


 <b>해양수산부</b>		<b>보 도 자 료</b>		 
		<b>배포 일시</b>	<b>2021. 10. 1.(금)</b> <b>총 3매(본문 2, 참고 1)</b>	
<b>담당 부서</b>	해양레저관광과	<b>담당 자</b>	• 과장 전준철, 서기관 최영인, 주무관 이진범 • ☎ (044)200-5250, 5251, 5252	
<b>관계 지자체</b>	충청남도 태안군	<b>담당 자</b>	• 전략사업담당관 명강식, 해양헬스케어 팀장 오병석, 주무관 고다연 • ☎ (041)670-2037, 2154, 2885	
<b>보 도 일 시</b>		2021년 10월 5일(화) 조간부터 보도하여 주시기 바랍니다. ※ 통신·방송·인터넷은 10. 4.(월) 11:00 이후 보도 가능		

## 코로나19로 지친 국민들에게 해양치유의 시간을!

### - 코로나19 방역관계자 등 대상으로 해양치유 체험 프로그램 제공 -

해양수산부(장관 문성혁)와 태안군(군수 가세로)은 코로나19 장기화로 지친 국민들에게 휴식을 제공하기 위해 10월 9일(토)부터 11월 12일(금)까지 '2021 해양치유 체험 프로그램'을 운영한다.

이번 해양치유 체험 프로그램은 의료진, 소방인, 해수욕장 방역 인력, 장기승선 선원 등 '코로나 우울'을 겪고 있는 국민들을 대상으로 해양치유 체험 기회를 제공하고, 해양치유에 대한 인식을 높이기 위해 올해 두 번째로 진행된다. 지난해에는 해양치유 협력 지자체인 전라남도 완도군에서 총 12회차에 걸쳐 진행되었는데, 만족도 조사결과 236명의 참가자 중 88.3%가 매우 만족한다고 응답하는 등 참가자들의 만족도가 높은 것으로 나타났다.

이번 해양치유 체험 프로그램은 두 가지 유형으로 나뉘어 진행된다. 충청남도 태안군의 청포대 해수욕장 일원에서는 숙박형(1박2일 또는 2박3일)이, 몽산포 해수욕장에서는 체험형이 진행된다. 특히 올해는 코로나19 방역수칙을 고려하여 회차별로 소규모 인원(20~30명 내외)을 대상으로 하고, 야외 프로그램 위주로 진행할 예정이다.

숙박형은 총 8회차에 걸쳐 코로나19 방역 현장에서 수고하는 의료인 및 소방관, 해수욕장 방역 인력 등을 대상으로 진행되며, 해변요가, 바다명상 등 스트레스와 우울감을 해소할 수 있는 해양치유 프로그램 위주로 운영될 예정이다. 해양수산부는 매 회차마다 별도로 참가자를 모집하여 구체적인 일정 등을 안내할 계획이다.

체험형의 경우 매주 토요일(10월 중) 지역주민 및 관광객을 대상으로 진행되며, 해양 노르딕 워킹\*, 해변필라테스, 해양호흡 체조 등 신체 건강 증진을 위주로 하는 프로그램 중 참가자가 선택하여 참여할 수 있다. 또한 모든 참가자에게는 피트(머드) 온열팩, 솔트스크럽 등 해양 치유제품을 체험할 수 있는 기회가 제공된다.

\* 전용 스틱을 사용하며 걷는 온몸 운동으로, 북유럽 크로스컨트리 스키 선수들의 하계훈련으로 시작되어 현재는 대중 스포츠로 자리 잡음

체험형 프로그램은 지역민, 관광객 등 해양치유에 관심 있는 누구나 참여할 수 있으며, 해양수산부([www.mof.go.kr](http://www.mof.go.kr)) 및 태안군청([www.taean.go.kr](http://www.taean.go.kr)) 누리집을 통해 신청할 수 있다.

이철조 해양수산부 해양정책관은 “코로나19 방역 관계자의 노고에 대한 감사를 전하고, 코로나19 장기화로 지친 국민들을 위로하고자 이번 해양치유 체험 프로그램을 마련하였다.”라며, “참가하는 모든 분들이 이번 기회에 바다를 통해 충분한 휴식을 누릴 수 있기를 바란다.”라고 말했다.



텍스트 데이터는 공공누리 출처표시의 조건에 따라 자유이용이 가능합니다.  
단, 사진, 이미지, 일러스트, 등의 일부 자료는 해양수산부가 저작권 전부를 갖고 있지 아니하므로, 자유롭게 이용하기 위해서는 반드시 해당 저작권자의 허락을 받으셔야 합니다.

대한민국 대표 해양치유관광도시 '태안'

# 2021 해양치유 힐링체험

## 체험형

날 짜 : 10.09 ~ 10.30(매주 토요일)

장 소 : 웅산포 관리사무소(신정리 435-10)

## 숙박형

날 짜 : 10.12 ~ (1박2일 또는 2박3일)

장 소 : 청포대션셋

## 참가대상 및 문의

대상 : 해양치유에 관심 있는 누구나

문의 : 031. 888. 5515

## ▼ 자세한 내용을 확인하세요



체험형









숙박형

주관 : 해양수산부 충청남도 태안군

주최 : 해양기술정책연구소 가천대학교

## 참고 2

## 세부 운영 프로그램(안)

구분	프로그램	활용자원	효과 및 내용
해양기후 치유		<b>&lt;해양 노르딕워킹&gt;</b> .해변 백사장 .해양기후(해양에어로졸)	. 근력강화, 자세교정 . 해변에서 노르딕스틱을 이용하여 바르게 걷기
		<b>&lt;해변 필라테스&gt;</b> .해변 백사장 .해양기후(해양에어로졸)	. 심신이완, 자세교정 . 해변에서 호흡과 함께 가벼운 스트레칭 중심의 필라테스 실시
		<b>&lt;바다 명상&gt;</b> .파도소리 .해양기후(해양에어로졸) .해수	. 스트레스해소, 면역강화 . 얇은 바다에서 바닷물이 발목까지 잠기게 맨발로 걷는 명상
		<b>&lt;마린아트테라피&gt;</b> .모래 또는 갯벌 .해양기후(해양에어로졸) .파도소리	. 스트레스 및 우울감해소 . 백사장이나 갯벌에서 그림 그리기, 조개나 조약돌 장식하기 등 예술적 표현을 통한 심리치료
해양환경 치유		<b>&lt;마린 힐링&gt;</b> .해수(밀물과 썰물) .해양환경	. 전통어촌체험(태안독살체험) . 바닷가에 'V'자 모양으로 돌을 쌓아 놓은 후 썰물에 갇힌 물고기를 그물이나 손으로 잡는법 체험
해양광물 치유		<b>&lt;탈라소테라피&gt;</b> .피트, 해조류, 솔트 등	. 통증완화, 피부미용 . 피트(머드), 해조류팩, 솔트스크럽 등 해양치유 제품 체험
해양생물 치유		<b>&lt;해양식&gt;</b> .특산물 활용 식단	. 해독 작용 및 미네랄 섭취 . 칼슘, 요오드, 타우린, 오메가-3 등이 풍부한 해양식단 제공



