보건복지부 보도자료

보도 시점 2025. 8. 4.(월) 조간 / 2025. 8. 3.(일) 12:00 배포 2025. 8. 1.(금)

“마주해요” 국민 정신건강 희망메시지, 전국을 잇는다

- 17개 시도 및 정신건강복지센터와 함께하는 정신건강 인식개선 캠페인 -

- 전 국민이 함께 만든 희망메시지, 10월 10~11일 코엑스 야외광장에서 전시 -

보건복지부 국립정신건강센터(센터장 곽영숙)는 **전국 17개 시도 및 정신건강복지센터와 8월 4일(월)부터 8월 14일(목)**까지 **「마주해요! 전국 희망메시지 캠페인」**을 추진한다.

“마주해요”는 국민 누구나 마음의 어려움을 외면하지 않고, 서로의 정신건강을 함께 ‘마주’ 돌보자는 의미를 담은 **정신건강 캠페인 브랜드**다. 이번 **“마주해요” 전국 희망메시지 캠페인**은 **정신건강에 대한 국민 인식 개선**과 **일상 속 실천** 확산을 목적으로, 각 시·도 청사나 주요 장소에 설치된 부스를 통해 진행된다. 국민들은 **정신건강을 주제로 한 희망메시지를 직접 작성**함으로써, 정신건강과 마주하고 공감하는 시간을 갖게 된다.

또한 단순한 메시지 전달을 넘어 **‘정신건강 행동 실천 메시지’**를 함께 안내하여, 국민들이 일상에서 실천 가능한 **구체적 행동 지침을 이해하고** 자발적으로 실천할 수 있도록 돕는다.

이러한 캠페인 활동은 **전국 17개 시도 및 정신건강복지센터와 협업**을 통해 **지역사회 정신건강 공감대를 형성하고**, 정신건강에 대한 **사회적 낙인을 해소하며** 국민의 관심을 실천으로 이끄는데 그 의의가 있다.

국민이 작성한 메시지는 **2025년 10월 10일(금)부터 11일(토)**까지 서울 삼성동 **코엑스 야외광장**에서 열리는 **「마주해요 대국민 캠페인」** 현장에서

‘마주해요 조형물’ 형태로 전시된다. 이는 **전국 각지의 정신건강 희망 메시지를 모은 상징물**로, 정신건강의 중요성과 **사회적 공감을 널리 확산하는 공간**으로 활용될 예정이다.

보건복지부 이상원 정신건강정책관은 “정신건강은 누구에게나 중요한 문제이므로 이번 국민 참여 캠페인이 **정신건강의 중요성에 대한 공감과 실천의 계기**가 되기를 기대한다” 라고 전했다.

국립정신건강센터 곽영숙 센터장은 “이번 캠페인은 **국민과 지역사회가 함께** 우리 모두의 **정신건강 증진과 회복을 희망**하고 응원하는 뜻깊은 자리” 라며, “정신건강에 대한 관심이 단순한 인식에 머무르지 않고, **일상속 실천**으로 이어지도록 국민 여러분의 **적극적인 참여**를 바란다” 라고 강조했다.

< 붙임 > 1. 2025년 마주해요! 전국 희망메시지 캠페인 개요
2. 2025년 마주해요! 전국 희망메시지 캠페인 포스터
3. 정신건강 행동실천 메시지

담당 부서	정신건강정책관 정신건강정책과	책임자	과 장	김일열 (044-202-3860)
		담당자	사무관	라만주 (044-202-3864)
	국립정신건강센터 정신건강사업과	책임자	과 장	양수진 (02-2204-0106)
		담당자	사무관	한정희 (02-2204-0326)

붙임 1 2025년 마주해요! 전국 희망메시지 캠페인 개요

□ 목적

○ 전국 동시 참여를 통해 하나 된 메시지를 전달하여 전 국민이 정신건강을 자연스럽게 이야기할 수 있는 사회적 분위기 조성

□ 사업 개요

○ **(일시)** 2025. 8. 4.(월) ~ 2025. 8. 14.(목)

○ **(장소)** 전국 17개 시도청 청사

○ **(주최·주관)** 보건복지부 국립정신건강센터/ 전국 17개 시도

○ **(대상)** 전 국민

○ **(주요 내용)** 시도청 청사를 방문하는 시민을 대상으로 참여형 퍼포먼스를 통해 정신건강에 대한 희망메시지를 나누고 공감대 형성

□ 세부 내용

○ 참여자가 희망메시지를 작성하여 캡슐에 담아 그린하트 조형물에 투입 [그림1]

○ 전국에서 수집된 17개 그린하트를 전국지도 그래픽 위에 전시하고 캠페인 의미 홍보 [그림2]

* 기간: **대국민 캠페인 기간**('25.10.10.(금) ~11.(토)) 장소: **코엑스 야외광장**

[그림1 참여 및 운영 절차]

① 희망 메시지 작성	② 그린하트 완성
· 희망 메시지를 작성하여 **컬러볼에 동봉**	· 컬러볼을 하트 조형물에 담아 **그린하트 완성**

[그림2 캠페인 그린하트 이미지 및 전시 이미지 시안]

그린하트	대국민 캠페인 전시 이미지

붙임 2 2025년 마주해요! 전국 희망메시지 캠페인 포스터

붙임 3 정신건강 행동실천 메시지

보건복지부

보건복지부 국립정신건강센터

함께 행동할 수 있는 전 국민의 키워드

마주해요

Engage with me

마주해요, 나의 마음

Listen to your heart

주목해요, 너의 마음

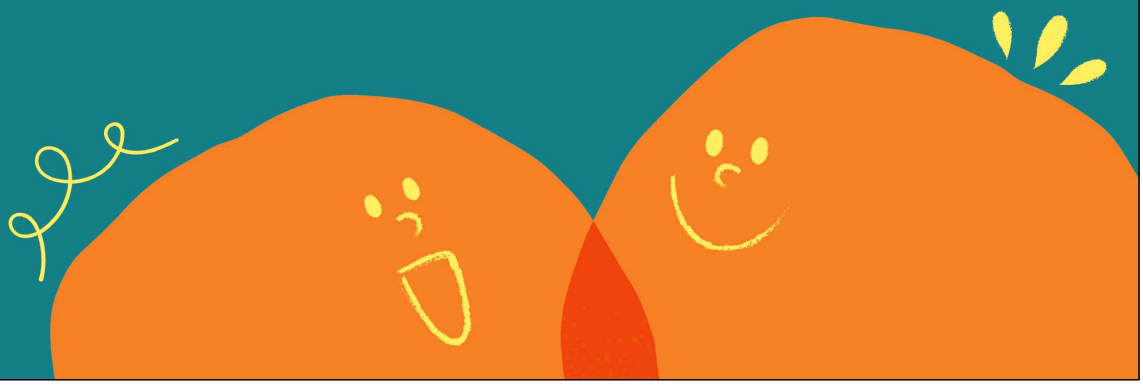
해소해요, 우리 함께

De-stress, together

요청해요, 도움을

Ask for help

정신건강 행동실천 수칙

- 주변 사람들과 대화를 통한 마음 나누기
- 자연과 호흡하는 시간 갖기
- 하루 5분! 내 몸의 움직임 느껴보기
- 틈틈이 몸과 마음의 작은 휴식 갖기
- 정신건강 상담 1577-0199 전화하기

정신건강은 마주해요로 시작합니다