
Vol. 33
2014. SUMMER

미르진은
미르를 찾는 여러분들께
무료로 배포되고 있습니다.

MIRZINE



삶은 여행

삶은 계속되니까
수많은 풍경속을 혼자 걷어가는 걸
두려워 했을 뿐
하지만 이젠 알아
혼자 비바람 속을 걸어갈 수 있어야 했던 걸

삶은 여행이니까 언젠간 끝나니까
강해지지 않으면 더 걸을 수 없으니
수많은 저 불빛에 하나가 되기 위해
걸어가는 사람들 바라봐

이상은 _ '삶은 여행' 中에서



theme issue

삶은 여행

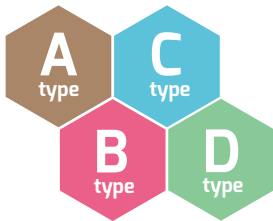


4 여행 트렌드
삶은 여행,
모든 추억은 찬란하다!

6 나누는 여행
미르해외의료봉사단,
블라디보스토크에서
나눔 봉사

10 떠나는 사람들
여행작가 손미나

16 그곳에서 만난 사람들
쁘라삿 키즈
유적의 아이들



18 여행 타입 찾기
나만의
여행 스타일 찾기

20 여행 그리고 재충전
여름 여행 정보



Hero

22 영웅 인터뷰
환자 · 직원 · 지역민이
소통하는 병원
포항 미르치과병원 배원수 대표원장



28 추천 여행지
가슴이 탁 트이는
해안과 절경을 한눈에
포항미르 배원수 대표원장이 추천하는
말목장성 둘레길

Culture & Life

30 문화 스몰비어 열풍
34 교육 아이의 마음을 이해하는
공감경청법

With 미르

36 미르 news

통권 제33호
발행인 류경호
발행일 2014년 7월
발행처 (주)미르네트워크 대구광역시 중구 공평로 12(삼덕2가 149-132)

삶은 여행, 모든 추억은 찬란하다!

사람들은 “먹고사느라 여유를 즐길 시간이 없어요
좀 더 여유가 생기면 떠날 거예요”라고 말한다.
하지만 ‘좀 더’ 여유가 생겼을 때의 모습을
생각해 본 적이 있는가?
단순히 먹고 보고 즐기기 위해 떠나는 여행도 좋지만,
의미 있는 활동을 함께 할 수 있다면
그야말로 금상첨화가 아닐까.
최근 대두되고 있는 공정여행, 책임여행, 에코투어리즘 등이
바로 그것. 또한 보다 더 넓은 세상을 경험할 수 있는
해외자원봉사로 떠나는 건, 어떤 여행보다도
오래도록 기억에 남는 특별한 추억이 될 것이다.

TRAVEL TRENDS

공정여행 fair travel

‘공정무역(fair trade)’에서 따온 개념으로, ‘착한여행’이라고도 한다. 즐기지만 하는 여행에서 초래된 환경오염, 문명 파괴, 낭비 등을 반성하고 어려운 나라의 주민들에게 조금이라도 도움을 주자는 취지에서 2000년대 들어서면서 유럽을 비롯한 영미권에서 추진되어 왔다. 공정여행을 통해 현지인이 운영하는 숙소를 이용하고, 현지에서 생산되는 음식을 구입하는 등 지역사회를 살리자는 취지도 담고 있다.

책임여행 responsible tourism

관광객이 여행 국가의 경제, 환경, 문화 등을 존중하고 보호할 책임이 있다는 개념. 기존 대규모 패키지 형태의 관광을 지양하고 나온 대안관광의 하나로, 지속가능한 관광(Sustainable Tourism), 생태관광(Eco Tourism)과 함께 쓰인다. 대형 호텔이 체인이 아닌 현지 주민이 운영하는 숙소를 이용한다거나, 비행기에서 배출되는 이산화탄소로 인한 지구 온난화를 염려해 비행기로 여행을 하지 않는 것 등을 예로 들 수 있다.

에코 투어리즘 eco-tourism

친환경적 관광을 통해 도시와 농어촌 지역 사이의 교류를 확대함으로써 도시와 지역사회 모두에게 도움이 되는 새로운 관광형태이다. 제2차 세계대전이 끝난 후 프랑스에서 처음으로 시작되었으며, 관광이 경제적 이익의 수단으로 인식되면서 전 세계적으로 이익을 우선으로 하는 관광개발이 계속되고, 이로 인한 자연파괴가 늘어나자 1960년대부터 북아메리카를 중심으로 환경에 미치는 영향을 최소화하는 운동의 일환으로 나타나기 시작하였다.

해외 봉사활동

빈곤, 인권, 평화와 같은 지구촌 공동의 문제 해결을 위한 이타적 동기를 가지고 자발적으로 자신이 가진 자원을 개발하고 발전시켜 해외 필요한 곳에 대가 없이 나누는 활동을 뜻한다. 해외봉사자는 단순히 어려운 사람을 도와주는 개념을 넘어, 낯선 문화 간의 중매자이자, 민간 외교관으로 대한민국을 대표하는 역할을 담당한다. 나아가 세계시민으로서의 개발협력의 촉매 역할을 하기도 하고, 세상을 변화시키는 혁신가로서의 역할도 한다.

미르해외의료봉사단, 블라디보스토크에서 나눔 봉사

8차
고려인돕기
해외의료봉사



미르해외의료봉사단이 선진 의료기술을 활용한 해외의료봉사 활동을 펼쳤다. 지난 6월 4일부터 6월 8일까지 봉사단은 러시아 블라디보스토크에서 조금 떨어진 아르툼이라는 소도시에서 연해주 총영사관과 아르툼시 정부치과병원의 적극적인 협조로 237명 현지인의 구강 건강을 체크하고, 치료할 수 있었다. 이번 봉사활동은 그간 어려웠던 통관절차가 원활히 진행되어 현지 관공서의 공식허가로 다녀온 첫 사례로 꼽힌다.



블라디보스토크 도착

고려인 돕기 해외의료봉사를 할 수 있도록 도와주신 아르툼 시장 및 관계자 분들께 봉사단을 대표해서 감사드립니다.



미르봉사단장님과 러시아방송국 인터뷰

아르툼시와 미르가 MOU를 체결하고, 앞으로 더 많이 협력하기로 약속했습니다.



아르툼 시 - 미르 MOU 체결식

현지 진료소로 이동



대한민국의 선진의료기술을 널리 알리게됩니다.

대한민국 의료진들의 체계적이고 뛰어난 전문에 만족합니다.

미르인들의 '따뜻한 마음'이 이어지길

한 명, 한 명의 환자를 진료하며 새로운 어려움들을 슬기롭게 이겨나가는 모습을 보면서, 우리 미르인들의 숨은 저력을 다시 한 번 느낄 수 있었습니다. 언어의 장벽을 해소해주는 유학생들과 현지 의료인들의 지원이 있어 좀 더 수월하게 진료를 할 수 있었죠. 또한 원장님들의 뛰어난 진료모습에 감탄해 마지않는 러시아 의료진 앞에서는 저절로 어깨가 으쓱했고, 자부심이 느껴졌습니다. 시간이 지남에 따라 가슴을 열고 진심으로 서로를 칭찬과 격려, 배려하는 모습을 보며 정말로 훈훈한 동료의 정을 느낄 수 있었죠. 매년 봉사활동을 나서는 미르네트워크의 열정이 정말 대단하다고 새삼 느끼면서 미르의 일원으로 뜻 깊은 봉사활동에 참여하게 허락해주신 분들께 감사드립니다. 앞으로도 아름다운 봉사활동이 꾸준히 이어지기를 바랍니다.

이나윤
거제미르치과병원



진료중인 미르의료봉사단
Dr. 배원수

해치지 않아요. 겁먹은 아이 달래면서 전문중입니다.



진료중인 미르의료봉사단
Dr. 정성국



이상택 원장님께서 앞으로 어떻게 치료를 해야 하는데 대해 알려줘 큰 도움이 됐습니다.

Dr. 이상택 강의를 듣는 러시아 의료진



보다 나은 치료를 위해 상생 협력체계를 구축합니다.

연해주 극동국립대학교 의과대학장 미팅





고려인들과의 만남



미르와 함께한 건 행운

그래, 당첨이다! 행운이 제게 찾아왔습니다. 1994년부터 이어오고 있는 '미르네트워크의 고려인 돕기 해외 봉사'에 당첨 된 것이죠. 이제는 수백 명에 이르는 전국 미르 식구들 중에서도 광주, 거제, 수원, 포항, 순천, 대구, 경산에서 모인 20명과 함께 하게 되었습니다. 한국에 있을 때보다 빠듯한 일정과 힘든 진료 스케줄 속에서도 무사히 진료를 마무리 할 수 있었던 건, 서로의 어깨를 토닥여 주며 힘을 북돋아줬던 가족 같은 서로가 있었기 때문 입니다. 미르에 몸을 담은 지 4년째, 든든한 '미르'라는 땅이 제게 존재 한다는 든든함에 깊은 안도를 느끼게 됐습니다. 이번 봉사는 미르에 몸담고 있었기에 누릴 수 있었던, 참 감사하고 행복한 시간이었습니다. 스파시바(감사합니다). 미르!

김은화
경산미르치과병원



현지 의료진의 진료 견학

블라디보스토크



많은 미르인들과 봉사 기쁨 나누고파

10년 동안 몸담으면서 느낀 가장 긍정적인 것은, '함께'라는 말의 가치와 힘이었고, 여러 어려움에도 불구하고 매년 박석인 원장님을 중심으로 많은 분들이 의료봉사를 묵묵히 진행하시는 것을 보면서 존경스럽고, 함께 동참하고 싶다는 생각을 해 왔습니다. 이번엔 간 곳은 러시아 블라디보스토크에서 조금 떨어진 아르툰이란 소도시였습니다. 시장님과 여러 관계자들의 도움으로 아르툰 시립치과병원의 시설과 장비를 이용할 수 있어 좀 더 편하고 제대로 된 진료를 할 수 있었습니다.

처음엔 무뎠던 그들의 얼굴이, 친절하고 성실한 한국의료진에게 감동해 차츰 감사하는 표정으로 바뀌어 가는 것을 보면서 '여기 참 잘 왔구나'란 생각이 들었죠. 만약 혼자였다면 이런 즐거움은 없었을 겁니다. 앞으로 좀 더 많은 미르네트워크 가족들이 이런 가슴 벅찬 보람과 행복을 느꼈으면 좋겠습니다.



Dr. 하도원
대구미르치과병원

이 곳은 블라디보스토크 혁명광장입니다!



'동방의 진주' 블라디보스토크

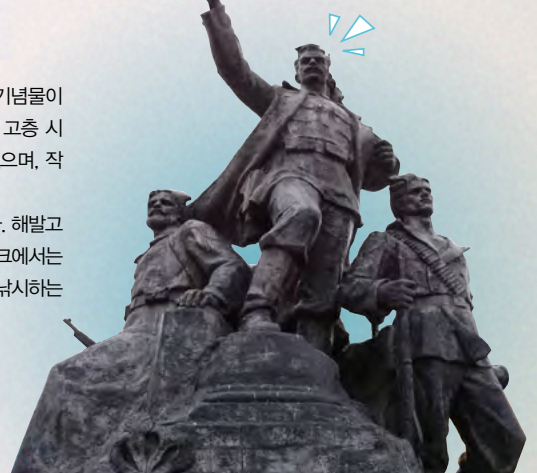
블라디보스토크 극동 러시아 연해주의 주도이자, 군항으로써 시베리아의 얼지 않는 항구가 있는 마을이다. 골든 홀 부근에 퍼져는 마을은 아담하며 걸어서 관광 할 수 있다. 역전 광장에서 가까운 스페트렌스카야 거리가 메인 스트리트, 백화점이나 전문점에서 쇼핑을 추천한다. 또한 아도미라라, 호키나대로를 따라가면 화단과 분수가 위치한 유럽풍의 건축이 우아한 분위기를 만들고 있다. 주요 명소는 중앙광장, C56 잠수함 박물관, 독수리 전망대 등이 있다.



블라디보스토크 중앙광장

'혁명전사광장'이라 불리는 이곳은 1917년-1922년 러시아 극동지역에서 구소련을 위해 싸웠던 병사들을 위한 기념물이 있으며, 중요한 국경일 행사가 개최되는 광장이다. 또한 시민들에게 휴식처를 제공하고 있으며, 주변으로 흰색 고층 시청건물이 있다. 이곳에서 금각만으로 향해 올라가다 보면 블라디보스토크 125주년을 기념하는 오벨리스크가 있으며, 작은 만과 바다 및 선박들을 볼 수 있다.

도시 전체가 요새로 이뤄져 있는 블라디보스토크, 도시에서 가장 높은 푸니쿨로르(독수리 동지)에는 전망대가 있다. 해발고도 약 240m로 도시와 항구를 한눈에 조망할 수 있다. 아무르스크 만의 끝자락 아르츰시에 있는 작은 마을 실린스크에서는 얼음낚시를 즐길 수 있다. 코르쉬카라는 작은 물고기가 주로 잡힌다. 곳곳에서 러시아 사람들이 보드카를 마시며 낚시하는 모습을 볼 수 있다.



가슴 속 뜨거움을 따라 여행을 떠나라!

여행작가 손미나

누구나 꿈을 꾀다.

그 꿈을 이루느냐 이루지 못 하느냐는 '선택'의 문제다.

도전에 대한 두려움 없이 꿈을 향해

나아가는 과정은 무엇보다 의미 있고 중요하다.

자타가 인정하는 젊은 여성들의 역할모델이자,

멘토인 손미나 전 KBS 아나운서는

꿈을 이루기 위해 2004년 휴직계를 내고,

스페인으로 유학을 떠났다.

2007년 프리랜서를 선언한 그녀는

베스트셀러 여행 작가로 활동하다

지난해 11월 '여행'을 기반으로 콘텐츠를 기획하는

'손미나앤컴퍼니'를 설립했다.

지금까지 쓴 여행기는 '스페인 너는 자유다' 외에

'태양의 여행자(2008)' '다시 가슴이 뜨거워져라(2009)'

'파리에선 그대가 꽃이다(2013)' 등이 있다.

지금부터 손미나가 들려주는

'내 삶의 주인으로 다시 태어나는 법'에 귀 기울여 보자.





que



LES FIA
AU COU
PROKOFI
Tugan Sokhr
Martin Dunc
Orchestre
du Capit
AN

LE
W

ki
Corporain

IRIGANDS
BACH

ns-Xavier Roth
Makeïeff
me Deschamps
de l'Opéra
n
es

ATYS
LULLY
William
Jean-Mar
Les Arts P
MA



ABONN
0825 01 01 2

LOCATION
ra-comique.com

ADMUS
HERMIONE
LULLY

nt Dumestre
in Lazar
e Harmonique

MAMELLES
RÉSIAS

ENC
vic Morlot
na Makeïeff
estre et chœurs
Opéra de Lyon
IER

Allianz

대한민국 대표 방송사 간판 아나운서에서 세상을 누비는 여행 작가로의 변신에 성공한 손미나는 많은 여성들이 닮고 싶어 하는 멘토이자, 그들의 삶에 활기와 용기를 주는 ‘자유의 아이콘’이다. 그녀의 행보에 사람들이 박수를 보내는 진짜 이유는, 남다른 용기와 도전 정신 때문이다.

손미나가 새로운 세상에 도전할 수 있었던 건 역사학자인 아버지의 영향이 컸다. ‘영어에만 매달리는 시대에 스페인어를 배우면 앞으로 쓸모가 많을 것이다’는 아버지의 조언에 따라 고려대학교 서어서문학과를 졸업한 후, 스페인 바르셀로나 대학 언론학 석사과정을 마쳤다. 외국어 공부에 대한 남다른 열정으로 호주와 스페인 등지에서 어학연수를 하며 대학생활을 마치고, 단 한 번도 생각해 보지 않았던 직업인 KBS 아나운서 시험에 도전하여 합격했다. 1997년 입사 이후 10년간 ‘도전 골든벨’, ‘가족 오락관’, ‘세계는 지금’ 등을 진행하는 간판 아나운서로 설 틈 없이 활동했다.

2004년 휴직한 그녀는 스페인 바르셀로나로 날아가 언론학 석사 과정을 밟고 나서 <스페인, 너는 자유다>를 썼다. 그 당시 스페인 직항 비행기를 타면 이 책을 보는 사람이 늘 몇 명 있을 정도로 성공을 거두었고, 그 후 새로운 모험을 위해 미련 없이 사표를 던졌다. 2007년부터 세상을 누비는 여행 작가로 살면서 일본 탐험기 <태양의 여행자>, 아르헨티나 탐험기 <다시 가슴이 뜨거워져라>를 집필했다. 2008년엔 해외 입양을 다룬 <엄마에게 가는 길> 번역에 도전했고, 2011년엔 <누가 미모자를 그렸나>라는 로드무비 장편소설을 써내 소설가로 데뷔했다.

“그동안 몇 번의 사랑과 이별을 했으며, ‘손미나’라고 이름 박힌 책들이 서점에 쌓였고, 지구별 오대륙에 발자국을 남겼습니다. 사실 생활의 터전이 확고해질수록 엉덩이를 떼고 다른 곳으로 훌쩍 떠나 새 삶을 시작하는 것은 더 어려워지는 법이죠. 심지어 다니던 직장을 박차고 나와 제 2의 인생을 시작한 마당에, 완전히 자유롭지 못했습니다. 이리다 파리에서 살아보겠다는 오랜 소망이 홀연히 사라지는 아침 안개처럼 허무하게 흩어져버리지는 않을까 걱정됐죠.”



● 파리지앵으로 살아보기

그녀는 인생이란 때로는 거센 파도를 몰고 와 전혀 기대하지 못한 곳으로 운명을 옮겨다 놓기도 한다고 했다.

“예상치 못한 순간, 커다란 파도가 밀려왔습니다. ‘결혼생활의 실패’라는 파도와는 사투. 그 공포의 터널을 지나는 과정은 쉽지 않았어요. 외출을 거부한 채 스스로 물 한 모금 마시지 않고 흘러보낸 시간이 며칠 밤낮이었는지 모릅니다. 겨우 기운을 차린 후에도 샤워를 하다, 수프를 끓이다, 혹은 텔레비전 퀴즈쇼를 보다 난데없이 주르르 눈물이 흘렀습니다.”

하지만 손미나는 더 이상 좌절할 수 없었다. 이를 악물고 다시 일어서기 위해 안간힘을 썼다.



“요가를 시작하고 펀치 볼과 권투 글러브를 사들였습니다. 요가는 영혼에 평화를 되찾아주었고, 권투는 남은 울분을 털어내는 데 효과적이었죠. 운동하는 것 이외의 모든 에너지는 닥치는 대로 책을 읽는 데 쏟아 부었습니다. 어느 정도 시간이 흐르자 발코니에 나가 햇살을 즐기며 음악을 들을 수 있었고, 수년 전부터 미뤄왔던 번역 일까지 실행에 옮길 용기를 냈습니다.”

그녀에게는 오랜 세월 간직해 온 꿈이 있었다. 하지만 꿈을 이루지 못한 채 많은 날이 흘렀고, 20대 초반의 여대생은 30대 중반을 넘긴 사회인이 되었다.

“바로 파리에서 살고 싶다는 것이었어요. 제게 파리는 누구나 알만한 보편적 매력 외에도 결코 잊을 수 없는 특별한 추억이 있습니다. 스물두 살, 스페인에서 어학연수를 하고 있을 때였죠. 낯선 유럽 문화에 적응하지 못해 방황하던 중, 선배로부터 파리행 비행기 표를 얻었고, 그 길로 도망치듯 여행을 떠났어요. 그러던 중 비행기 안에서 세네갈 출신의 갑부 할아버지를 만났습니다.

‘꿈을 가진 젊은이는 무조건적인 호의를 받을 자격이 있다’며 할아버지는 무일푼 가난한 유학생이 일류호텔에 머물면서 3일간 황홀한 파리 여행을 할 수 있게 해주셨죠. 그런 제가 파리를 특별한 도시라고 생각하는 데 반기를 들 수 있는 사람은 아무도 없을 것입니다. 그렇기에 파리에서만큼은 잠깐 스쳐가는 여행객이 아닌, 그 일부가 되고 싶었습니다. 집에 있던 차림으로 걸어서 루브르 박물관을 지나 우체국에 간다든가, 해질 무렵 킵상부르 공원에서 산책을 하고 동네 빵집에서 따끈한 바게트를 사는 것, 이 모든 것이 일상인 파리지앵으로 살고 싶었습니다.”

그렇게 손미나는 ‘파리에 살고 싶다’는 오랜 소망을 이루기 위해 2009년부터 3년간 파리지앵으로 머물렀다.

“파리는 제가 머물러본 그 어떤 곳보다 자연스럽고 인간적인, 또한 개개인의 개성이 존중받는 삶이 흐르는 곳입니다. 잠깐 스쳐가는 여행자가 아닌 파리지앵으로 산다는 것은, 그 기운을 스펀지처럼 빨아들여 새로운 인간으로 태어나는 것과 같습니다. 어떤 빛깔을 지닌 사람이든 파리에서는 자기 삶의 주인이 되고, 가장 아름다운 꽃으로 피는 것입니다. 그러니 헤밍웨이가 말했듯, 젊은 시절 파리에 살았던 것은 크나큰 행운일 수밖에 없으며, 그것은 내가 앞으로 어디에서 어떤 삶을 벗어 가든지 움직이는 축제처럼 내 영혼에 빛을 불어넣어 줄 것입니다.”





● 파리에선 그대가 꽃이다

그녀는 파리를 ‘예술을 꿈꾸게 하는 매력 가득한 도시’라고 소개했다. 대문호 발자크가 일찍이 ‘깊이를 알 수 없는 심연’이라 일컬었던 파리는, 혁명으로 자유와 민주주의를 쟁취한 나라의 수도, 문화와 예술의 요람, 수많은 영화의 배경이 된 곳이란 것이다.

하지만 파리는 흔히 상상하는 것처럼 예쁘기만 한 도시가 아니라고. 냄새나고 낡아빠진 지하철, 어렵지 않게 만날 수 있는 노숙자와 미친 사람들, 짹하고 해가 뜨는 날보다 어둡고 스산한 날이 더 많은 도시라고 했다.

“30대 중반을 넘겨버린 병어리에 가까운 아시아 여자가 혼자 살면서 새로운 도전을 한다는 것은 그 자체만으로 엄청난 용기가 필요했습니다. 파리는 굉장히 불친절하기로도 유명한 도시죠. 웨이터는 서러울 정도로 불친절하답니다. 처음 6개월은 정말 적응하기 어려웠어요. 처음 이사 간 날 초콜릿을 들고 이웃에게 인사를 갔는데, 다짜고짜 ‘원하는 게 뭐냐’는 소리를 들었어요. 정말 황당했죠. 혼독한 파리 신고식, 파리에 대한 환상에 한 번에 깨지는 느낌이었어요. 그런데 그들에게는 제가 낯선 문화였던 거예요. 하지만 결국에는 모두와 친해졌고 친구가 됐습니다.”

진정한 홀로서기로 자신의 꿈을 위해 세상에 도전하는 손미나의 삶은, 언제나 현재진행형이다.

“많은 분들이 안정된 직장을 버리고 도전을 선택하는 사람들을 특별하게 생각합니다. 저 역시도 실패에 대한 두려움을 가지고 있었습니다. 아무것도 정해지지 않은 상태에서 도전을 한다는 것은 쉽지 않은 일이죠. 그렇기에 누구에게나 ‘실패’는 두려움으로 다가옵니다. 하지만 도전을 하지 않으면 절대 한 걸음도 나갈 수 없습니다. 의외로 포기하다보면, 행복이 저절로 따라오죠. 남들이 정해놓은 길을 그대로 따라가는 것보다, 가슴 속 뜨거움이 말하는 대로 따라가 보세요. 나의 행복을 위해 필요한 것이 무엇인지 탐구하고 그것을 발견했다면, 주저하지 말고 즉시 도전해보시기 바랍니다. 저처럼 말이죠.”

참고자료 <파리에선 그대가 꽃이다> / 자료제공 웅진지식하우스

알아두면 유익한 여행의 기술

여행은 떠나는 생각만으로도 즐겁다.
하지만 가까운 곳이라도 준비해야 할 것과 챙겨야 할 짐이 많다.
떠나기 전 조금만 신경 쓰면 여행이 더욱 즐거워진다.
2014년부터 변경된 기내반입이 가능한 허용물품을 소개한다.



2014 항공 기내반입 허용물품

항공기내 테러 등 보안위협 수단으로 사용될 가능성이 적은 긴 우산, 손톱깎이, 접착제, 와인따개, 바늘 등 일반 생활용품은 객실 내 휴대물품으로 반입이 가능하다. 하지만 승무원 위협 등 기내 보안에 직접 영향을 줄 수 있는 칼 종류는 원칙적으로 반입을 금지하되 위험성이 낮은 일면도기(안전면도기), 안전면도칼, 전기면도기 등은 허용한다.

또한 국제기준과의 통일성 확보를 위하여 테러 등에 직접 사용될 수 있는 연막탄, 모의폭발물 등은 객실은 물론 위탁수하물로의 반입도 엄격히 금지된다. 그간 위탁수하물로 1인당 1개까지만 반입되어 승객 불만이 높았던 염색약, 퍼머약 등도 다른 액체류 물품과 함께 1인당 총 2kg까지 반입이 가능하다. (100ml이하의 용기로 1인당 1개의 1ℓ 투명비닐지퍼백에 담은 경우 허용)

뿌라삿키즈

유적의 아이들

캄보디아 정글 속에 있는 앙코르 유적지는 세계에서 가장 유명한 유적 중 한 곳이다. 이 도시의 아이들은 유적과 함께 어 떠한 모습으로 자라가고 있을까? 삶의 한 뿌리를 묻고 유적을 자랑분 삼아 살아가고 있는 아이들, 다른 이들에게는 잠시 스 처지나가는 관광지를 삶의 터전으로 삼아 살아가고 있는 사람들. 이제부터 그들을 만나본다.

글 · 사진 김재승 작가

다큐멘터리 사진가. 2010년 뉴욕의 포토에이전시 Atlaspress 소속 외신기자 생활을 정리하고 프리랜서로 전향 후 인도차이나 반도의 오지와 내전지역, 긴급구호현장을 다니며 사진작업을 하고 있다. 국제구호기구 JoinTogetherSociety의 긴급구호요원으로도 활동하고 있으며 현재 국가인권위원회 '인권치 외 다수의 매체에 사진을 기 고하고 있다.





유적에서 물건을 팔고 있는 아이

유적에서 물건 파는 아이들은 대부분 여자아이들이다. 뽀레아 칸 서문에서 물건을 파는 아이들은 총 11명. 그중 남자아이는 단 1명뿐이었다. 남자아이들은 왜 물건을 팔지 않는냐는 질문에 돌아온 답은, 실소가 나올 만큼 단순 명료했다. 남자아이들이 여자아이들에 비해 물건을 파는 요령이 부족하기 때문이란다. 어차피 한 가족 당 한명이라면 하나라도 더 팔 수 있는 아이가 물건을 파는 것이 맞지 않느냐는 얘기도.



양코르와트 유적에서 만난 전통복장의 스라이니은

열다섯 살 소녀 타 스라이니은 양코르와트 사원에서 전통 암사라 분장을 하고 사진을 찍어 주는 일을 한다. 그녀는 매일 아침 5명의 동료와 함께 3km를 걸어 양코르 유적으로 나온다. 우리의 중학교 교육과정인 9학년을 마치고는 바로 생계의 현장인 양코르 유적으로 들어왔다. 빠듯한 집안 살림에 더 이상 공부를 하는 건 가족모두에게 폐가되는 일이었다고 그녀는 말한다. 언제부터가 캄보디아의 빈민층 여자아이들은 제때에 배움을 받기보다는 가족의 생계를 책임지기위한 생업전선에 뛰어드는 일을 당연시 여기고 있는데 스라이니은 역시 자신이 현재 일을 하고 있는 것을 당연하게 여기고 있었다.

캄보디아 양코르 유적지를 방문하는 관광객 수는 연간 약 200만 명 이상(2010년 기준)이다. 그들이 자출하는 돈은 캄보디아의 가장 중요한 국가 수입원 중 하나이며, 이곳의 아이들 상당수가 관광 업종에 종사하는 주민들과 함께 양코르유적 속에서 오늘을 살아가고 있다.

나만의 여행 스타일 찾기

올여름 휴가지를 고민하고 계신가요. 사람마다 입맛이 다르듯 여행에도 취향이 있습니다.

당신의 여행 스타일은 무엇인가요? <미르진>이 당신만의 여행지를 추천해 드릴게요.

아래 A, B, C, D 각 타입별로 제시된 질문에 동의하면 O, 동의를 하지 않으면 X를 체크하세요. O의 수가 가장 많은 타입이 바로 당신의 여행스타일입니다.

참고자료 _ 여자들의 도시여행

A
type



- 여행을 가면 그 나라나 도시의 대표적인 박물관에 꼭 들르는 편이다. O X
- 잘 몰랐던 인물이나 역사적 사실과 관련된 유적지에 가면 안내판을 유심히 살펴보게 된다. O X
- 현지인들의 생생한 삶을 엿볼 수 있는 재래시장은 매우 흥미로운 장소다. O X
- 유명한 예술가의 작품이나 발자취를 만날 수 있는 장소에 매력을 느낀다. O X
- 버스를 타고 이동하는 단체 관광보다는 여유로운 도보관광을 즐긴다. O X
- 할 수만 있다면 하루쯤 현지인들과 똑같은 라이프스타일을 체험해보고 싶다. O X

Art & Culture | 역사 · 문화 탐방자

당신은 한 나라나 지역의 역사나 문화, 예술에 풍부한 관심을 가지고 있으며 여행에 있어서도 얌에 대한 호기심으로 충만합니다. 틀에 박힌 여행지보다 생생한 삶의 현장에 더욱 매력을 느끼며 현지인들과 교류에도 적극적입니다. 여행을 직접 계획하고 여행의 즐거움을 주변 사람들과 나누는 것을 즐깁니다. 여행을 떠나는 순간 유쾌한 에너지로 넘치며 늘 다음 여행을 꿈꿉니다.

B
type



- 여행을 가면 그 나라나 도시의 대표적인 쇼핑구역은 꼭 들르는 편이다. O X
- 인기 드라마나 영화 촬영지에 관심이 많다. O X
- 잡지나 TV에 소개된 핫플레이스에는 꼭 한번 가보려고 노력한다. O X
- 평소 여행 블로그나 맛집 블로그의 포스팅을 즐겨본다. O X
- 교통이나 잠자리가 불편한 시골여행은 망설이게 된다. O X
- 여행을 계획할 때 어떤 옷을 입을지 결정하는 데 많은 시간을 할애한다. O X

Shopping & Taste | 패션과 트렌드에 민감한 차도녀

당신은 세련되고 도시적이면서도 남들보다 한 발 앞선 감각적인 가치를 추구합니다. 여행에 있어서도 고리타분한 역사유적지보다 대중의 관심이나 이슈와 관련된 장소들에 매력을 느낍니다. 여행의 순간순간을 멋진 사진으로 기록하길 즐기며 이를 위해 절대 스타일을 포기하지 않습니다. 여행지와 현지인들의 삶에 녹아들기보다 여행자로서의 자신에게 더 많은 관심과 애정을 가집니다.

C
type



- 짜여진 일정대로 움직이는 것보다 발길 닿는대로 자유롭게 구경하는 것이 훨씬 흥미롭다.
- 고급스러운 호텔보다는 자유로운 분위기의 게스트하우스가 더 편하다.
- 혼자 여행하는 것도 나름의 재미가 있다.
- 여행 중 예상치 못한 상황이 닥치더라도 당황하기보단 즐기려 노력한다.
- 인공적인 조형물보단 자연 그대로의 웅장하고 광활한 아름다움에 매력을 느낀다.
- 여행에서 만난 사람들과 쉽게 친해지고 대개 먼저 말을 건네는 편이다.

Extreme | 도전과 일탈을 즐기는 탐험가

당신은 여행을 일상과 명백하게 구분 짓고자 합니다. 여행을 떠나면 자유롭고 즉흥적인 행동을 즐기며 나이에 관계없이 친구가 되기도 합니다. 여행에서 곤경에 처하거나 불편함을 겪더라도 잘 감수하며 오히려 그것이 남들과는 차별화된 자신만의 의미 있는 여행을 만든다고 생각합니다. 그 어떤 가치에도 개방적인 태도로 접근하며 지역과 환경에도 큰 관심을 가지고 있습니다.

D
type

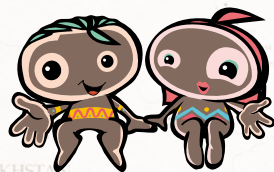


- 직접 모든 것을 결정해야 하는 자유여행보다 패키지여행이 마음 편하다.
- 내게 여행은 휴식과 동일한 의미다.
- 마사지나 스파 프로그램에 관심이 많다.
- 여행을 계획할 때 가장 중요하게 생각하는 것은 편리하고 안락한 숙소다.
- 여름휴가로 고급 호텔의 패키지를 진지하게 고려해 본 적이 있다.
- 친구들과 여행을 떠나면 세부적인 계획은 친구들에게 맡겨두는 편이다.

Refresh | 휴식을 즐기는 은둔자

당신은 휴식의 가치를 잘 이해하며 몸과 마음을 편안하게 하며 휴식을 취하면서 쉬는 데서 일상의 에너지를 얻습니다. 생체적 균형이나 자연에서 얻는 테라피에 관심이 많고 걸로 드러나지는 않으나, 자의식과 자제력 또한 강합니다. 호화스러운 여행을 즐기지는 않지만 자신에게 중요한 가치에 투자하는 것을 망설이지 않습니다. 여행지에서 새로운 인연을 만들기보다 내면의 목소리에 귀 기울이려 합니다.

흠뻑 빠져라! 뛰어라! 그리고 즐겨라!



보령머드축제

보령시는 예로부터 자원이 풍부하고 산 좋고 물 맑아 산자수명한 땅에 대대손손 평강을 누리며 산다하여 '산자수명(山紫水明)'이라 불리던 축복 받은 고장이다.

보령머드축제는 동양에서 유일한 패각분 백사장을 자랑하는 대천해수욕장에서 개최로 해수욕 및 머드체험을 동시에 체험할 수 있으며, 청정갯벌에서 진흙을 채취하여 각종 불순물을 제거하는 가공과정을 거쳐 생산된 머드분말을 이용한 머드마사지와 머드체험행사가 운영되고 있다.

기간 / 7월 18일(금) ~ 7월 27일(일)

장소 / 대천해수욕장 및 시내 일원(보령시 신항동 1029-3)

전화문의 / 041-930-3557, 041-930-3872

홈페이지 / www.mudfestival.or.kr



강진청자축제

남녀노소 할 것 없이 가장 쉽고 편리하게 접할 수 있는 청자조각하기체험에서부터 비색 청자의 발상에서 쇠퇴기까지 그 역사성을 학술적으로 토론하는 청자심포지엄은 물론, 가족단위 관광객이 다양한 프로그램 등을 통해 오감을 느끼고 추억을 만들어갈 수 있는 역사와 전통이 있는 축제다. 특히 여름축제에 걸맞게 다양한 물놀이 시설과 휴게시설을 갖추고, 빛을 이용한 야간 불거리는 행사기간 내내 환상적인 세계로 관광객을 인도하고 있다.

기간 / 7월 26일(토) ~ 8월 3일(일)

장소 / 고려청자도요지(강진군 대구면 사당리)

문의 / 1688-1305

홈페이지 / www.gangjinfes.or.kr





대구치맥페스티벌



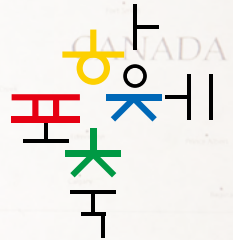
젊은이들의 열정과 끼를 발산하는 축제의 장으로 치맥세대와 기성세대가 함께하는 새로운 축제문화의 장을 마련했다. 치맥 축제를 통해 지역식품산업 활성화 및 젊은 층에 문화관광도시 대구 이미지를 제고시키고자 다양한 문화예술공원과 체험행사, 시식코너, 이벤트 등이 준비한 먹고, 마시고, 즐기는 新풍류 한마당이다. 약 80개 업체, 150여 개 부스의 규모로 치킨업체, 맥주업체, 음료업체 전시관 및 지역식품 및 관련산업 비즈니스관을 구성할 예정이다.

기간 / 7월 16일(수) ~ 7월 20일(일)

장소 / 두류공원(대구시 달서구 두류공원로)

문의 / 053-631-0052

홈페이지 / www.chimc.or.kr



포항국제불꽃축제



2천 여 년 전, 신라시대 해와 달의 정령인 연오랑과 세오녀의 이야기에 나오는 '태초의 빛'은 포항의 빛의 시작은 포항의 빛의 시작이었다. 올해로 11회를 맞이하는 '2014 포항국제불꽃축제'는 7월 31일부터 8월 3일까지 영일대해수욕장 일원에서 개최된다. 이번 축제를 통해 포항의 '불과 빛'을 만날 수 있으며, 형산강 하구와 영일만의 바다의 아름다운 야경을 무대로 10만발에 가까운 불꽃이 화려하고 아름답게 펼쳐진다.

기간 / 7월 31일(목) ~ 8월 3일(일)

장소 / 형산강체육공원, 영일대(북부)해수욕장(포항시 북구 해안로 96)

문의 / 054-270-8282

홈페이지 / piff.ipohang.org

부산 국제록페스티벌



제15회 부산국제록페스티벌
15th Busan International Rock Festival



대한민국을 대표하는 국제적인 음악축제로 음악 콘텐츠 발굴 및 관련 산업의 활성화, 인디밴드들의 활성화를 위해 개최되는 '부산국제록페스티벌'은 영화와 함께 음악축제도시 부산의 이미지를 높이는 계기가 되었다.

올해도 어김없이 대중성 있는 국내외 유명 록밴드들이 출연하여 세계적인 뮤지션들과의 지속적인 교류와 마니아들뿐만 아니라 시민들을 열광시키기에 충분할 것이다.

기간 / 8월 8일(금) ~ 8월 10일(일)

장소 / 삼락생태공원(부산 사상구 삼락동 696)

문의 / 051-501-6051

홈페이지 / www.rockfestival.co.kr

환자 · 직원 · 지역민이 소통하는 병원

포항미르치과병원
배원수 대표원장

M



만나면 이유 없이 기분이 좋아지는 사람이 있다. 포항미르치과병원 배원수 대표원장이 그랬다.
서글서글한 표정의 배원수 원장은 시종일관 웃음을 잃지 않았다. 뭐가 그리 좋을까.
그와 이야기를 나누는 동안 웃음소리가 떠나질 않았다.
치과의사로 산다는 게 쉽지만은 않을 텐데, 아직까지 때 묻지 않은 순수함을 그대로 간직한
배원수 원장은 마치 오랜만에 만난 친구처럼 상대를 편하게 하는 매력을 지니고 있었다.



포항미르치과병원의 지역사랑은 잘 알려져 있습니다. 간단하게 병원 소개를 해 주시지요.

‘미르’는 승천하는 용을 의미하는 순수 우리말로서, 유능한 의료진과 쾌적한 시설, 감동의 서비스로 환자들을 만나고 있습니다. 포항미르치과병원은 13명 의 의사를 비롯해 총 100여 명의 의료스텝진이 오랜 기간 땀 흘려 준비했기에 자부심이 남다른데요. 고객을 위해 진료파트를 세분화한 커뮤니티 병원으로, 과학적인 분석과 철저한 1:1 고객관리를 통해 세심한 서비스와 섬세한 특별진료를 하고 있습니다. 앞으로도 작지만 소중한 것들을 지키며 성심을 다하겠습니다.

포항미르만의 경쟁력은 무엇인가요?

우리 병원의 경쟁력은 ‘인재’라고 생각합니다. 다양한 전공의 원장들이 모여 임상에 대해 연구와 발표를 매일 진행하고 있고, 100여 명의 치과위생사들 역시 원내 세미나와 교육, 발표를 통해 꾸준히 실력을 향상하고 있습니다. 이렇듯 병원운영에 도움을 주는 분들이 많기에, 미르가 있는 게 아닐까 생각합니다. 저는 참으로 운 좋은 사람입니다. 고마운 사람들과 함께 한다는 것 자체가 큰 행운이죠. 우리 병원의 경쟁력은 바로 우리 모두입니다.



원장님께서 생각하시는 이상적인 병원이란 어떤 곳인가요?

‘진심으로 대하면 믿음으로 돌아온다’고 생각합니다. 대부분의 환자들은 고통과 불편을 참고 병원을 찾아오시죠. 그들의 아픔과 불편을 마음 깊이 공감하며, 진심을 담아 최선의 치료를 하는 것이야말로 가장 이상적인 병원이 아닐까요.

특별히 기억에 남는 환자가 있나요?

몇 년 전 만난 뇌성마비 환자가 생각납니다. 아무래도 뇌성마비는 이동이 어려울뿐더러, 다른 사람들의 시선과 경제적 사정 등으로 치료받기가 쉽지 않죠. 언젠가 환자는 치료를 해준 게 고맙다며 케이크를 사서 왔더군요. 치과의사로서 당연한 일을 했을 뿐인데 말이죠. 그에게서 정말로 고마워하는 마음을 느꼈습니다. 치과의사생활을 오랫동안 하다 보니 매너리즘에 빠지기 쉬운데, 봉사활동을 하면서 많은 것을 배우게 됩니다. 그래서 개인적 기부는 물론이고, 동료들과 2003년부터 찾아가는 봉사를 하고 있습니다.



포항미르치과병원
본관

포항미르치과병원
신관





신임 원장 interview 1

좋은 손을 가진 의사가 되겠습니다

구강안면외과 황희돈 원장

황희돈 원장에게 '좋은 손을 가진 의사'란 두 가지 의미를 지닌다. 우선 치과 의사로서는 '최상의 치료 서비스를 제공하는 것'이며, 두 번째 개인으로서 '마음의 손으로 진심을 다해 환자들을 만난다'는 것이다. 황 원장은 "고향인 대구를 떠난 지 1년 밖에 되지 않아 아직 많이 낯설고 힘들다"며 "끊임없이 노력하고 발전하는 선배 원장들의 모습을 보면서 많은 것을 배운다"고 전했다.

"앞으로도 환자분들의 건강한 아름다움을 지켜드리기 위해 늘 겸허한 자세로 배우겠습니다. 오랜 경험과 많은 케이스를 가진 원장님들과 협진시스템, 지속적인 세미나 참여를 통한 신기술 습득, 자체 세미나를 통한 기술 향상 등 끊임없이 노력하겠습니다. 처음처럼 한 분 한 분의 몸과 마음을 살피면서 진심이 통하는 치과 의사가 되겠습니다."



황희돈

경북대학교 치의학 전문대학원 졸업
대한치과 의사협회 구강안면외과 전문의
경북대학교 치의학 박사
(현) 포항 미르치과병원장

미르진 이번호 테마는 '여행'입니다.

여행과 관련된 추억이나

추천장소가 있으면 부탁드립니다.

포항에는 가볼 곳이 많습니다. 보경사, 호미곶, 영일만 해수욕장 등. 그중에서도 구룡포를 추천합니다. 특히 조선시대 말 목장으로 알려진 '구룡포 말목장성' 주변은 가볍게 등산하기에 좋은 코스입니다. 조선시대부터 일제강점기 이전까지 군마를 키우던 곳인데, 그 주변으로 둘레길이 가볍게 걷기 편한 코스로 구성돼 있죠. 둘레길을 따라 걸으면 상큼한 바다내음과 시원한 산바람 때문에 저절로 기분이 좋아 집니다. 가벼운 등산을 마치고 내려오는 길에 구룡포항에서 대게까지 먹는다면 금상첨화 아닐까요.

포항미르치과병원을 어떻게 운영해 나갈 계획인지 궁금합니다.

병원을 좋아하는 사람은 없을 것입니다. 특히 치과를 찾는 일은 어느 누구에게나 공포, 그 자체죠. 남녀노소를 막론하고 병원을 무서워하는 환자들에게 의사의 따뜻한 배려는 의미가 크다고 생각합니다. 손을 잡아주거나 가벼운 농담만으로 분위기를 부드럽게 만드는 것으로도 치료의 효율성이 확연히 커집니다. 학부시절 예방 치의학 강의를 들었을 때, 제 철학의 기본이 생겼습니다. 담당 교수님께서 '어떤 치과 의사가 될 것이냐'하고 물으셨죠. 그래서 대답했죠, '좋은 치과 의사가 되겠다'고, 교수님께서 '이왕이면 아주 훌륭하고 좋은 치과 의사가 되라'고 하셨어요. 벌써 오래전 일이지만, 아직도 그 말씀을 가슴 속 깊이 간직하고 있습니다. 13명의 원장님들을 비롯해 스태프들과의 조화가 지금의 미르치과를 만드는데 큰 원동력이 됩니다. 앞으로도 환자들이 믿고 찾아올 수 있는 신뢰 있는 병원, 문턱이 낮은 병원이 되도록 노력하겠습니다.

신임 원장 interview 2



정현엽

경북대학교 치의학 전문대학원 졸업
대한치과의사협회 치주과 전문의
경북대학교 치의학 박사
(현) 포항 미르치과병원장

인간미 넘치는 모습으로 가까이 하겠습니다

치주과 정현엽 원장

정현엽 원장에게 포항미르치과는 새로운 시작, 출발의 의미를 가진다. 정 원장 개인적으로는 아이가 태어났고, 사회적으로는 미르 직원들과 또 하나의 가정을 만들어 가게 되었기 때문이다.

학창시절 실습을 통해 치주과에 매력을 느꼈다는 정 원장은 "모든 치료가 중요하지만, 치주과는 잇몸건강은 물론 치아를 살리는 것에 초점을 맞추기에 더 큰 매력이 있다"고 말했다.

"길가다가 환자들을 만나면 밝게 웃으며 인사 나눌 수 있는 친밀한 치과 의사가 되고 싶습니다. 그런데 아직까지도 많은 분들이 병원을 부담스러워 하십니다. 그럼에도 불구하고 힘들게 결정해 병원을 찾아주는 한 분, 한 분 모두가 제게는 특별하고 의미가 있죠. 늘 같은 자리에서 친구처럼, 가족처럼 고객을 기다리며 건강을 챙겨드리겠습니다. 고객들의 마음 속 상처를 헤아리면서 그들과 같은 마음이 되겠습니다."

九龍浦

포항미르 배원수 대표원장이 추천하는
구룡포 말목장성

가슴이 탁 트이는 해안과 절경을 한눈에 말목장성 둘레길

이맘때면 더위에 몸과 마음이 자꾸만 늘어지곤 합니다. 독자 여러분을 위해 멋과 맛이 넘치는 매력 있는 여행지, '구룡포 말목장성'을 추천합니다.

장기목장성은 일제강점기 이전까지 군마를 양육하던 장소로 사용되었죠. 둘레길은 이 목장성을 따라 조성돼 있는데, 가파름 없이 걷기 편한 코스랍니다. 그래서 등산에 익숙하지 않은 사람들도 어려움 없이 오를 수 있답니다. 길을 따라 오르다 보면 시원한 산바람 내음과 동해의 푸르름을 동시에 느끼면서 산행을 즐길 수 있습니다.

이곳을 관광자원으로 개발하기 위해 2009년 희망근로 사업으로 약 4km의 석성터를 발굴하여 탐방로를 조성하고, 구룡포 산1번지에 있는 봉수대 터를 개발해 해발 205m 정상에 2층 전망대를 설치했죠. 그리고 말목장성 이미지 제고를 위하여 말조형물 3마리도 세웠습니다. 전망대에서는 태백산맥의 호미반도의 능선과 영일만항 등 3면의 동해 바다를 조망할 수 있으며, 정상부근에 진달래, 구철초, 등을 식재하여 4계절 탐방로를 찾는 탐방객들에게 볼거리를 제공합니다. 탐방로는 구룡포초등학교에서 전망대 정상까지 3.7km로 왕복 2시간 30분정도 소요되며 최근 많은 등산객들이 찾아옵니다.

등산 들머리는 구룡포해수욕장, 구룡포초교, 놀태리(벚꽃) 세 곳이 있습니다. 대부분의 등산객들은 교통이 편리한 구룡포초교를 들머리로 정하죠. 초등학교 우측 옆으로 난 도로를 따라가다 보면, 보건소가 있고 왼쪽으로 길이 보입니다. 그곳 담벼락에 '목장성탐방로'라고 표시되어 있죠. 오른쪽 등산로를 따르면 '구룡포 장기목장성 탐방로'라는 커다란 안내판이 있습니다. 그곳을 통과하면 아산의 발을 지나고 소나무 숲을 통과하면 바로 전망대가 나옵니다.

여행정보_ 구룡포읍 주민센터(<http://guryongpo.ipohang.org>)



천년의 역사를 머금고 있는 구룡포 말목장성

조선시대 말을 사육하기 위해 쌓은 석성으로, 경상북도 포항시에 그 흔적이 남아 있다. 일명 '석병성(石屏城)'이라고도 한다. 경상북도 포항시 남구 구룡포읍 구룡포리 돌문마을에서 놀테리 계곡과 응암산을 거쳐 동해면 흥환동 배일리에 이르기까지, 산등성이를 따라서 쌓은 석성(石城)이다. 1655년(효종 6)에 축성하였으며 둘레 25리에 높이가 10척이나 되었다.

이 성은 목장으로 이용되었는데, 소속은 울산목장으로 감목관의 관할 하에 군사 244명이 1천8필의 말을 놓아길렀으며, 목장 안에는 말에게 물을 먹이는 웅덩이 50여 곳과 마구간 19개소가 있었다고 한다. 놀테리 등지에 성벽의 잔해가 비교적 온전한 형태로 남아 있으며, 구룡포읍 읍사무소 정원에 당시 성의 출입문으로 쓰이던 돌문의 일부가 남아 있다.



구룡포 찐빵의 원조 철규분식

50년 전통의 찐빵 맛을 자랑하는 소문난 맛집 '철규분식'. 울룩불룩 작고 불품없는 찐빵을 단팔죽에 찍어 먹으면 이집만의 독특한 맛이 난다. 더불어 오래된 냄비에 멸치육수로 시원하게 끓여 내놓는 잔치국수도 별미. 구룡포 근대문화역사거리에서 걸어서 10분 거리의 구룡포초등학교 바로 앞에 있다. 국수(2천원), 찐빵(3개 · 1천원), 단팔죽(2천원).

T. 054-276-3215 _ 경상북도 포항시 남구 구룡포읍 구룡포길 62-3

고소한 전복죽 맛이 일품 구룡포 할매전복집

30년간 전통의 맛을 지켜오는 구룡포 할매전복집. 각종 전복요리가 유명한 이 집은 특히 전복 내장을 넣어 쑨 초록빛이 감도는 전복죽이 별미. 고소한 죽 맛도 좋지만, 굵게 썰어넣은 전복이 인상적이다. 구룡포항에서 호미곶 가는 길의 방파제를 지나 조금 더 직진하면 왼편에 위치한다. 전복죽(1만2000원)

T. 054-276-3231 _ 경상북도 포항시 남구 구룡포읍 호미로 315-2



싸다! 예쁘다! 새롭다!
무더운 여름,
맥주로 더위를 한방에 날리자

2014 여름 키워드 '스몰비어'



맥주의 계절이 돌아왔습니다. 폭폭 찌는 여름밤, 툭 쏘는 탄산과 부드러운 거품이 가득한 맥주 한 잔의 시원함과 비교할 만한 것이 있을까요.

하지만 오랜 경제침체로 사람들의 지갑이 점점 얇아지면서, '가볍게 한두 잔 정도만 마시자'는 사회적 분위기로 바뀌고 있습니다.

그래서 등장한 것이 10평 안팎의 매장에서 저렴하게 맥주를 즐길 수 있는 '스몰비어'입니다. 이곳은 맥주를 간단히 즐길 수 있는 바(bar)를 콘셉트로, 간소화 된 메뉴와 차별화된 인테리어로 손님들을 모으고 있습니다. 특히 딸기크림생맥주, 자몽크림생맥주, 레몬크림생맥주처럼 알록달록 다양한 색과 맛의 맥주들은 여성 고객들의 마음을 사로잡았죠. 그래서 20~30대 젊은 직장인들이나 가벼운 음주를 선호하는 여성들이 많이 찾아옵니다.

오늘 저녁 가족, 친구, 연인과 함께 시원한 맥주 한 잔 마시는 건 어떨까요. 여름철 무더위를 날리기에 충분할 것입니다.

단돈 만원이면 둘이서 가볍게 한잔 할 수 있기에 부담이 없습니다. 커피 한 잔보다 싼 가격이잖아요. 저렴한 가격은 물론, 친근한 분위기가 마음에 들어 일주일에 두 번 정도 동네 스몰비어를 자주 찾습니다. 특히 재미있는 문구와 감성을 자극하는 소품들은 이곳을 찾게 하는 가장 큰 이유 중 하나입니다.

스몰비어 단골고객 (정애진 · 여 · 직장인)



small
beer

20년 직장생활을 그만두고 시작한 일이었기에 부담도 많았지만, 소자본 · 소규모 창업인 만큼 리스크가 줄어들어 부담은 적었습니다. 젊은 층을 겨냥한 재미있는 인테리어와 부담 없는 가격의 메뉴 때문에 ‘이거다!’하는 생각이 들었죠. 작은 매장에 맞는 콘셉트와 운영 시스템을 구축해 인력난 해소와 월세, 인건비 등 원가 부담도 줄일 수 있었습니다.

업체관계자 (봉구비어 홍대2호점 대표)



2014 대세는 스몰비어

지난해부터 스몰비어 바람이 세차게 불고 있습니다. 경기불황과 소비 침체, 창업시장 위축현상 등이 맞물리면서 대형 맥주점들의 매출은 하향 추세로 돌아서다 보니, 예비창업자들은 안정성에 초점을 맞추기 시작한 것이죠. 스몰비어는 500cc 생맥주 한 잔에 2500원, 안주는 2천원~1만원을 받는 실속형 맥주점입니다. 친구나 직장 동료 한두 명이 퇴근길에 잠깐 들러 1~2시간을 즐기고 가기에 적당하죠. 또한 혼자서 찾기도 어색하지 않은 깔끔한 인테리어를 갖춰 많은 이들이 찾게 되는 것입니다.

성공 열쇠는 차별화

스몰비어를 표방하는 프랜차이즈 브랜드는 압구정 봉구비어, 라디오 비어, 오춘자 비어, 청담동 말자싸롱, 달봉감자 등 다양한 브랜드가 인기를 누리고 있죠. 강점은 부담 없는 가격, 남녀노소 좋아하는 메뉴, 정감있는 인테리어 등을 꼽을 수 있습니다. 또한 창업비가 5천만원 이하(점포비 제외)로, 상대적으로 저렴해, 많은 예비창업자들이 관심을 가지고 있습니다. 하지만 약점과 한계성도 있습니다. 가장 큰 약점은 수익성이죠. 단조로운 메뉴 구성과 낮은 객단가는 풀어야 할 숙제입니다.

특독되는 하이브리드 업종

최근에는 업체 간 경쟁이 치열해지면서 시장에 ‘하이브리드 붐’이 이어지고 있습니다. 두 가지 기능이나 역할이 하나로 합쳐지는 것을 일컫는 말로, 다른 업체와의 차별화를 위해 두 가지 이상의 아이টে를 결합한 것입니다. ‘꼬꼬봉고’, ‘국민치킨’ 등 스몰비어와 치킨전문점을 결합한 브랜드가 생겨나고 있습니다.

업계 전문가들은 “스몰비어 업체 간 경쟁이 심화되면서 경쟁력 있는 하이브리드형 업종이 뜬다”며 “앞으로 늘어나는 고객들의 수요에 맞춰 다양한 하이브리드 매장이 생겨날 것”이라고 전망합니다.

참고자료_ 한국경제(성공 자영업 길라잡이)

간단하게 만들고, 시원하게 마신다!

무더운 여름 밤, 시원한 맥주 한잔만큼 갈증을 해소할 수 있는 게 또 어디 있을까. 시원한 맥주를 직접 만들어 마신다는 상상만으로도 즐겁다. 지금부터 은은한 커피 향과 씹쌀한 호프 맛이 일품인 더치커피 맥주와, 요즘 뜨고 있는 비주얼이 매력적인 코로나리타를 만드는 법을 소개한다. 둘 다 손쉽게 재료를 구할 수 있고, 제조법도 간단해 누구든지 만들 수 있다.

올 여름, 내가 만든 맥주를 마시고, 시원하게 보내자.

참고자료_비에프커피 김병준 대표 (www.bfcoffee.co.kr), 블로거 낭만주부 (<http://yeun11.blog.me>)

은은한 커피향과 씹쌀한 호프 맛, 더치커피 맥주

(재료) 더치커피, 시원한 맥주, 컵

1. 컵에 거품이 생기지 않게 2/3 가량 맥주를 부어주세요.
2. (1)에 더치커피를 10~15% 정도 넣어주세요.
3. 초 간단 맛있는 흑맥주 완성.



맥주병을 거꾸로 꽂아놓은 코로나리타

재료 : 데킬라, 트리플섹(오렌지 껍질로 만든 리큐어), 라임, 코로나리타

1. 얼음을 갈아놓습니다.
2. 라임은 즈과 데킬라와 트리플섹을 30ml씩 넣어주세요.
3. 컵 입구에 라임즙을 살살 문힌 후, 소금을 문히세요.
4. 완성된 마가리타에 코로나 미니 병맥주를 거꾸로 꽂아주세요.

아이의 마음을 이해하는 공감경청법



하루 중 우리 아이와 얼마나 많은 대화를 하고 있나요? 혹시, '나는 오랜 시간 아이와 함께하고 있으니 잘하고 있다'고 안심하지는 않나요? 오늘 하루 동안 아이와 나눈 대화를 전부 떠올려 봅시다.

“빨리 밥 먹어! 이제 들어가서 숙제 해야지.”
“게임 많이 하지 마라.”, “내일 몇 시에 깨워줄까?”

공감이라고 착각하는 공감 아닌 말들

다음은 우리가 공감하려고 할 때 많이 쓰고 있지만, 사실은 상대에게 전혀 위로가 되지 않는 '공감이라고 착각'하고 있는 대화의 종류입니다.

1. 해결책 제시하기

아~ 피아노 학원 너무 재미없어. / 그래? 그럼 몇 달 쉬었다 다시 할까?

2. 원인 분석하기

나 여드름이 많이 났어. / 그것은 햄버거하고 라면 때문이야.

3. 무시, 부정하기

선생님이 나만 미워하시는 것 같아. / 그럴 리가 없어. 네 기분 탓이야. 괜찮아.

4. 훈계하기

아, 피곤하고 힘이 없어. / 너 게임 많이 해서 그래! 나쁜 자세로 오래있었잖아.

5. 동정하기

나 수학은 포기 할까 봐. 머리 아파. / 예휴! 그래, 그 어려운 수학 공부한다고 고생이다. 힘들어서 어찌니? 불쌍한 내 새끼.

6. 조사, 심문하기

나 학교 다니기 싫어. / 뭐 때문에 그래? 언제부터 그런 생각 했어?

7. 한술 더 뜨기

난 너무 덤벼거려. / 엄마는 더 심했어, 넌 나에 비하면 약과야. 나는 옛날에...

위의 일곱 가지 반응들은 얼핏 잘 듣고 있는 것으로 보일 수 있지만, 가장 중요한 아이의 마음은 읽지 못하고 있습니다. 실제로 아이의 말을 멈추게 만들고 마는 역효과를 지닌 '가짜 공감' 표현입니다.

매일 반복되는 일상적인 내용과 지시하는 말을 제외하고, 아이와 마음을 읽어주는 대화는 얼마나 되나요?
 사람 사이의 관계에서 함께 있는 시간의 길이보다 더 중요한 것은 얼마나 진실한 감정을 깨끗하게 나누고 있
 는가 하는 것이죠. 단 한마디라도 아이의 마음을 읽어주고 공감해주는 말이 하루 종일 함께 있는 것보다 내
 아이에게 더 큰 위로가 됩니다. 글_ 한국서비스코칭센터 박소영 대표

경청의 3단계 (귀로 듣기, 입으로 듣기, 마음으로 듣기)

1단계 _ 귀로 듣기

온 가족이 TV앞 소파에 나란히 앉아 있다. 대화를 나누고 있지만 눈은 TV를 보고
 있습니다. 상대에게 전혀 집중하지 않은 상태로 들리는 소리만 듣는 상태죠. 이것
 은 가장 낮은 단계의 경청으로, 이 때 상대의 이야기는 단지 소리와 정보로만 해
 석됩니다.

2단계 _ 입으로 듣기

▶ 소리 내고, 반복하고, 똑같이 말합니다. 적절한 맞장구와 함께 아이의 눈을 바
 라보며 집중해서 듣는 경청단계입니다. 맞장구를 잘 할 수 있는 법칙은 '소리 내
 고, 키워드를 다시 말해주고, 똑같이 말해준다'인 것입니다.

소리 낸다 : 잘 듣고 있음을 표현하며, 적절한 감탄사를 자연스럽게 말한다.

아~, 그렇구나, 그런 일이 있었어?, / 어머, 이런~ 그래서?

/ 오~, 이야~

▶ 반복한다, 똑같이 말한다 : 이야기에서 가장 핵심적인 단어, 혹은 가장 마지막
 말을 있는 그대로 다시 말해준다.

피아노가 재미없었구나 / 여드름이 많이 났어? / 너만 미워하는 것 같
 아? / 많이 피곤했구나!

3단계 _ 마음으로 듣기

마음으로 듣는 단계를 '존재로 듣기, 영혼으로 듣기'라고 표현합니다. 나의 모든
 것을 상대에게 집중해 말하지 않은 내면까지 들어주는 단계이죠. 상호간에 깊은
 공감대(Rapport/라포)가 만들어 졌을 때 비로소 가능한 경청단계입니다.

▶ 공감적 경청, 감정의 통로를 열어두어라 : 아이의 마음을 공감하고 잘 들어주
 기 위해, 말하는 기술보다 더 중요한 것은 감정이 소통할 수 있는 환경을 만들어
 주는 것이다.

많이 피곤했구나!

너만 미워하는 것 같아?

여드름이 많이 났어?

피아노가 재미없었구나



MIRnews

당신의 미르!
알고 계신 것 보다 많은 일들을 하고 있습니다.

2014 . SUMMER 미르는 의료 및 사회봉사, 미르갤러리, 미르 아카데미를 통한 교육 등 다양한 분야에서 활동하고 있습니다.

소방안전교육

미르 소방안전교육 실시

안전에 대한 중요성이 그 어느때보다도 중요해지고 있는 요즘.
미르 직원을 대상으로 모의소방훈련 및 심폐소생술, 응급환자대응 절차에 따른 현장실습 등 다양한 소방안전교육을 진행하였다.
소방안전교육은 대구, 목포, 전주 등 각 지역 미르에서 이뤄졌으며 직원들의 안전의식을 고취시키고 환자의 안전을 위하여 소방훈련 및 소방안전교육으로 실시되었다.



심폐소생술, CAB (Circulation, Airway, Breathing)



의식확인 → 119신고 → 가슴압박 30회 → 기도유지 → 인공호흡 2회 → 반복



목포 6월 17일 소방 및 심폐소생술 교육



전주 모의소방훈련 실시



목포 6월 3일, 4일, 6일 응급환자대응 절차 현장실습



대구 6월 19일 미르 직원대상 소방교육 진행

교육



미르아카데미 스태프교육
보다 정확한 진단을 위한
X-ray 촬영실무

연자 : 서울미르치과 Dr. 최진
일정 : 2014. 6. 1(일) 10:30~15:40
장소 : 대전메가젠세미나실
대상 : 병원당 2인 1조 총 25명 참석



대구 6월 14일 Dr.안명환 TBC클리닉건강365 방송, 「실버세대를 위한 임플란트」

목포 5월 25일 Dr.김영은 강의
FCST의 완성을 위한 치과적 고려사항



목포 MBC 건강교실 Dr.양성우 "좋은 보철물을 만들려면?"
기혼기공소 김청곡 소장 "좋은 보철물을 만들기 위한 시스템"

전주 6월 1일 정희용 Dr. 닥터MBC 방송
치아뿌리끝 고름주머니 치료하여 살리기



전주 성희룡 예방교육 실시

거제 5월 24일 성희룡 예방교육 실시
성희룡 예방교육센터 이현국 전문강사

순천 5월28일 성담스님의 행복기술세미나

- 진주** 진주보건대학교 치위생학과 강의
Dr.조현규 : 임플란트 기구 및 장비, 재료의 준비와 관리법
2차 수술 및 수술 후 처치와 주의사항
Dr.황준환 : 임플란트 수술을 위한 준비
Dr.허준용 : 임플란트 1차 수술 및 여러 가지 수술방법
최신 임플란트 경향
Dr.김성수 : 임플란트 보철(인상채득 방법 및 상부구조의 종류)
임플란트 보철 (overdenture 및 보철 후유증)
Dr.노창세 : 임플란트 유지 및 관리, 합병증 및 대책

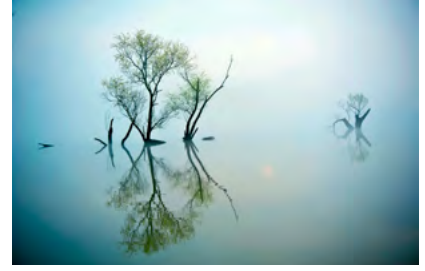
갤러리



대구 5월 7일(수) 갤러미르, 특별기획전 「행복쇼핑, 정도영&박기를 작가와의 만남



진주 갤러리 미르아트홀 전시 공소정 미술개인전



진주 갤러리 미르 아트홀 전시 이정환 사진초대전

미르 이모저모



대구 / 밀양 / 경산 4월 6일(일) 미르치과병원 의료봉사단 문경으로 치과의료봉사 떠나다!



경산 / 대구 6월 19일 한국-러시아 월드컵 응원



대구 6월 16일 대구미르 개원12주년 기념식



목포 매수 수요일 진행 중인 소아치과견학 (7월 9일자로 상반기 마무리 예정)



순천 4월 유치원 및 어린이집 견학 실시



진주 지하물탱크 청소 및 수관소독, 병원 내 대청소



대구 5월 친절직원 시상

목포 5월·6월 월요일마다 의료기관인증평가 교육 및 테스트

목포 의료기관인증 평가일 7월 15일, 16일

전주 전주지역 중고등학교 구강검진 실시

전주 Dr.오상훈 월간 치과계 연재중 - Crown Preparation(눈으로 보는 Margin & Bur의 이해 Gold Crown & PFM)

목포 6월 12일~15일 장기근속자 제주도 여행 7명

목포 6월말~7월 초 멸균실 인테리어 예정

목포 방사선실 3곳 추가 인테리어

거제 옥포미르 확장이전 인테리어 공사 착공 7월말 오픈예정 (경남 거제 아주동)

미르진
이벤트
응모

Music is my life

- 1.** 살다 보면 기쁜 일도, 힘든 일이 많습니다.
즐겁거나 흥겨울 때, 때로는 슬프거나 우울할 때 우리는 음악을 찾곤 합니다.
우리는 알고 있습니다. '음악'은 지친 일상에 힘이 되어줍니다.
<미르진> 가을호 주제는 'music'입니다.
당신 인생에 있어 최고의 음악은 무엇인가요?
노래를 부를 때마다 떠올려지는 사람이 있나요?

노래와 얽힌 추억이나 당신만의 애창곡 등 당신만의 사연을 모집합니다.

- 2.** 친절한 미르인을 뽑아주세요.
미르 직원들이 즐겁게 일할 수 있고, 고객께서도 편안하고 여유롭게
서비스를 받으실 수 있도록 마련한 이벤트입니다.
앞으로도 미르는 고객의 만족을 위해 다양한 서비스를 준비하겠습니다.

본 이벤트는 고객 및 임직원 모두 참여가능합니다.

응모 기간 : 8월 6일(수) 까지

분 량 : 원고지 200자 내외

응모 할 곳 : mirnw@mirdental.co.kr

[미르진 이벤트 응모]를 제목에 달아주세요.

당첨자 발표 : 개별 통보, <미르진> 가을호
소속병원, 연락처, 성함을 꼭 남겨주세요.



수기 당첨자 0명
베스킨라빈스 패밀리 사이즈
기프트권



참가자 전원
조지아오리지날커피
기프트권

www.mirnetwork.com

에너지결연, 대한민국을 뒤흔칩니다.

에너지결연이기에, 두 나라간 100만여 명의 시민들이 사랑하는 우리 같이 살아가고 있습니다. 사랑과 신뢰를 통해 미래를 함께 만들어 갑니다.

행복한 M
미소: 반 정직한
Honest Friends for Happy Smile
약속

사라지는 섬, 투발루를 아시나요?



지구온난화에 따른 해수면 상승으로 사라지는 섬.

지구 온난화가 진행되면서 빙하가 빠른 속도로 녹기 시작했고 녹은 빙하로 해수면이 높아졌습니다. UN의 발표에 따르면 지구온난화에 대한 획기적인 대책이 없는 한 50년 이내 투발루의 모든 섬이 잠길 것으로 예상하고 있습니다.

우리의 작은 노력으로 사라질 위기에 놓여있는 투발루 섬의 비극을 막을 수 있습니다.

투발루 섬은 남태평양의 중심의 9개의 산호섬으로 이루어진 작은 도서 국가입니다.

미르에서 '여름부채'를 나눠드립니다.

데스크에 문의해 주세요. 전 수량 소진 될 수도 있습니다.

MIR 미르치과 네트워크

기재미르치과병원 경산미르치과병원 구미미르치과의원 뉴욕미르치과의원 대구미르치과병원 목포미르치과병원 밀양미르치과의원
부천미르치과의원 상주미르치과병원 서대구미르치과의원 서울미르치과의원 수원미르치과의원 순천미르치과병원 안산미르치과병원
울포미르치과의원 전주미르치과병원 창원미르치과의원 진주미르치과병원 청담미르치과병원 통영미르치과의원 포항미르치과병원