국립공원공단
무등산국립공원사무소

탄소 중립을 위한

작은 실천
지구를 지켜요
나 실천 프로젝트!

National Park
Carbon Neutral Project



작은 실천
지구를 지켜요
나 실천 프로젝트!

National Park
Carbon Neutral Project





나 실천 프로젝트 **QR코드**

나 실천 프로젝트 참여방법

01 **무등산국립공원 증심탐방지원센터, 원효분소**에서 실천 다이어리 받기.

02 다이어리 북에 있는 실천과제를 수행하고 해시태그 **#국립공원나실천프로젝트**와 함께 **SNS(인스타그램, 페이스북) 인증**하기.

03 모든 과제 인증 완료 후 증심센터, 원효분소에서 **확인 도장 받기.**

04 실천 완주 **기념품 수령.** (참여자 모두에게 드리는 **수달키링** 기념품)

하나 더! 무등산 국립공원 인스타그램을 통해 별도 이벤트 진행

- 기간: 9월 2일~9월 30일
- **매주 목요일** 실천과제 인증자 대상 추첨을 통한 기념품 증정 (반달이와 꼬미 봉제인형 세트)



반달이와 꼬미 봉제인형 세트(20명)



실천 완주 기념품 수달키링(참여자 전원)

01

쓰레기 되가져 가기

Take back the trash



무등산국립공원의 최근 5년, 연평균 쓰레기 처리량은 약 15톤입니다.
본인의 쓰레기를 집으로 되가져 가는 것만으로도 자연을 지킬 수 있답니다.
무등산국립공원에서는 산행과 함께 쓰레기를 줍는 쓰담산행 캠페인과 쓰레기를 주워오면 상품으로 교환할 수 있는 포인트를 제공하는 **그린포인트 제도**를 운영하고 있습니다. 이번 기회에 한번 참여해보는 것도 좋은 경험이 될 것 같네요 !

[실천인증: 그린포인트 적립 해보기]

인증도장 받기

쓰레기 되가져 가기
Take back the trash



인증일자 : _____

그린포인트 제도란?

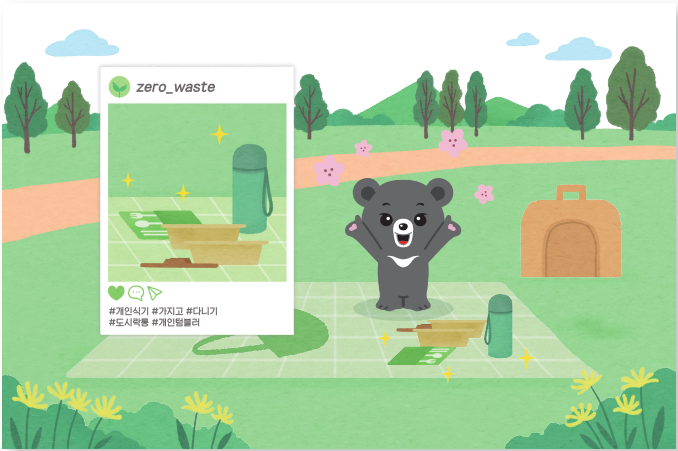
국립공원 내 버려진 쓰레기 수거 및 자기 쓰레기를 되가져가는 경우 포인트를 제공받고 포인트로 공원시설을 이용하거나 상품으로 교환하는 문화운동입니다.
그린포인트 홈페이지 : https://greenpoint.knps.or.kr

당신이 되가져간 쓰레기로 지구는 건강해지는 중!

02

일회용품 사용하지 않기

Do not use disposable items



편리함만을 목적으로 무등산을 탐방하다 보면, 수많은 일회용품과 쓰레기가 발생하게 됩니다. 조금은 번거로워도 집에서 손수 준비해온 음식이 당신과 가족 그리고 자연 모두에게 큰 행복이 됩니다.

혹시 집에서 음식을 준비하기 어렵다면, 일회용품을 쓰지 않는 **국립공원 친환경 도시락**은 어떨까요?

[실천인증: 일회용품 없는 도시락 인증]

인증도장 받기

일회용품 사용하지 않기
Do not use disposable items



인증일자 : _____

국립공원 친환경 도시락은?

탐방객의 도시락 준비 불편을 해소하고, 일회용품 쓰레기 저감 및 지역 경제 활성화를 위해 국립공원과 지역 식당이 협력하여 제공하는 도시락 사업입니다.

무등산국립공원 친환경도시락 주문 방법

- 카카오톡「무등산 내 도시락을 부탁해」계정 친구 추가
- 주문서 작성 후 오후 4시까지 입금!

도시락 수령 및 반납 : 증심탐방지원센터, 수만탐방지원센터

깨끗한 공기와 친환경 도시락, 힐링이란 이런걸까?

03

태양과 함께 탐방하기

Exploring with the Sun



즐거운 산행을 위해 가장 필요한 것은 무엇일까요? 바로 '안전'입니다.
개인의 체력에 맞지 않는 무리한 야간산행은 안전사고와 자연훼손 그리고 불필요한 에너지를 낭비를 불러옵니다.
따뜻한 햇빛아래 산행, 당신의 안전과 자연의 휴식을 책임집니다.
햇살과 함께 중머리재에서 인증샷 한 컷 어떠신가요?

[실천인증: 햇살과 함께 중머리재 인증]

인증도장 받기

태양과 함께 탐방하기
Exploring with the Sun



인증일자 : _____

입산시간 지정제란?

산행목적지, 거리와 산행시간 등을 고려하여 탐방로별로 입산/통제 시간을 지정 및 운영하는 제도입니다.

무등산국립공원 입산시간

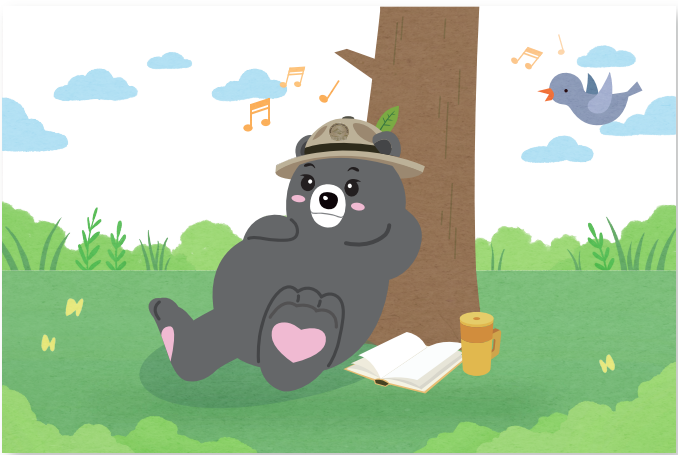
- 동절기(12월~2월) : 04:00~16:00
- 하절기(3월~11월) : 04:00~17:00

태양과 함께 산행하면 자연도 쉬고 에너지도 절약돼요.

04

자연의 소리를 즐기기

Enjoy the sound of nature



무등산을 오르다보면 참 많은 소리를 들을 수 있습니다.
조잘조잘 울어대는 풀벌레 소리, 수풀을 가르는 바람소리, 머리 위에서 들리는 산새의 울음소리, 멀리 계곡을 흘러가는 물소리까지 전자기기에서 울려 퍼지는 음악소리는 잠시 멈추고 **산행 중**에는 **자연의 소리**를 즐겨주세요.
불필요한 에너지 소모를 줄이고 자연을 더 깊이 즐길 수 있을 거예요.

[실천인증: 자연의 소리가 담긴 영상을 촬영해 공유하기]

인증도장 받기

자연의 소리를 즐기기
Enjoy the sound of nature



인증일자 : _____

국립공원 자연의 소리 ASMR

ASMR이란 뇌를 자극해 심리적인 안정을 유도하는 영상으로,
자연의 소리나 일상속의 백색소음 등을 제공합니다.
국립공원공단은 유튜브(국립공원TV)를 통해서 국립공원의 다양한
자연의 소리를 ASMR로 제공 중입니다.

무등산을 오르던 그날, 내 마음을 흔드는 바람이 들려왔다.

05

정규 탐방로를 이용하기

Using the regular trail



무등산국립공원은 총 63개 구간(약 165km)이 정규 탐방로로 지정되어 관리 및 운영되고 있으나, 무등산에서는 국립공원 지정 이전부터 지역주민들에 의하여 이용되던 샛길(비법정탐방로)도 다수 존재하고 있습니다.

정규 탐방로가 아닌 샛길을 이용한 산행은 자연의 회복을 저해하고 토사유실 등 추가적인 훼손을 일으킬 위험이 높습니다. 자연을 위해서 정규 탐방로를 이용하겠다고 약속해 주실 거죠? 약속의 증거로 **탐방로 입구에서 인증샷** 한 컷 찍어주세요~

[실천인증: 정규 탐방로 입구 앞 인증샷]

인증도장 받기

정규 탐방로를 이용하기
Using the regular trail



인증일자 : _____

국립공원 탐방로 등급제

국립공원의 탐방로를 오를 때, 각자의 몸 상태에 맞춰서 적절한 탐방로를 골라 갈 수 있도록 탐방로 거리, 경사도, 노면상태 등을 종합적으로 분석해 난이도를 매우 쉬움, 쉬움, 보통, 어려움, 매우 어려움 등 5개 등급으로 구분한 제도입니다.
탐방도등급 정보는 공원 주요 입구의 안내표지판과 국립공원 홈페이지에서 확인할 수 있습니다.

자연이 말하되, 길이 아니면 가지 말라

06

대중교통을 이용하기
Using Public transport



자동차를 이용할 때, 휘발유 1ℓ 당 이산화탄소 2.15kg이 배출됩니다.
휘발유 자동차의 연 평균 연료 소비량이 1534ℓ 임으로 휘발유 자동차 1대 당 1년에 약 3,294kg의 온실가스를 배출하고 있는 것입니다.
탄소중립을 위해 무등산을 방문하실 땐 **대중교통을 이용**하시는 게 어떠신가요?
자동차 대신 대중교통을 이용하는 습관, 자연과 지구를 사랑하는 방법입니다.

[실천인증: 원효사, 증심사 버스정류장 인증]

인증도장 받기

대중교통을 이용하기
Using Public transport



인증일자 : _____

국립공원과 탄소중립

국립공원공단은 기후위기의 원인인 탄소 배출을 친환경 에너지의 사용과 같은 다양한 방법으로 최소화하고, 그린카본(육상생태계), 블루카본(해양생태계) 등 탄소흡수원을 확대하여 우수한 탄소저장고인 국립공원의 자연생태계를 유지하고 보전하기 위해 최선을 다하고 있습니다.

- 국립공원의 탄소저장량 : 22개 국립공원 생태계 탄소 저장량은 약 55억 톤 CO2(추정)
- 국립공원의 탄소흡수량 : 22개 국립공원 연간 3.2백만톤 CO2 흡수

이게 요즘 탐방객들이 줄은 서서 탄다는 핫한 1187버스?!

07

집에서 국립공원 즐기기
Enjoying the National Park at Home



코로나19로 인하여 외출하기 어려운 요즘,
집에만 있기에는 너무 답답하고, 집 밖으로 나가기엔 무섭다!
이럴 땐 안전한 집안에서 국립공원을 즐겨보는 건 어떨까요?
국립공원은 코로나19 국민들의 코로나 블루 극복을 위하여 수많은 비대면 콘텐츠를 유튜브를 통해서 제공하고 있습니다.
차박과 혼박의 시대, 추천하는 컨텐츠는 국립공원 힐링캠핑!
유튜브에서 **국립 공원**TV를 검색 후 **구독**해 보세요.
그리고 코로나가 끝난다면 국립공원에서 진짜 캠핑을 즐겨요!!

[실천인증: 국립공원 TV 구독 인증]

인증도장 받기

집에서
국립공원 즐기기
Enjoying the
National Park at Home



인증일자 : _____

국립공원 예약시스템

국립공원공단은 뛰어난 자연의 혜택을 국민들께 되돌려 드리기 위해 경관과 여건이 좋은 위치에 대피소, 야영장, 민박촌, 생태탐방원 등을 운영 중입니다.

해당 시설들은 국립공원 예약시스템을 통해서 이용이 가능합니다.

국립공원 예약시스템 : https://reservation.knps.or.kr

* 사회적 거리두기 단계에 따라서 이용이 제한 될 수 있음

지금은 집에서, 다음에는 자연에서

08

지하철역 속 국립공원

Enjoy the sound of nature



지하철역 속에 국립공원이 있다?

광주 지하철 학동증심사입구역에는 광주도시철도공사와 무등산국립공원이 협력 하여 조성한 **국립공원 테마관**이 조성되어 있습니다. 바쁘게 지나가는 일상 속 국립공원을 즐겨보는건 어떠신가요? 지금 테마관에 가시면 국립공원의 아름다운 경관을 사진과 영상으로 만나보실 수 있습니다.

[실천인증: 학동증심사역 국립공원 테마관 인증]

인증도장 받기

지하철역 속 국립공원
Enjoy the sound of nature



인증일자 : _____

무등산 그린로드(Green Road) 프로그램

무등산국립공원사무소와 광주도시철도공사, 광주광역시교육청이 함께하는 탄소중립 실천 프로그램으로 학동증심사입구역에 조성된 국립공원 테마관을 중심으로 세대별 맞춤형 프로그램을 제공합니다.

- 참여방법 : 광주도시철도공사 전화 또는 광주시교육청 광주마을교육공동체 신청
- 문의전화 : 062) 604–8101 / 8104

지하철역 속 국립공원, 그 안의 푸른 길을 걷다.

나 실천 프로젝트 돌아보기

01 **쓰레기 되가져 가기**
Take back the trash

02 **일회용품 사용하지 않기**
Do not use disposable items

03 **태양과 함께 탐방하기**
Exploring with the Sun

04 **자연의 소리를 즐기기**
Enjoy the sound of nature

05 **정규 탐방로를 이용하기**
Using the regular trail

06 **대중교통을 이용하기**
Using Public transport

07 **집에서 국립공원 즐기기**
Enjoying the National Park at Home

08 **지하철 속 국립공원**
Enjoy the sound of nature



‘탄소 중립’
이라는 퍼즐판
국립공원과 함께
채워갑니다.

