍니다.



왜곡된 콘텐츠가
필수 레시피?
NO~!



다양한 플레이리스트가 알고리즘에 오르는 시대다. 그때그때 기분에 따라, 알고리즘이 이끄는 대로 선곡을 하는 사람들. 하지만 곳곳하게 한 곡만을 고집하는 사람들도 있다. 저마다의 이유로 한 곡을 놓지 않는다. 도대체 어떤 노래이기에 플레이리스트에 두고두고 재생 버튼을 누르는 걸까. 하루 종일 들어도 또 듣고 싶은 그 노래, 세대불문 무한 재생하게 되는 노래를 공개한다. Text 박영화

취향 드뭇한 정민
한 곡만 무한 재생 중

커피 한 잔 할래요
폴킴



커피 한 잔 할래요
커피 한 잔 할래요
두 입술 꼭 깨물고 용기 낸 그 말
커피 한 잔에 빌린 그대를 향한 나의 맘
보고 싶었던 말 하고 싶었죠

특유의 섬세한 감성으로 '커피 한 잔 할래요', '모든 날 모든 순간', '너를 만나', '비' 등 다수 히트곡을 낸 싱어송라이터 폴킴. 특히 '커피 한 잔 할래요'는 폴킴의 데뷔곡이자 자작곡으로, 폴킴 특유의 달콤하면서도 속삭이는 듯한 음색이 매력적인 곡이다. 감미로운 폴킴의 노래를 들으며, 우리 "커피 한 잔 할래요?"

이제 나만 믿어요
임영웅



꽃은비가 오면
세상 가장 큰 그대 우산이 될게
그댄 편히 걸어가요
걷다가 지치면
내가 그대를 안고 어디든 갈게
이제 나만 믿어요

TV조선 프로그램 <미스터 트롯> 우승자에게 주는 특전곡으로, 가슴이 뭉클해지는 가사와 아름다운 선율이 매력적이다. 발매 당시 각종 음원 사이트에서 차트 1위를 휩쓸었는데, 발매한 지 2년이 흐른 지금도 여전히 남녀노소 모두에게 큰 사랑을 받고 있다.

Answer : Love Myself
BTS



You've shown me I have reasons
I should love myself
내 숨 내 걸어온 길 전부로 답해
어제의 나 오늘의 나 내일의 나
I'm learning how to love myself
빠짐없이 남김없이 모두 다 나

특별한 수식어가 필요 없을 만큼 전 세계적으로 큰 사랑을 받고 있는 BTS. BTS의 수많은 히트곡 중 BTS의 월드 투어 공연의 엔딩곡인 'Answer : Love Myself'는 '나 자신을 사랑하자'는 메시지를 담은 곡으로, 노랫말 한 구절, 한 음절마다 아름다운 표현들로 반짝인다.

바람의 빛깔 - <포카혼타스> OST
오연준



서로 다른 피부색을 지녔다 해도 그것은 중요한 게 아니죠
바람이 보여주는 빛을 볼 수 있는 바로 그런 눈이 필요 한거죠
아름다운 빛의 세상을 함께 본다면 우리는 하나가 될 수 있어요

1995년 개봉한 디즈니 애니메이션 <포카혼타스>의 OST. 애니메이션에서 원주민들을 야만인이라 지칭하자 포카혼타스가 자신들의 세계관을 존 스미스에게 설명해 주는 노래로, 포카혼타스 역의 주디 쿤이 불렀다. 자연의 신비로움을 예찬하고 인간과 인간, 인간과 자연이 서로를 이해하고 포용할 것을 호소하는 노랫말이 아름다운 곡이다. 원곡도 좋지만, 2016년에 방송된 Mnet <위키드>에서 제주 소년 오연준이 순수하고 청아한 목소리로 부른 버전을 꼭 들어보기를.

가드닝은 '식물과 나누는 대화'다

무심한 당신에게 반려식물이 보내는 SOS

코로나19 이후 집을 휴식공간으로 꾸미는 트렌드가 확산하면서 플랜테리어(Plant+Interior)에 관심 갖는 사람들이 늘고 있다. 별이 가장 잘 드는 명당을 내어주고 틈틈이 물을 줘도 몇 주를 못 넘기고 죽기 일쑤라면, 식물이 보내는 SOS를 알아차리지 못했다는 의미다. 사람이 아프면 열이 나듯 식물도 아프면 다양한 신호로 위기상황을 알려준다. 반려식물이 보내는 신호를 찔떡같이 알아듣는다면, 365일 초록빛 세상 속에서 살 수 있다.

Text 윤진아 Reference <나도 초록식물 잘 키우면 소원이 없겠네>



화분 아래로
뿌리가 나온다
이사 좀 갑시다!

배수구멍으로 뿌리가 나오기 시작했다면 뿌리가 뻗어나갈 공간이 부족해졌다는 신호로, 조금 더 큰 화분으로 옮겨 심어야 한다. 몸집은 커졌는데 작은 집에서 계속 살면 힘든 건 당연지사다. 예전과 달리 물이 너무 빨리 마르거나, 물을 안 줬는데도 화분이 너무 무거운 경우도 분갈이가 필요한 상황이다. 화분보다 식물이 지나치게 크게 자란 경우도 마찬가지. 일반적으로 전체 높이의 1/3 정도가 화분, 나머지 2/3 정도가 식물의 크기인 게 좋다.



잎 가장자리가 검게 변하거나
황색 반점이 생긴다
물은 이제 그만!

물을 줘도 잎이 힘없이 처지고 마른다면, 과습으로 인한 증상일 확률이 높다. 습도가 과해 뿌리가 썩으면 더 이상 물을 흡수하지 못해 잎이 마르기도 한다. 이를 오해하고 물을 주면 상황은 더 악화하니, 물을 주기 전에 흠이 젖어 있는지 확인하는 습관을 들이자. 성장이 거의 멈추거나, 잎에 황색 점이 생기는 말라버리는 것도 과습 증상 중 하나다. 색이 변한 잎과 줄기를 잘라낸 뒤, 뿌리를 화분 밖에 만나절꺼내놓고 말리자. 심하게 썩은 뿌리는 잘라내고, 화분 바닥에 자갈이나 망을 깔아 물이 잘 빠지게 한 뒤 새 흙으로 갈아주는 게 좋다.



단단하던 잎이
물렁거린다
물이 부족해요!

새순부터 힘없이 축 처지거나 잎끝이 갈색으로 변한다면 물이 부족하다는 뜻이다. 식물은 스스로 공중습도를 조절하는 기능이 있지만, 너무 건조한 환경에서는 병충해가 생기기도 한다. 단단하던 잎이 어느 날 갑자기 말랑거리기 시작한다면 지금 당신의 반려식물이 굉장히 목이 마른 상태니 당장 물을 듬뿍 주길 권한다. 실내 환경이 건조하다면 하루에 두세 번 분무기로 분사해주는 것도 좋다.



잎이 가장자리를 따라
갈색으로 타들어간다
너무 뜨거워요!

강한 햇빛에 노출됐을 가능성이 높다. 그럴 땐 화분을 그늘로 옮기는 게 좋다. 공기가 너무 건조해도 이런 증상이 나타날 수 있다. 상한 부분을 잘라내고 물을 자주 분무해 공중습도를 높여보자.



아래 잎부터 누렇게
검게 변하며 떨어진다
비상! 영양 결핍!

식물은 자라면서 자연스럽게 오래된 잎을 떨구는데, 갑자기 잎이 많이 떨어진다면 영양이 부족하다는 신호일 수 있다. 햇빛도 충분히 들고 물도 적당히 주는데도 썩 건강해 보이지 않는다면, 식물이 먹을 영양소가 없어 지쳐있는 상태다. 식물영양제를 주거나 영양분이 충분한 새 흙으로 갈아줘야 한다.



성장이 더디고 잎의 색과
무늬가 희미해진다
빛이 부족해요!

식물이 자라는데 제일 중요한 건 빛이다. 새순이 영 나오지 않거나, 줄기가 가늘어지면서 키가 크다면 일조량이 부족한 상태일 수 있다. 햇빛이 닿지 않는 곳의 식물은 'LED 식물등'과 같은 보조장치로 빛을 보충해주자. 🌞

'이심전심' 식물 잘 키우는 기초상식

식물을 잘 기르려거든 세 가지만 명심하면 된다.
식물마다 다른 일조량을 알아둘 것, 물은 겉흙이 말랐을 때 줄 것, 한자리에 가만히 두고 기를 것!
사람마다 체질이 다르듯 식물도 체질이 다른데 양지식물인지, 음지식물인지, 반양지식물인지 먼저 파악하자.
또한 흠이 거의 안 묻어 나오고 건조할 때 물을 주어야 하며,
여기저기 옮기지 말고 한자리에서 잘 자라는 식물의 본성을 알아 두는 게 좋다.



몸을 더 가볍고 깨끗하게! 생활 속 디톡스 매뉴얼 BEST 6

까닭 없이 피로감이 몰려오고 살이 찐다면 디톡스가 해답이 되어줄 것이다.
잘못된 생활습관으로 몸속에 차곡차곡 쌓인 독소와 해로운 물질을 제거하면
우리 몸은 깨끗하게 정화되고 건강해질 터.
몸속 해독을 위한 디톡스 매뉴얼을 제안한다.

Text 김주희



Detox Manual

스트레스를 받거나 육체적으로 무리할 때 또는 나쁜 생활습관으로 인해
몸속에서 생성되는 독소(Toxin)는 정상적인 체내 기능과 면역력을 떨어뜨린다.

또한 지친 몸이 해독 능력을 상실하면 독소가 쌓여

원인 불명의 통증을 유발하고 몸 곳곳에 부종이 생겨 체중도 늘어나게 된다.

일정량의 독소는 다양한 경로를 통해 배출되지만

많은 양이 쌓이면 분해되지 못한 채 신체 기능이 정상적으로 작동할 수 없도록 방해한다.
생활 속에서 손쉽게 실천할 수 있는 디톡스 매뉴얼로 몸을 더욱 건강하고 가볍게 가꿔보자.



Check! Check!

잠깐! 나는 과연 디톡스가 필요할까?
맞춤형 디톡스를 위한 체크리스트

1. 소화불량에 시달린다.
2. 두통을 달고 산다.
3. 이유 모를 우울감이 지속된다.
4. 허에 이물감이 느껴진다.
5. 피부색이 칙칙해졌음을 느낀다.
6. 여드름이 자주 난다.
7. 허리 사이즈가 증가한다.
8. 면역력이 약해진 걸 느낀다.
9. 콜레스테롤 수치가 올라간다.
10. 원인을 알 수 없는 알레르기로 괴롭다.
11. 고혈압이 있다.
12. 다크서클이 짙어졌다.

*위 체크리스트 중 2가지 이상 해당된다면 몸속에 독소가 작용하고 있을 가능성이 높다.
사실 위 체크리스트 항목 중 1가지라도 해당된다면, 디톡스를 실천해야 한다.





01 매일 2L씩, 수분 섭취하기

하루에 1.5L에서 2L 정도의 물을 마시면 신체에 쌓인 독소 분해와 노폐물 제거에 도움이 된다. 녹차나 커피가 아닌 순수한 물을 수시로 마셔 땀과 소변 등으로 독소가 배출되게 해보자. 한 번에 많이 마시기보다는 미지근한 물을 조금씩 나눠 마시는 게 좋다. 특히 아침에 일어났을 때는 하루 중 혈액의 농도가 가장 높고 혈액이 정체되어 있는데, 이때 물을 마시면 혈액량이 풍부해지고 농도가 낮아져 독소가 빨리 배출된다. 또한 물은 유해 물질을 녹이고 독성을 낮추는 작용에도 뛰어나므로 음주나 흡연 이후에 마셔도 좋다.

Memo

앱을 통해 물을 마시는 양을 손쉽게 체크할 수 있다. 일일 수분 섭취량을 계산해주고, 알림을 통해 물을 마실 타이밍을 알려주는 앱을 활용해보자. 내가 마신 양만큼 물컵이 채워지는 등 시각적으로 흥미를 주는 UI도 물 마시는 습관을 즐겁게 해줄 것이다.

추천 앱 물 마시기 수족관/나의 물/ 물 마시기 알림이



02 독소를 배출하는 식습관 유지하기

우리가 매일 먹는 음식 또한 독소에 매우 밀접한 영향을 준다. 음식을 통해 몸에 쌓인 독소는 체내 세포와 장기의 염증을 유발하기도 한다. 이는 다양한 질환의 원인이 되는 것은 물론 해독 기관에도 문제를 일으켜 해독 기능 자체를 떨어뜨릴 수 있다. 몸에 독소가 쌓이는 것을 막기 위해서는 평소 면역력을 높이는 동시에 독성물질의 흡수를 방지하거나 배출하는 식품을 섭취하는 게 좋다. 체내 독성을 유발하는 대표적인 식

품인 식용유로 튀긴 음식이나 갈변된 사과를 피할 것. 불포화지방산인 식용유를 가열하면 활성산소, 산화지방, 산화질소 등 독소가 만들어진다. 짙은 후 오랜 시간이 지나 갈변된 사과는 체내에서 세포를 손상시키는 활성산소를 만든다.

Memo

식이섬유가 풍부한 양배추, 케일, 브로콜리, 다시마, 미역 등의 식품은 독소 성분을 희석시켜 빠르게 체외로 배출시킨다. 프리바이오틱스가 풍부한 바나나, 사과, 양파, 해조류 등은 장내 유산균을 늘려 면역과 독소 배출에 효과적이다.

03 규칙적으로 유산소와 근력 운동하기

운동은 각종 면역 세포의 생성을 자극할뿐더러 혈액순환을 원활하게 해 노폐물 배출을 자연스럽게 돕는다. 심장박동 수가 올라가고 땀이 날 정도의 운동은 신진대사를 활성화해 몸속 중금속이나 유해 물질을 배출하는 데 좋다. 규칙적으로 주 3~5회 운동하되 30분 정도의 유산소 운동과 10~20분간의 근력 운동을 병행할 것. 운동하면서 사용하는 근육이 많을수록 체내의 혈액이 전신에 골고루 분배되는데, 이때 체내 독소를 외부로 밀어내고 연소시키는 데 효과적이다. 디톡스 운동을 할 때는 평소 움직이지 않는 근육을 많이 사용할수록 효율이 높아진다. 운동을 과하게 하면 오히려 피로물질이 쌓이고 몸을 산성화시키니 주의할 것.

Memo

운동할 시간이 없을 때는 가벼운 산책을 해보자. 점심시간이나 출퇴근 시간에 20~30분 정도의 걷기만 해도 혈액과 림프 순환을 돕고 장운동을 촉진해 노폐물 배출에 도움이 된다. 산책이 어려울 경우 제자리걸음을 하는 것도 좋다.



04 아침저녁으로 마사지와 스트레칭

림프는 혈관에 쌓인 각종 노폐물을 걸러주고 면역력을 강화하는 역할을 한다. 귀밑 움푹 들어간 곳과 관자놀이, 눈앞머리, 겨드랑이 등의 림프선을 부드럽게 눌러 자극하면 순환을 촉진하는 데 도움이 된다. 취침 전·후 마사지와 스트레칭을 하는 것도 좋다. 잠들기 전 복부 마사지를 하면 신체 장기에 물리적 자극이 가해져 혈액순환이 원활해진다. 양손을 배 위에 겹쳐 엷은 상태에서 살짝 힘을 준 채 위아래로 굴리듯 풀어줄 것. 배꼽을 중심으로 등글게 원을 그리면서 누르거나 옆구리를 부드럽게 자극하는 것도 좋다. 기상 후 스트레칭은 밤새 굳은 몸을 풀어주고 혈액·림프 순환을 원활하게 해준다. 잠에서 깨자마자 바로 누워 팔·다리를 수직으로 들고 가볍게 흔들어주자.

Memo

림프 마사지를 할 때 에센셜 오일을 활용하면 아로마 테라피 효과도 누릴 수 있다. 사이프러스, 주니퍼베리, 레몬, 제라늄 등 순환계에 좋은 에센셜 오일을 사용해 심신의 안정과 진정 효과를 더해보자.



05 샤워 대신 반신욕으로 디톡스 효과 Up

반신욕은 긴장된 근육을 풀어주고 신체 기능을 활성화시켜 체내 노폐물을 배출하는 데 좋다. 또한 세포 활동도 원활해져 가벼운 운동을 한 것과 같은 효과를 누릴 수 있다. 혈액에 쌓인 젖산을 배출하고 뭉친 근육을 풀어주는 데 적당한 수온은 36℃ 이상 45℃ 이하다. 편안하게 앉은 자세로 20~30분간 반신욕을 하면 노폐물이 쌓여 생긴 하체 부종 관리에도 효과적이다. 반신욕의 효과를 높이기 위해서는 각질을 제거해

주자. 피부 표면의 묵은 각질을 없애고 피부를 매끄럽게 하면 체내 노폐물 배출이 원활해진다. 샴푸와 린스, 보디샴푸는 되도록 적게 사용하거나 계면활성제가 없는 제품을 이용한다. 계면활성제에는 피부의 보호막을 뚫고 체내로 들어올 수 있는 독소가 들어 있기 때문이다.

Memo

반신욕을 마무리할 때는 욕조에 몸을 담근 채 복식호흡을 한다. 숨을 깊이 들이마시고 내쉬는 호흡은 속면을 원활하게 해준다. 호흡에 도움을 주는 페퍼민트와 유칼립투스 아로마 오일을 바르는 것으로 대신해도 좋다.



06 마음 디톡스도 중요!

감정 또한 우리 입으로 들어가는 음식만큼이나 중요하다. 평소 별것 아닌 일에도 짜증이 치밀어 오르거나 우울감을 자주 느낀다면 마음 디톡스를 습관화해보자. 스트레스를 받으면 자율신경의 균형이 무너지고 과도한 긴장감을 느끼게 된다. 이때 독성 산소가 증가하고 독소 배출 기능이 떨어져 결국 면역 기능 저하에 이르게 된다. 숙면과 휴식을 충분히 취하는 습관을 들여보자. 또한 긍정적인 사고방식을 갖추고 생활 속에서 마주하는 작은 일에도 웃어보자. 기분이 좋을 때 나오는 엔도르핀은 면역력을 높이고 신진대사를 촉진한다. 명상을 통해 마음에 켜켜이 쌓인 부정적 감정들을 비워내는 것도 좋다.

Memo

명상할 때는 앱을 활용해보자. '마보', 'Calm' 등의 앱은 상황, 시간, 분위기에 맞는 명상 프로그램을 제공한다. 넷플릭스나 HBO 맥스 등 OTT 플랫폼에서도 명상 프로그램을 즐길 수 있다. 🌸

온 가족이 좋아하는
오리고기 월남쌈



든든한 한 끼 식사는 하루를 힘나게 해주는 법이다. 든든한 데다가 맛도 있고, 영양소까지 고루 갖춘 한 끼를 추천해 본다. 주인공은 오리고기 월남쌈! 라이스페이퍼에 신선한 채소, 부담 없는 오리고기를 가득 싸서, 취향대로 소스에 꼭 찍어 먹는 순간~! 계속 먹고 싶어질걸~?!

Text 최선주 Photo 정우철 Food Styling 박정윤(노하우스)

재료 및 용량

훈제오리 250g, 라이스페이퍼 8장, 오이 1/2개, 당근 1/2개, 양파 1/4개, 적채 1/4개, 파프리카(빨간색, 노란색) 1/2개씩, 깻잎 5장, 파인애플 슬라이스 2쪽, 영양부추 한 줌, 소스 칠리소스, 피시소스, 레몬즙 1t, 청양고추 1개, 홍고추 1개

Recipe

- 1 — 오리고기 월남쌈에 필요한 재료를 준비한다.
- 2 — 오이, 당근, 양파, 적채, 파프리카, 깻잎은 채 썰고, 파인애플 슬라이스는 한 입 크기로 썰어준다. 영양부추는 반으로 썰어 준비한다.
- 3 — 소스에 들어갈 청양고추와 홍고추를 잘게 다져 준비한다.
- 4 — 훈제오리는 팬에 구워 준비한다.
- 5 — 뜨거운 물에 라이스페이퍼를 적셔 깔고, 그 위에 준비한 오리고기와 채소들을 넣고 말아 완성한다.
- 6 — 피시소스에 썰어둔 고추와 레몬즙을 넣어 소스를 만든다. 칠리소스는 취향에 따라 곁들인다. 🍷



Recipe tip

오리고기 월남쌈은 다른 음식에 비해 칼로리가 낮지만, 그래도 걱정된다면 훈제오리를 닭가슴살로 대체해도 좋습니다. 방울토마토를 얹어서 쌈을 싸 먹으면 아이들도 좋아할 거예요!

내 방 인테리어 소품으로 딱! 동양화 그리기

아름다운 그림을 바라보고 있노라면, 복잡했던 몸과 마음이 절로 치유된다. 이런 이유로 요즘, 그림을 배우는 사람이 늘고 있다고 하는데...! 바라보는 것에서 그치지 않고, 그리고 싶은 그림을 직접 대 손으로 그리며 취미 활동을 하는 것이다. '똥손인데 어떡하죠?', '그림을 배워본 적이 없어요...'라며 고민하지 말자. 동양화 그리기 키트와 함께라면, 아 너도 할 수 있어. 화가!

Text 최선주 Photo 정우철



붓을 들기 전, 수채화를 알아가는 시간

학창 시절, 팔레트에 물감을 짜고 물통에 물을 담아 하얀 도화지를 꼭 채웠던 경험이 있을 것이다. 없는 실력이지만, 물감과 물에 의지해 기어코 완성했던 그림이 바로 수채화다. 수채화는 물을 매개로 하기 때문에 표현하고자 하는 바를 좀 더 투명하고 맑게 담아 낼 수 있다는 장점이 있다. 그렇다면 서양화 기법인 수채화는 우리나라에서 언제부터 시작되었을까? 바로 대한제국 때다. 화가 이인성이 조선미술전람회 서양화부를 중심으로 유화와 함께 인물화 풍경, 정물화에서 수채화 작품을 발표했다. 이인성의 이런 업적은 국내 화단에 수채화에 대한 인식을 높이는 계기가 되었다고 평가되고 있다.

내 손으로 완성하는 예쁜 꽃 한 송이

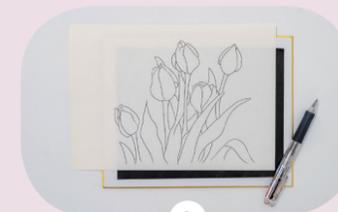
학창 시절에는 의무감에 붓을 들었다면, 요즘은 자발적으로 붓을 드는 사람들이 많아졌다. 어렵게만 느껴졌던 수채화를 쉽게 그리는 방법이 있기 때문이다. 그중 하나가 컬러링 키트. 동양화 컬러링 키트는 물감, 도화지, 도안, 붓을 모두 보내주기 때문에 재료를 하나하나 준비해야 하는 번거로움이 없다. 특히 다양한 꽃의 도안을 무려 8가지나 보내주어 취향껏 그림을 그릴 수 있다는 장점이 있다. 해바라기, 동백, 목화, 튜립 4가지 꽃의 각 2가지 버전의 도안을 보고 채색하면 된다. 🌸

동양화 그리기



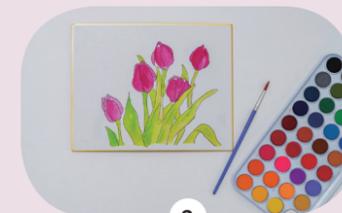
1

키트에 들어있는 도안을 보고 마음에 드는 걸 고른다.



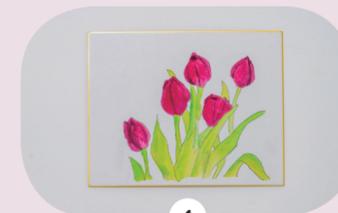
2

도안 선택이 끝나면, 먹지를 대고 따라 그린다.



3

준비된 물감으로 1차 채색을 진행한다.



4

그림이 마르길 기다렸다가 조금씩 덧칠하면 완성.

이렇게 만들었어요!



동탄지사 운영부 구자영 팀장

붓을 잡아본 지가 언제인지 기억도 가물거물하지만 그림을 그리는 동안만큼은 동심으로 되돌아갈 수 있었던 것 같아요.



대구지사 토건부 박지은 대리

밀그림을 그리고 수채화로 색을 입히며 잡생각 없이 그림 그리기 작업에 몰입할 수 있었습니다. 남아있는 도안도 열심히 그려서 완성에 볼 생각입니다.



청주시사 고객센터 백아현 주임

동양화 그리기 키트로 주말을 알차게 보낼 수 있었어요. 피아노 위에 차분하고 강렬한 동백을 놓을 수 있는 기회를 주셔서 감사합니다.

KDHC NEWS

01

탄소중립 상생 숲 'We 포레스트 2호' 조성



한국지역난방공사는 지난 5월 16일 대관령 국가 숲길(대관령면 소재)에서 동부지방산림청, 트리플래닛, 한국산림복지진흥원, 어흘리 마을과 함께 탄소중립 상생 숲 'We 포레스트 2호' 조성 기념행사를 가졌다고 밝혔다.

이날 행사에 참석한 5개 기관은 탄소중립 상생 숲 조성을 기념하는 식수를 했으며, 향후 전나무 등 총 1만 그루의 나무를 식재해 'We 포레스트 2호' 상생 숲을 조성해 나갈 예정이다. 또한 지역 기업인 테라로사와 협력해 어흘리 마을에서 채취한 생강나무꽃을 생강·홍차와 배합한 '대관령 달빛차'를 개발 및 출시했으며, 블렌디티 판매 소득의 20%는 어흘리 마을에 환원해 마을기업 육성을 위해 사용할 예정이다.

한난이 추진하는 'We 포레스트' 사업은 '우리가 만들고, 우리가 누리고, 우리가 함께하는 숲'이란 뜻으로, 국가 숲길 1호로 지정된 '대관령 숲길'에 3년간 총 3만 그루의 나무를 식재하고, 숲길에 인접한 어흘리 마을과 자매결연을 하여 마을기업 설립 및 마을경제 육성을 지원하는 사업이다. 지난해 5월 참여 기관이 함께 'We 포레스트' 사업 업무 협약을 체결했으며, 협약 이후 대관령 국가 숲길 및 어흘리 마을에 약 1만 그루의 나무를 식재해 'We 포레스트 1호'를 조성한 바 있다. 🌳

02

자회사와 함께 윤리준법경영 실천 다짐



한국지역난방공사는 지난 5월 11일 한국지역난방기술(주), 지역난방안전(주), 지역난방플러스(주), 코하이젠(주), (주)힘이되는나무 5개 자회사와 '윤리준법경영 업무협약'을 체결했다고 밝혔다.

한난과 자회사 대표들은 이번 협약을 통해 윤리준법경영 실천과 청렴 문화 확산을 위한 상호 협력을 다짐했고, 청렴 경영에 대한 강한 의지를 담아 '성비위', '갑질', '부패'라고 적힌 풍선을 터트리는 행사를 시행하기도 했다.

한편, 한난은 지난해 경영진의 강한 의지를 반영한 전사적 윤리경영 종합 대책을 수립하는 등 청렴 문화 향상을 위해 노력했으며, 그 결과 공공기관 종합청렴도 평가에서 역대 최고 점수를 기록하며 공기업 중 유일하게 청렴도 2단계 상승이라는 성과를 거두었다.

황창화 한난 사장은 "앞으로도 한난은 국민에게 신뢰받는 탄소중립 에너지 공기업으로서, 모·자회사가 함께 힘을 모아 윤리준법경영에 앞장서겠다"라고 말했다. 🌳

03

공공기관감사協 에너지기관, 감사원과 간담회 개최



한국공공기관감사협회 소속 공공기관 에너지부문 감사협의회(이하 협의회)와 감사원은 지난 5월 3일 한국지역난방공사 본사에서 간담회를 개최했다.

이날 간담회에는 협의회 회장(강래구), 협의회 소속 14개 기관 상임감사와 함께 감사원 공공기관감사국 김순식 국장, 공공감사운영단 양병구 과장이 참여했다. 간담회는 김순식 국장의 '국민 기대에 부응하는 적극행정 구현 및 에너지 분야 감사방향'에 대한 특강에 이어 공공기관 감사 역할에 대한 자유 토론 순으로 진행되었으며, 제11차 협의회 정기 회의로 마무리되었다. 참석 기관은 한난을 비롯해 대한석탄공사, 한국가스공사, 한국가스기술공사, 한국가스안전공사, 한국남동발전, 한국남부발전, 한국동서발전, 한국서부발전, 한국에너지공단, 한국전기안전공사, 한국전력기술, 한국중부발전, 한전원자력연료(이상 가나다순)이다. 🌳

04

열수송시설 긴급자재 지원 상생협약 체결



한국지역난방공사는 지난 5월 10일 한난 판교지사서 21개 지역난방 사업자와 함께 열수송 시설의 긴급자재 지원에 관한 상생 업무협약을 체결했다고 밝혔다.

이번 협약은 한난의 열수송시설 긴급자재 보관소가 작년 12월 한난 평택지사에 설치되어, 올해 5월부터 본격적인 운영을 시작함에 따라 한난뿐만 아니라 다른 지역난방 사업자에게도 긴급자재를 지원함으로써 국민 불편 해소 및 공공 안전 증진에 기여하고자 추진됐다.

그동안 지역난방 사업자들은 선주문 후 생산 방식의 열수송시설 자재 수급의 특성상 고장, 사고 등 긴급 상황 발생 시 보유 자재가 없는 경우 보수 기간이 길어지거나, 임시로 안전조치를 시행하고 자재를 확보한 후 보수를 시행하는 등 국민 불편을 초래할 수밖에 없었다.

하지만 이번 협약을 통해 기존 8주 이상 소요되던 지역난방 사업자의 긴급자재 수급 기간을 당일 즉시 수급도 가능하도록 단축할 수 있게 되었다. 🌳

05

건설현장 상생 협약으로 사회적 가치 제고



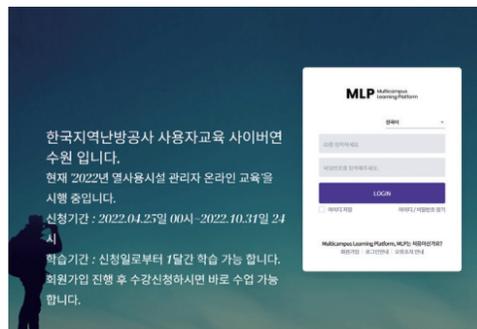
한국지역난방공사는 지난 4월 29일 건설현장 지역상생 및 동반성장을 위해 한남의 건설 사업 시공사인 금호건설(주), 두산에너지빌리티(주)(舊 두산중공업), 롯데건설(주), (주)한화건설 등 4개사와 '건설현장 상생 업무협약'을 체결했다고 밝혔다.

이번 협약은 성공적인 발전소 건설은 물론, 건설 공정에서의 각종 사고 예방을 위한 안전 활동 강화 및 현장 안전 관리 실천 다짐을 통한 근로자의 안전한 일터 조성 등 사회적 가치 실현을 목적으로 추진되었다. 또한 건설 현장에 투입되는 인력, 장비, 물품 등을 최대한 지역 소재 업체를 통해 조달하고, 친환경 녹색제품, 중소기업 제품 등의 구매를 촉진하는 등 지역상생 및 동반성장을 위해서도 함께 노력하기로 했다.

향후에도 한남은 지속적으로 건설 사업 시공사와의 현장 중심 협업을 통해 환경과 안전을 최우선으로 하고, 더불어 지역상생을 도모하는 친환경 에너지 발전소 건설을 위해 적극 노력할 예정이다. 📌

06

지역난방 열사용시설 관리자 대상 온라인 기술교육(한남 School) 시행



한국지역난방공사는 지역난방 열사용시설의 효율적 운영과 유지보수 등 전문 기술교육 강화를 통한 대국민 서비스 향상을 목적으로 2022년도 열사용시설 관리자 온라인 기술교육(한남 School)을 4월 25일(월)부터 무료로 시행한다고 밝혔다.

올해로 13년째 진행되는 열사용시설 관리자 온라인 기술교육 과정은 열사용시설 기본이론, 유지보수 실무 등 총 15차시로 구성되며, 새로 개편된 교육내용 및 학습기능으로 PC 또는 모바일 기기를 활용해 수강할 수 있다.

이번 교육은 한남과 열수급계약을 체결한 아파트 및 건물의 열사용시설 관리자라면 누구나 지원할 수 있으며, 신청 및 접수는 오는 10월 31일(월)까지 사이버연수원 홈페이지(https://lc.multicampus.com/kdhcedu)에서 가능하다.

본 교육과 관련한 자세한 사항은 한남 홈페이지(www.kdhc.co.kr) 내 고객행복마당 공지사항 또는 따소미 고객센터(1688-2488)를 통해 확인할 수 있다. 📌



보는 재미가 있는

한남 SNS 안보고 가면 섭섭하쥬~?!

유튜브, 인스타그램, 페이스북, 블로그! 어디에서도 한남을 만나실 수 있습니다. 다양한 정보가 가득한 한남 SNS에 접속하세요.

한국지역난방공사 숏폼: 오지라퍼 특



숏폼이 유행인데 잠깐 보고 가세요. 수소차 구매로 오지라퍼가 오지랴를 부립니다. 아! 제 일은 제가 알아서 할게요~! 오지랴은 이제 그만. '오지라퍼 특' 에피소드를 보는 순간 무한 공감할 거예요.



www.youtube.com/kdhcmedia



분필가루로 지구온난화를 막을 수 있다고?!



지구온난화를 막기 위한 대안은 뭐라고 생각하시나요? 햇빛을 인위적으로 차단해 지구 온도 상승을 막는 태양 지구공학이 기후 변화를 막을 대안으로 떠올랐다고 합니다. 지구공학이 무엇인지 한남 블로그로 오면 확인하실 수 있습니다.



blog.naver.com/kdhc2017



지구촌 꿀벌 실종사건

위잉~ 위잉~ 소리를 내며 식물들의 꽃가루도 옮겨 주고 꿀도 모으는 귀여운 꿀벌! 이 꿀벌이 전 세계적으로 실종되고 있다고 합니다. 꿀벌이 사라진 이유를 알아보고 꿀벌들이 다시 돌아오게 노력합시다!



www.facebook.com/FKDHC



따소미와 알아보는 온도별 옷차림

일교차가 클 때면 아침, 점심, 저녁의 온도가 달라 옷을 어떻게 입어야 할지 고민이 되는데요. 여러분의 고민을 해결해 드립니다. 따소미가 온도별로 옷차림을 어떻게 입으면 좋을지 자세히 알려준대요. 📌



www.instagram.com/kdhc_on



2022년 3+4월호 독자의견을 소개합니다

홍*석 님

①

'마음의 소리' 코너에서 <말이 서툰 아이가 보내는 신호 무슨 뜻일까>를 재미있게 보았습니다. 사랑하는 손주가 떠오르더라고요. 아이들에게도 애정과 걱정, 자책과 분노 등의 많은 감정이 있다는 사실에 공감했습니다. 소중한 내용이라서 사위와 며느리에게도 그 내용을 보냈어요. 그나저나 손주들이 또 보고 싶네요.

이*연 님

③

'듣는 서점'에서 신지윤 님이 들려주는 <작은 별이지만 빛나고 있어>를 반복해서 듣고 있습니다. 오디오북을 좋아하는데 <따뜻:한남>에서 듣게 되었네요. 특템한 기본입니다. 어떤 페이지를 펼쳐도 흐름에 관계없이 쉬어가는 기분으로 읽고, 공감하고, 스스로를 좋아하도록 다독여주는 선물 같은 책입니다. 책을 좋아하는 저에게는 '퇴근길 문화'에 소개된 이색서점들도 좋았어요. 소개된 서점들 모두 보고 싶더라고요. 좋은 내용들 잘 읽었습니다.

장*선 님

②

'마음 채움'에서 <나라는 식물을 키우기 위한 발돋움> 글이 좋았어요. 글을 보며 단계를 통해 나를 돌아보는 시간을 가졌네요. SNS를 통해 다른 사람의 생활을 엿볼 수 있게 되면서, 나의 부족함, 불편한 상황 등이 더 크게 느껴지는 요즘이었는데요. 나를 잘 자라게 할 필요와 방법을 알려주는 좋은 글이었습니다.

배*순 님

④

이번 호 역시, 모든 기사가 좋았습니다. 그중에도 '가족의 식탁'이 좋았어요. 나른해지는 봄날, 독자들에게 아주 유용하다고 생각했습니다. 매일 매일 비슷한 식단으로 입맛을 잃은 가족들에게 오랜만에 근사한 음식을 만들어 주었네요. 가족의 식탁에 소개된 두름 소고기산적 레시피를 따라해보았는데 어렵지 않게 만들 수 있었습니다.

독자와 함께하는 2022 <따뜻:한남> 이벤트

EVENT 하나 생각 적기

'생각한 난'에 참여해 생각 적기

*7+8월호 질문

'살면서 겪은 가장 놀라운 경험은 무엇인가요?'

⇒ <따뜻:한남> 웹진을 통해 질문에 대한 생각을 적어주세요!



선물 문화상품권 1만 원 권

'데이터랩'에 설문 참여하기

*7+8월호 질문

'생각할수록 놀라운 물건들은 무엇인가요?'

⇒ <따뜻:한남> 웹진을 통해 질문에 대한 생각을 적어주세요!



선물 문화상품권 5천 원 권

EVENT 둘

웹진에서 따소미 찾기

꽃을 든 따소미 찾기!

웹진 페이지마다 꽃을 든 따소미가 숨어있어요. 꼭꼭 숨은 따소미를 찾아주세요.



선물 문화상품권 5천 원 권

EVENT 셋 독자의견

<따뜻:한남> 읽고 의견을 남겨주세요!

좋았던 기사, 소개되었으면 하는 내용 등 <따뜻:한남>을 읽고 의견 남겨주세요.



모든 이벤트는 <따뜻:한남> 웹진을 통해 참여 가능합니다.

한남, 세상을 녹색에너지로 채웁니다

열과 전기를 동시에 생산하는 저탄소 녹색에너지, 한국지역난방공사가 깨끗하고 따뜻한 에너지 세상을 열어갑니다