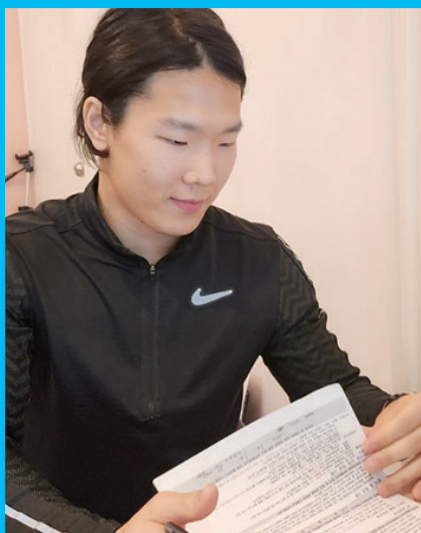


광주사람들



이태운 (26·트레이너)

천인보(508/1000)



“광주 쌍촌동에서 트레이너 일을 하고 있는 이태운이라고 합니다. 제가 서울에서 잠깐 지냈던 시기에 아르바이트를 구하는데 20곳 정도 지원서를 낸 곳 중 가장 먼저 연락이 온 곳이 헬스장이었습니다.

그 곳에서 일을 하다가 처음에는 단순히 배워보고 싶다는 마음에 본격적으로 운동을 시작하게 됐는데, 궁극적으로 운동을 하는 목적이 무엇일까 생각해보니 그저 운동이 좋아서가 아니라 우리 몸에서 좋지 않은 곳을 알아차리고, 그 아픈 곳을 운동을 통해 케어할 수 있도록 하는 것이 중요하다는 생각이 들었

습니다. 그래서 좀 더 건강하게 운동할 수 있는 방법에 대해 생각을 많이 하게 됐고 회원분들에게도 그런 부분을 잘 알려드릴 수 있는 트레이너로 활동을 해 봐야겠다고 생각하게 됐습니다. 최근에는 운동과 재활을 접목시킬 수 있는 방향으로 나아가려고 준비를 하고 있습니다.

그중에서도 뇌 과학쪽에 관심이 많은데 예를 들어 치매 초기 환자들도 운동을 통해 병증을 늦추거나 완화할 수 있도록 하는 재활 프로그램을 만드는 것이 목표입니다. 나이가 요즘에는 워낙 정보를 접할 수 있는 매체가 많아 말 그대로 정보가 넘쳐나는 시대인데, 그만큼 잘못된 운동 방법을 무분별하게 접할 가능성도 높습니다. 그래서 많은 분들이 정확한 정보를 줄 수 있는 트레이너나 매체를 잘 선택하셨으면 좋겠고 내가 왜 운동을 하려고 하는지 목적을 잘 생각하신 뒤에 운동을 하셨으면 좋겠습니다.” **박지혜 기자** jihye.kwak@jnilbo.com

대신협, 자치분권대상·우수사원 시상식

2023 정기총회...23개사 대표 참석 김영록 전남도지사 등 수상 영예

지역언론 최대 단체인 대한민국의지방신문협의회(회장 김종석·이하 대신협)는 16일 한국프레스센터 대화홀에서 정기총회와 제4회 대신협 자치분권대상 및 회원사 우수사원 시상식을 가졌다. 대신협은 이날 자치분권의 조기 실현 및 균형발전을 통해 지역주민의 삶의 질 향상과 자치분권의 든든한 버팀목인 지역신문 발전에 기여한 공로로 김영록 전남도지사에게 제4회 자치분권 대상을 시상했다.



대한민국의지방신문협의회는 16일 한국프레스센터 대화홀에서 정기총회와 제4회 대신협 자치분권대상 및 회원사 우수사원 시상식을 가졌다. **대신협 제공**

김영록 도지사는 “오늘 광역자치단체장 최초로 자치분권 대상을 주신 것에 대해 깊이 감사 말씀을 드린다”며 “지역 언론과 지역 발전을 위해 고생하시는 대신협에서 주는 상이기 때문에 더욱 뜻깊게 생각된다”고 수상 소감을 전했다.

대신협은 이날 전남일보 이진희 사업본부 차장 등 대신협 회원사 우수사원 29명에게 대신협회상과 상금을 시상했다.

앞서 열린 정기회의에서는 김종석(강원도민일보 회장) 현 대신협 회장이 연임됐다. 김 회장은 현재 한국신문협회 이사 등으로 활동하고 있으며 한국신문방송편집인협회 이사, 한국기자협회 한국기자

심사위원, 국가균형발전위원회 전문위원, 대통령소속 자치분권위원회 자치제도 분과 위원장, 대한석탄공사 이사 등을 역임했다.

대신협은 대통령 직속 국가균형발전위원회와 공동으로 균형발전 및 지방분권 관련 국내외 선진사례 기획 보도를 올해부터 4년 간 연차 사업으로 추진키로 했으며, 창립 20주년을 맞아 대신협 위상 제고와 영향력 강화를 위한 회원사 공동 프로젝트 추진키로 했다. 또 내달 28일부터 30일까지 3일간 ‘대한민국 고향사랑기부 한마당 대축제’를 경기 수원메세에서 국내 최초로 개최하기로 했다.

이날 총회에는 대신협 회장인 강원도민

일보 김종석 회장과 전남일보 이재욱 사장을 비롯해 경기일보 이순국 사장, 경남도민일보 구주모 사장, 경북일보 한국선 사장, 경상일보 엄주호 사장, 광남일보 황정호 사장, 광주매일신문 이경수 사장, 기호일보 한장원 사장, 남도일보 박준일 사장, 동양일보 조석준 사장, 무등일보 김종석 사장, 영남일보 이승익 사장, 인천일보 박현수 사장, 전남매일 김선남 사장, 전북도민일보 임환 사장, 제민일보 오흥식 사장, 중도일보 유영돈 사장, 중부매일신문 한인섭 사장, 중부일보 최운정 사장, 충북일보 연경환 사장, 충청매일 송승호 사장, 충청투데이 박신용 사장 등 23개사 대표들이 참석했다. **대신협 공동취재단**

중흥건설, 유니세프에 2000만원 기부



중흥건설(회장 정창선·사진)은 지난 15일 유니세프에 기부금 2000만원을 전달했다고 16일 밝혔다.

전달된 기금은 재난으로 위기에 놓인 어린이들의 보건, 영양, 식수위생, 교육, 보호사업 지원에 전액 사용될 예정이다.

유니세프(UNICEF·유엔아동기금)는 유엔아동권리협약에 아동권리 증진에 대한 역할이 명시적으로 언급된 유일한 기관으로서 전 세계 어린이를 위해 보건, 영양, 식수·위생, 교육, 보호, 긴급구호 등의 사업을 펼치는 유엔 산하기구다.

중흥건설은 앞으로도 아프리카 등 일부 나라들에서 어려움을 겪는 어린이들을 돕기 위한 각종 지원에 적극적으로 임하겠다는 계획이다.

정창선 중흥건설 회장은 “전 세계 어린이들의 건강과 복지뿐만 아니라 더 나은 삶을 살 수 있도록 구호활동을 펼치는 유니세프에 기부하게 돼 기쁘게 생각한다”며 “중흥그룹은 상생의 가치를 실천하고 지속 가능한 사회를 구현하기 위해 꾸준한 사회공헌 활동을 펼치는데 앞장설 것”이라고 말했다. **최권범 기자**



한국산학협동연구원 포럼 개최 **한국산학협동연구원(kiuri·원장 차용훈)**은 지난 15일 무등산

파크호텔 4층 컨벤션홀에서 전 문화체육관광부 장관을 역임했던 (재)광주비엔날레 박양우 대표를 초청해 광주비엔날레를 중심으로 ‘현대미술전시장의 현재와 미래’란 주제로 60여명의 회원이 참석한 가운데 포럼을 개최했다. **한국산학협동연구원 제공**



전남여성가족재단, 가족정책 지원 간담회

(재)전남여성가족재단은 9~15일까지 22개 시·군 여성·가족 정책 분야 공무원과 온오프라인 정책간담회를 개최했다고 15일 밝혔다. (사진) 이번 간담회는 온라인·동부권(순천)·서부권(전남여성가족재단)으로 나뉘어 3회 실시됐다.

간담회는 ‘성평등한 전남 만들기’를 주제의 강연과 시·군 협력 방안을 논의했다. 그동안 정책간담회를 매개로 재단과 시·군 간 협력사업이 활발하게 이뤄졌다. 지난해 여수·광양·장흥·해남 여성친화도시 조성을 재단이 지원해 4개 시·군 모두 여성친화도시로 지정되는 성과를 거뒀다. **박간재 기자**



화순군립요양병원, 치매안심병원 첫 지정

전남도는 중증 치매환자 전문치료를 위한 화순군립요양병원이 전국 치매안심병원 11호, 도내 최초 지정됐다고 15일 밝혔다. (사진)

치매안심병원은 가정에서 돌보기 어려운 행동심리증상(BPSD)이 있는 중증 치매환자를 집중 치료·관리할 수 있는 치매전문병동과 의료인력·시설·장비를 갖춘 병원을 보건복지부장관이 지정하고 있다.

이상심 전남도 보건복지국장은 “치매안심병원을 지속 확대하고 의료지원 강화를 위해 노력하겠다”고 말했다. **박간재 기자**



고향사랑기부제 활성화 회의 **김종화** 광주 북구 부구청장과 추진단 등이 16일 북구청 회의실에서 열린 고향사랑기부제 활성화를 위한 추진단 회의에 앞서 기념촬영을 하고 있다. **광주북구 제공**

전화 (062)510-0412 e-메일 edit@jnilbo.com

전일 게시판

본란은 애독자를 위한 무료서비스란입니다. (보낼곳) 광주광역시 동구 제봉로 137 전남일보 5층

**결혼** ▽정상록(동아쇼케이스 대표)·박영미씨 아들 태양군, 신현성(광주폴리텍대학 교수)·기애란씨 딸 진영양=18일(토) 오전 11시 광주 서구 죽봉대로 라

페스타웨딩홀 4층 디아망홀 ▽안영·김미옥씨 아들 범식군, 김승만(장성우체국)·염명숙(상조회사 더리본 지점장)씨 딸 다송양=18일(토) 오후 3시 광주 서구 풍서자로 레이아트웨딩홀 3층 알루체홀

**알림** ▽사랑마루협동조합 사회적취약 계층을 위한 복지장려서비스=기초생활 수급자, 조손가정, 무의탁 독거노인 장의입관용품·장례지도사 무료지원 (062) 369-4009

날씨와 생활		해돋이	해질	달돋이	달질
		06:42	18:41	03:43	13:19
오늘의 날씨 (최저/최고 기온) 자료: 기상청·웨더아이					
광주·나주	4/16	무안·함평	3/14	목포·해남	4/13
담양·화순		장성·영광		신안·진도	
순천·광양	4/15	장흥·영암	2/15	여수·보성	7/13
곡성·구례		강진·완도		고흥	
전국 날씨			주간 날씨		
서울	1/13	대구	5/15	18일(토)	19일(일)
대전	1/15	제주	8/13	20일(월)	21일(화)
물때			생활 기상 정보		
밀물	09:58	썰물	02:31	미세먼지	외출지수
흑산도	21:59	완도	16:33	07:03	13:44
				18:57	--:--
			보통 맑은 하늘 느껴보세요		
			우산 없이도 좋아요		