

2022
하남시장애인복지관
vol.7

더 나은
내일을 향해 오늘도

한걸음





더 나은 내일을 향해 오늘도 한걸음

현 세대가 풀어야 할 숙제 중 하나,
환경문제가 뜨거운 감자로 떠오르고 있죠.
복지관에서도 장애인, 하남시민분들과
함께 환경을 지키며 한걸음 나아갈 수 있는
방안들을 모색하여 하나하나
실천해나가고 있습니다.
지구환경의 더 나은 내일을 향해,
장애인분들에 삶의 더 나은 내일을 향해,
오늘도 복지관은 한걸음 더 나아갑니다.

하남시장장애인복지관 2022 한걸음 VOL.7

발행일자 2022년 2월
발행인 민복기
편집위원 배인해 조혜주 김지원 우현정
이두민 이우림 전소은 정미화
발행처 하남시장장애인복지관
디자인 이레크리에이티브

- 소식지에 수록된 내용 및 자료는
하남시장장애인복지관의 허가 없이 무단으로
복사 또는 사용할 수 없습니다.
- 소식지에 실린 사진과 글의 무단 게재를 금합니다.

CONTENTS

2022 한걸음 VOL.7



환경 한걸음

04

환경을 위한 한걸음

08

우리 함께,
아이갓 마시고 아이갓 환경보호

10

함께지켜요! 일상에서 동참할 수 있는
환경보호 실천방법



소식 한걸음

12

책임운영교회 '미래를사는교회'

14

운동재활사가 알려주는
홈트레이닝

16

2021년 하반기 복지관 이야기



함께 한걸음

20

장애인 바리스타 성준씨의 메시지

22

이웃을 옹호하는 마음을 가진
시민옹호인 "이음인"

24

AAC와 함께하는 하루

26

스페셜올림픽코리아와 함께하는
청년대학의 새로운 도전

28

실천을 공유하고! 사랑을 나누고!

24

28

한걸음 더 동행

30

함께한 소중한 손길

32

함께한 소중한 나눔

34

후원금, 품 수입 및 사용내역



환경을 위한 한걸음

최근 전 지구적으로 폭우, 폭염, 한파, 폭설 등 이상기후에 의한 피해가 확산되면서 기후변화에 대한 관심이 높아지고 있습니다. 기후위기에 대응하는 ‘탄소중립’이라는 단어가 많이들 들어보셨죠? 기후위기 대응은 이제 선택이 아닌 필수가 되었습니다. 탄소중립이 사회, 경제, 문화 등 분야를 막론하고 핵심 이슈로 떠오른 가운데 우리나라도 다양한 탄소중립 정책을 추진하고 있는데요.



탄소중립이란?

인간의 활동에 의한 온실가스 배출을 최대한 줄이고, 남은 온실가스는 흡수(산림 등), 제거해서 실질적인 배출량이 0(Zero)가 되는 개념입니다.

각종 환경문제로 지구가 몸살을 앓고 있어 기후위기에 대응하기 위한 다양한 활동들이 곳곳에서 전개되고 있는 가운데, 하남시장애인복지관에서도 지구 환경을 살리기 위한 프로그램들을 진행하였습니다. 소소한 실천 하나가 환경에는 큰 변화로 나타날 것을 기대하며 복지관에서 어떤 사업들을 진행했는지 보러가실까요?

지구를 위해
열심히 쓰레기를 주우며
걷기운동은 덤으로!



지구를 지키는 봉사 플로깅(Plogging)

요즘 핫한 활동으로 떠오르고 있는 플로깅!

플로깅은(Plogging) 이삭줍기를 의미하는 스웨덴어 ‘플로카 업(plocka up)’과 ‘조깅(jogging)’의 합성어로, **조깅하면서 쓰레기를 줍는 활동**을 말합니다.

건강도 챙기면서 지구를 지킬 수 있는 의미있는 활동에 청소년 자원봉사자들이 함께해주셨습니다. 청소년 자원봉사 ‘유스(youth)온 더 봉사’ 2회기 활동으로 플로깅 봉사가 진행되었는데요. 플로깅에 대한 의미와 활동 진행방법 소개를 마친 뒤 소수인원으로 조를 구성해 본격적인 활동에 나섰습니다. 오늘 함께 플로깅 활동을 진행할 곳은 복지관 인근 미사호수공원! 넓은 호수공원 주변으로 산책로가 잘 조성되어 있어 하남시민 분들이 많이 찾는 산책코스중 하나랍니다. 많은 분들이 찾아오는 곳이니만큼 잔디 곳곳에 쓰레기들이 버려져있어서 안타까운 마음이 들었습니다.

“오늘 하루 가볍게 산책하며
함께 지구를 지켜보는건 어떨까요?”



수거해온 쓰레기는
복지관에 돌아와
분리수거까지 완벽하게
진행하였습니다.

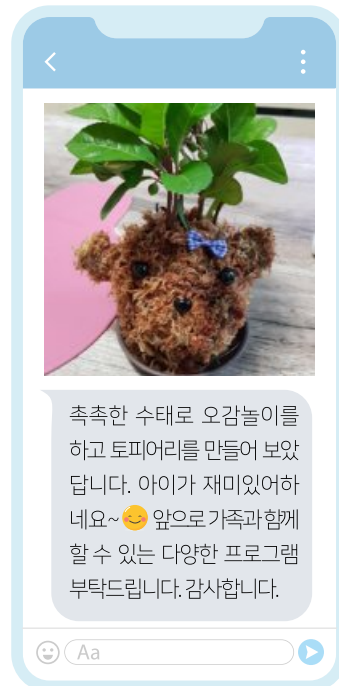
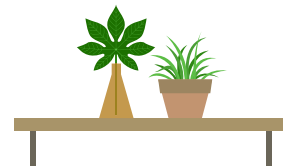




가족 원예교실

가족문화지원팀에서는 다양한 프로그램과 함께 지속가능한 발전에 발맞추어 나아가는 건강한 복지서비스를 제공하기 위해 영상을 통해 매달 새로운 주제로 가족 원예교실을 진행하였는데요! 선착순 모집으로 더욱 많은 분들이 참여하실 수 있도록 노력하였습니다. 가족들과 함께 직접 생화를 다루며 마음까지 향긋해지는 힐링의 시간이었습니다. 그리고 많은 분들께서 정성스런 후기를 보내주셨습니다!

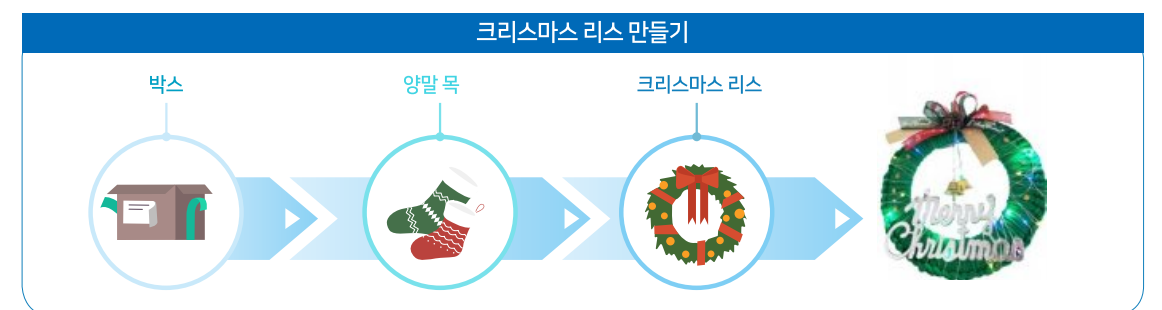
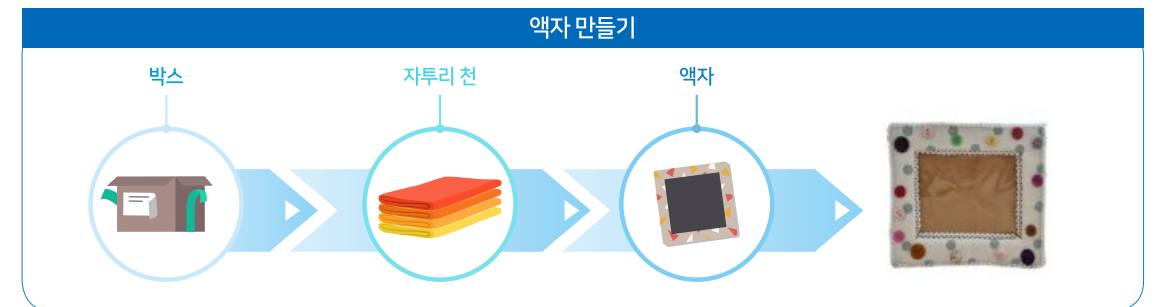
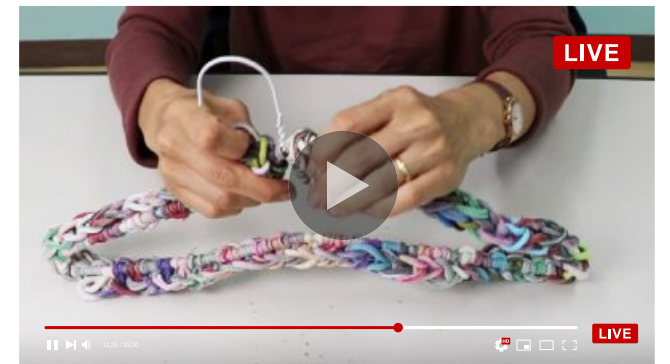
“
하남시장애인복지관과 함께
지구를 초록빛으로 가꿔나가요!
”



업사이클(Up-cycle)

업사이클이란 부산물, 폐자재와 같은 쓸모 없거나 버려지는 물건을 새롭게 디자인해 예술적·환경적 가치가 높은 물건으로 재탄생시키는 재활용 방식을 말합니다. 환경을 생각하는 지속가능한 발전을 위해 업사이클 아트 프로그램을 진행하였습니다. 평소에는 버려지던 재료들이 업사이클 아트를 통해 필요한 물건 혹은 멋진 작품이 되었네요!

“
하남시 장애인과 시민들이
환경보호에 함께 동참할 수 있도록
하남시장애인복지관부터 앞장서서
환경지킴이에 힘쓰겠습니다.
”





우리 함께, 아이갓 마시고 아이갓 환경보호

지금 이 순간도 환경을 테이크아웃하는 커피 한잔과 맞바꾸고 있지는 않으신가요?

감당할 수 없을 정도의 플라스틱 사용량과 나날이 증가하는 테이크아웃과 배달문화, 엄청난 플라스틱 사용량을 줄일 수 있는 방법, 생각보다 아주 간단합니다.

카페, 회사 그리고 집과 같은 실내에서 머그컵을 사용하고 개인 텀블러와 종이 스트로우를 사용하는 습관이 필요한 시대입니다. 다양한 실천방법 중에서도 최근 다시 재사용할 수 있는 플라스틱 컵인 '리유저블 컵(reusable cup)'이 전 세계적으로 보편화 되고 있습니다!

I got everything 카페의 리유저블 컵은 다른 리유저블 컵보다 특별해요!

리유저블 컵을 자세히 보시면 다양한 그림들이 새겨져있습니다. 바로 박경민 작가님의 작품으로 꾸며져있는데요. 음료를 마시며

컵을 사용할 때마다 작품을 감상하는 소소한 시간도 가져볼 수 있습니다. 리유저블 컵을 사용함으로써 환경을 지킨다는 뿌듯함을 느끼는 동시에, 코로나19로 삭막해진 우리 사회에 소소한 예술적인 의미도 부여할 수 있다는 것이 리유저블 컵의 특별한 점이라고 할 수 있습니다.

“
'I got everything' 미사도서관점에서
일회용품 사용 줄이기 캠페인에 동참하고자,
함께할 수 있는 '리유저블 컵 데이' 이벤트를
진행하였습니다.

이벤트 기간 동안 제조 음료 구매 시,
리유저블 컵에 음료를 담아드려
환경을 생각하는 특별한 음료 한잔으로
많은 고객이 [일회용컵 사용에
참여할 수 있었습니다.

”



이제는 종이컵이 아닌 리유저블컵 시대!

현재 복지관 직원들도 리유저블컵을 사용하여 환경지킴이에 동참하고 있습니다. 일상에서 무심코 지나칠 수 있는 환경오염, 이번 기회에 우리함께 일회용품을 줄이고 환경을 지키는 일에 동참해보는 것은 어떨까요?

“
I got everything
리유저블 행사에
참여해 주신 고객님의
참여후기를 들어볼까요?
”



REVIEW

지구를 구하는 '컵'

코로나가 지속되면서 사람들이 배달음식을 많이 시켜먹게 되고, 그로 인해 플라스틱의 사용량이 더 많아졌어요. 저는 자연스레 리유저블 컵에 관심을 갖게 되었고 컵을 사용해 보고 싶다는 생각이 들었는데요. 마침 평소에 자주 방문하는 I got everything 카페에서 리유저블 컵을 처음으로 접할 수 있었습니다. 도서관 카페의 컵이 단순히 환경적인 의미만을 가진 다른 브랜드 리유저블 컵과는 달리 '박경민' 작가의 그림이 들어가 더욱 차별화되었다는 것을 느낄 수 있었습니다. 덕분에 자주가는 도서관에서 환경을 지키는 활동을 직접적으로 참여할 수 있어 의미있었습니다. 개개인이 환경문제에 대해 의식전환을 하고 플라스틱 줄이기에 신경 써서 실천한다면 환경뿐 아니라 인간, 동물, 식물에게도 좋은 영향을 미칠 수 있다고 생각합니다. 앞으로도 많은 사람들이 이 같은 의미 있는 활동에 동참하고, 환경 보호에 힘쓰는 제품들이 더 많이 만들어져 전 세계적으로 상용화되길 바래 봅니다! :)

I got everything 카페 고객 문 지은

함께 지켜요! 일상에서 동참할 수 있는 환경보호 실천방법

ZER WASTE



에너지 소비는 최대한 줄이고!
신재생에너지로 전환이 필요해요!

① 전기밥솥 보온기능 사용 줄이기

가정에 모두 하나씩 가지고 있는 전기밥솥의 ‘보온 기능’이 다른 가전 제품들보다 전력 소비량이 매우 많은 사실 알고 계셨나요? 긴 시간 전력을 소비하기 때문에 낭비되는 에너지가 많이 발생한다고 합니다.

실천방법

- ☑ 전기밥솥은 취사 때만 사용하고 밥을 먹을 만큼만 짓기
- ☑ 남은 밥은 먹을 만큼씩 나눠 냉동 보관하기

② 냉장고 적정용량 유지하기

음식이 상하지 않도록 냉장, 냉동 기능을 늘 사용해야하는 냉장고도 소비전력이 큰 가전제품중 하나입니다.

실천방법

- ☑ 냉장실은 냉기가 잘 순환될 수 있도록 60%만 채우기
- ☑ 냉동실은 냉기가 빠지지 않도록 꽉 채우기
- ☑ 냉장, 냉동실 용량에 맞게 내용물을 채우도록 식재료는 소분, 저장하기



물건을 구입하는 개인과 물건을 생산하는 기업은 탄소발자국을 고려한 제품 선택!

① 저탄소 제품 구매하기

제품이나 서비스의 생산부터 폐기까지 전 과정에 걸쳐 발생한 온실가스 배출량을 이산화탄소 배출량으로 환산하여 표시한 것을 ‘탄소발자국’이라고 합니다.

실천방법

- ☑ 저탄소 제품 인증마크 또는 탄소발자국을 확인하고 구매하기(자세한 제품현황은 환경성적표지 누리집에서 확인하실 수 있습니다.)
- ☑ 세제나 샴푸, 섬유유연제, 탈취제 등은 재구매 시 리필용 제품으로 구매하기
- ☑ 샴푸용 비누, 씹는 치약 등 플라스틱 용기 사용을 줄인 제품 구매하기

② 우리나라, 우리지역 식재료 이용하기

식재료는 생산, 유통, 보관하는 과정에서 온실가스가 배출됩니다. 수입산보다는 국내산을, 먼 지역보다는 가까운 지역에서 생산한 것을 구매하는 소비습관이 필요합니다.

실천방법

- ☑ 국내에서 생산된 농축수산물 구매하기
- ☑ 지역 농산물(로컬푸드) 매장 이용하기
- ☑ 텃밭 또는 화분과 같은 용기를 이용해 채소를 직접 키워먹기

“
하남시장매인복지관에서는
더욱 다양한 환경보호 프로그램과
직원들의 작은 실천들을 모아모아 환경지킴이에
힘쓰기 위해 노력하겠습니다.
하남시 장애인분들과 하남시민분들도 일상 속
작은 변화들로 함께 환경보호에 동참해주세요!
”



자원순환 폐기물 발생 줄이기!
발생한 폐기물은 최대한 재활용하기!

① 장바구니 이용하고 비닐 사용 줄이기

우리나라 1인당 1회용 비닐봉투 연간 사용량은 410여개 이고, 전체 1회용 비닐봉투 연간 사용량은 211억 개라고 합니다. 다른 나라들보다 훨씬 많은 사용량을 보이고 있어요.

실천방법

- ☑ 편의점, 마트, 시장 등에 장바구니 들고 가서 사용하기
- ☑ 비닐포장이 필요한 식재료를 구매할 때는 용기를 집에서 챙겨가기
- ☑ 냉장고에 음식을 보관할 때 재사용 용기 사용하기
- ☑ 상자포장 시 비닐테이프, 에어캡 최대한 사용 줄이기

② 물티슈 덜 쓰기

물티슈는 플라스틱 계열인 폴리에스테르와 레이온으로 제작되어 재활용되지 않아요.

실천방법

- ☑ 행주로 식탁을 닦고 걸레로 바닥 청소하기
- ☑ 식당에 들어가기 전 화장실에서 손을 씻고 물티슈 사용하지 않기
- ☑ 외출할때가방이나 주머니에 손수건 넣어가지고 다니기

③ 음식 포장 시 1회용품 줄이기

1인가구의 증가와 비대면 소비 트렌드 확산에 따라 적은양의 음식물 구매와 배달 서비스 사용이 늘어나면서 플라스틱 용기, 1회용품 사용량이 증가하고 있어요.

실천방법

- ☑ 배달음식을 주문할 때 1회용 수저, 포크를 받지 않도록 옵션 확인하기
- ☑ 음식을 포장 구매할 때 가정에서 다회용 용기를 들고가서 포장하기



지역주민을 섬기는 책임운영교회 **미래를 사는 교회**

하남시장애인복지관 운영지원에 큰 힘이 되어주며 하남시 지역주민분들을 따뜻하게 섬기는 책임운영교회 '미래를 사는 교회'를 소개합니다. 미래를사는교회는 대한예수교장로회(통합) 소속의 교회로 지난 45년 이상을 하남시 복음화를 위해 애쓴 동부제일교회의 새로운 이름입니다. 하루하루 급변하는 사회 흐름 속에서 미래를 두려워하지 말고 오직 믿음으로 바라보며 담대히 나아가자는 소망과 비전이 담겨있습니다.

66

2021년 새롭게 부임하신

이상용 담임목사님의

따뜻한 말씀을 전달드립니다.

99



하남시민 모든 분들에게 하나님의 사랑을 담아 인사드립니다.

미래를사는교회를 담임하고 있는 이상용목사입니다.

미래를사는교회는 “행복한 세상을 만드는 행복한 교회”라는 비전 아래 행복한 교회가 되어, 하남시민들이 행복해지도록 기도하며 섬기고자 합니다. 온 교우가 마음을 모아 이 땅에 하나님의 정의를 세워가고, 자녀세대에게 희망을 품게 하며, 지역 사회를 위한 봉사에 힘쓰겠습니다.

그 일환으로 미래를사는교회는 하남시장애인복지관의 책임운영교회로서 하남시장애인복지관의 시작부터 현재까지 지난 5년간 함께 하였습니다. 하남시장애인복지관은 하나님나라를 바라보는 복지 선교의 역할로 교회로서의 본질을 간직하기 위한 공간이며 동시에 다양한 지역사회 복지요구에 대한 적극적인 응답이 되어질 것입니다.

아무쯏록 하남시장애인복지관이 하남시민과 하남의 장애인분들에게 만남과 소통 그리고 사회통합의 장이 되기를 기도하며, 더불어 하남시민들의 행복을 위해 미래를사는교회는 다음 4가지를 실천하도록 하겠습니다.

지역을 섬기며 봉사하여 하나님의 사랑 실천

사회복지시설 운영 및 후원을 통한 지역사회복지 실천

기독교 정신을 바탕으로 이웃에 대한 나눔과 사랑 실천

소외된 사람이 없도록 더불어 행복한 사회 구현을 위한 실천

이상용 목사

운동재활사가 알려주는 홈트레이닝!

“

하남시장애인복지관에서
진행되고 있는 다양한 치료, 재활사업 중
성인운동재활이 있는데요.
성인장애인을 대상으로 기능적 움직임의
향상을 통해 통증을 감소하여
일상생활 능력을 증진하는 사업입니다.

”

성인운동재활이 필요한 이유

성인장애인의 경우 뇌병변이나 척수손상 등의 후유증과 활동량 감소로
인해 관절구축과 근길이 단축, 근력저하가 비장애인보다 빠르게 일어
납니다. 그러므로 관절운동, 스트레칭, 근력운동을 꾸준히 해주어야 독립
적인 일상생활을 위한 관절 범위와 체력을 유지할 수 있습니다.

코로나19 상황이 길어지면서 가정에 있는 시간이 점점 늘어났고, 추워진
겨울 날씨에 잠깐 밖을 나가는 것도 망설여지고 맙니다. 이렇게 운동량이
더욱 감소하는 시기에는 집에서 가볍게 움직일 수 있는 홈트레이닝은 필수
라고 할 수 있습니다. 가정에서도 쉽게 따라 할 수 있는 운동으로 구성
하였으니 운동재활사 선생님과 함께 홈트레이닝을 시작해보실까요?



집에서 할 수 있는 추천 운동



1

허벅지 뒤쪽 근육 스트레칭

- ▶넙다리 뒤 근의 길이 유지 또는 스트레칭
- ▶허리디스크로 허리가 아플 때
- ▶다리를 뻗고 앉으면 뒤로 넘어가는 경우 필요한운동

운동방법

- 1 한 다리를 구부린 상태로 눕습니다.
- 2 양손으로 허벅지 뒤쪽을 잡습니다.
- 3 무릎을 쪽 펴서 30초간 스트레칭을 해줍니다.
- 4 3~6회 반복합니다



2

교각운동

- ▶엉덩이 신전근과 몸통의 근력 향상
- ▶걸을 때 엉덩이가 뒤로 빠지고 허리가 숙여지는 경우
필요한 운동

운동방법

- 1 바로 누운 자세에서 무릎을 세웁니다.
- 2 양 허벅지를 11자로 유지하며 엉덩이를 들어
올렸다가 천천히 내립니다.
- 3 8~15회 시행, 30초 휴식하기를 3세트 반복합니다.



3

척추 좌우 스트레칭

- ▶척추의 운동범위 유지 또는 스트레칭
- ▶몸통이 뻣뻣해서 움직임에제한이있는 경우필요한운동

운동방법

- 1 팔짱을 끼고 앉습니다.
- 2 몸통과 머리를 한쪽으로 최대한 돌립니다.
- 3 20회 시행, 3세트 반복합니다.



4

가슴근육 스트레칭

- ▶가슴근육 길이 유지 또는 스트레칭
- ▶어깨가 말리거나팔이몸쪽으로굽는 경우필요한운동

운동방법

- 1 문 옆에 서서 팔뚝과 손을 문틀에 댑니다.
- 2 상체를 앞으로 숙여 스트레칭을 합니다.
- 3 30초 스트레칭, 3~5세트 반복합니다.

하루에 20분의 운동은 우리의 삶에 활력과 건강을 가져다줍니다! 홈트레이닝으로 활기찬 하루 보내세요!

2021년 하반기 복지관 이야기

하남시장애인복지관



7월 2일



제2회 하남시 지적발달
장애인 자기권리주장대회 참가

7월5일



대한장애인사이클연맹과
함께하는 자전거교실

7월22일



미사2동 통장협의회
업무협약 및 후원금 전달식

7월28일



재가장애인 여름감치
나눔사업

7월
29-30일



활동지원사 마음방역
힐링프로젝트 마스크배분

8월10일



KB국민은행 강동지역 영업그룹과
함께하는 삼계탕 나누美행사
'기운을 팍팍! 이체해드립니다'

8월13일



청소년자원봉사
'유스(youth) 온 더 봉사' 플로깅

8월31일



복지관 종사자 소방 교육

9월1일



발달장애인 실종예방
배회감지기 행복GPS 보급

9월8일



'나누는 기쁨, 함께하는 추석'
한가위 나눔 행사

9월9일



서포터즈 2기 발대식

9월15일



주간보호센터 전문강사
연계 신규 프로그램
'동화구연' 개설

9월16일



주간보호센터 추석맞이
전통놀이

9월17일



현장중심직업재활센터
비대면 추석프로그램

9월28일



스페셜올림픽코리아와
함께하는 업무협약식

9월29일



방과후 도담교실
(저학년, 고학년) 졸업식

10월
8,15,27일



직업적응훈련 일일캠프

10월
12-13일



청년대학 일가 도서관 방문 및
'그림책 세상 토크' 수료식

10월18일



주간보호센터 이용인
인권교육

10월20일



온라인 장애인식개선
캠페인

10월
21-28일



‘이미지와퍼스널컬러’
부모교육

10월
21-29일



직업재활지원팀,
현장중심직업재활센터
사업주 간담회

10-12월



업사이클 아트 운영

11월6일



사랑의 김장꾸러미
나눔행사

11월10일



주간보호센터 부모교육
프로그램 ‘마음의 향기’

11월
10-12일



활동지원사업 보수교육
및 힐링프로그램

11월12일



재가장애인 나들이 지원
‘우리들의 추(秋)여여행’

11월
15-29일



소그룹 직원연수

11월18일



주간보호센터 하반기
가을나들이

11월
23,25일



직업적응훈련
무료 커피시음회

11월25일



직업적응훈련 하반기
부모간담회

11월26일



신나는 예술여행 앙상블
조이너스 공연 관람

11월29일



평생교육 이용인
인권교육

11월30일



현장중심직업재활센터
외부활동(아쿠아플라넷)

12월2일



2021년 이용인 나들이

12월8일



주간보호센터 여행
프로그램 ‘신비한 바다 이야기’

12월8일



집수리 지원사업

12월22일



함께 만드는 공공미술
오픈식

12월23일



2021년 사업보고회 및
제4회 장애인가족과
나눔 산타축제

12월
23-24일



이용인 및 활동지원사
크리스마스 케익전달

12월29일



2021 시민옹호인
활동보고회

12월29일



주간보호센터 송년행사

12월31일



복지관 종사자 종무식

12월31일



하남시청 종무식
활동지원사 표창 시상

장애인 바리스타
양성준

66
나눔을 실천하는 나누미카페에서
모두가 웃으면서 얘기할 수 있도록
함께 노력하며 만들어갔으면 좋겠습니다.

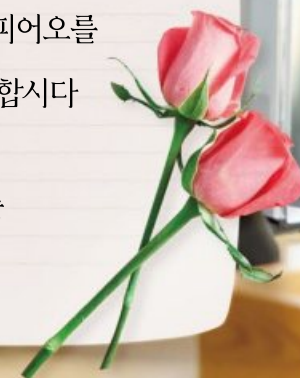
99

복지관 1층에는 언제나 향긋한 커피향이 가득
한 나누미카페가 있습니다.
나누미카페의 문이 열리면 활기찬 목소리로
손님들을 맞이하는 장애인 바리스타 성준씨가
전달하는 따뜻한 메시지를 함께 나눕니다.

피어오르는 꽃들 속 세상

피어오르는 꽃 속은
좋은 향으로 가득해서
세상을 빛나도록 만들겁니다
언젠간 다시 피어오를
그날을 기억합시다

양성준



이웃을 옹호하는 마음을 가진 시민옹호인 "이음인"

시민옹호인이란?
발달장애인이 지역 안에서 함께 살아갈 수 있도록
당사자의 선택과 결정을 지지해주는 '친구'이자 '이웃'입니다.

#1 오리엔테이션

모집된 예비 시민옹호인을 대상으로 오리엔테이션과
5회기에 걸친 시민옹호인 양성교육을 진행하였습니다!



#2 양성교육 이수! 드디어 첫 활동 시작!

양성교육을 모두 이수한 시민옹호인은 개별 특성을 고려하여 성향이 맞는 발달장애인과 1:1로 매칭하여 7월부터 첫 활동이 시작되었습니다!



#3 처음은 어색했지만 지금은 친구처럼~

1:1로 매칭된 시민옹호인과 짝꿍은 매월 다른 주제의 활동을 하며 서로의 취미를 공유하고 서로를 알아가는 시간을 가졌습니다. 어색했던 첫 만남과 달리 활동을 통해 점점 가까워져가는 모습이 보였습니다~



#4 시민옹호인 6개월 활동 마무리!

시민옹호인 활동보고회를 통해 6개월간의 활동을 마무리하고 그간 활동을 하면서 느꼈던 소감을 공유하는 시간을 가졌습니다!



Interview

시민옹호인 활동을 하면서
시민옹호인들의 생각은 어떻게 변화되었을까요?



짝꿍과 볼링이라는 같은 취미활동을 공유하며 즐거운 시간을 보낼 수 있어 좋았어요! 코로나19로 인해 다양한 활동을 하지 못해서 아쉬웠지만 시민옹호인 활동을 통해 좋은 친구를 만날 수 있어 기뻐했습니다.

시민옹호인 김경나

짝꿍과 처음 만났을 때는 어색했지만, 서로를 알아가고 일상을 공유하다보니 점차 가까워짐을 느꼈어요. 활동 시작 전에는 시민옹호인이 일방적으로 도움을 주는 역할이라고 생각했는데, 짝꿍이 스스로 할 수 있도록 옆에서 지원하는 것이 진정한 시민옹호인의 역할임을 깨닫게 되었습니다.

시민옹호인 신지현



시민옹호인 활동을 하며 장애인에 대한 생각이 많이 변화되었어요. 짝꿍을 만나기 전에는 의사표현의 어려움이 있을 줄 알았는데, 그들도 자신의 의사를 분명하게 표현할 수 있음을 알게 되었어요.

시민옹호인 최 희

발달장애인 짝꿍은 시민옹호인을 만나
활동 하면서 어떤점을 느꼈을까요?



"자주 만나서 볼링을 쳐서
재미있었어요."



"친구가 생긴 것 같아 좋아요."



"그동안 내 얘기를 할
여자친구가 없었는데 친구한테
내 얘기를 할 수 있어서 좋았어요."



2022년에도 2기 시민옹호인을 모집 할 예정입니다.
발달장애인의 일상적 권익 옹호 지원에 관심 있으신 지역주민분들의 많은 참여바랍니다!

문의 031.760.9942

주간보호센터의 특별한 소통 도우미 AAC 와 함께하는 하루~!



“
이처럼 일상적인 부분까지
AAC를 점차 확장해서
의사소통의 어려움을 해소해나가
주간보호센터 이용인들과
소통으로 하나 되는
그날까지 함께하겠습니다! :)
”

주간보호센터의 하루는 끊임없이 그날의 일정을 묻는 이용
인들과 함께 시작되곤 합니다. 이용인마다 좋아하고 관심있
는 활동이 달라서 본인이 좋아하는 프로그램이 오늘 진행되
는지 궁금한거죠~ 이런 이용인들을 위해 AAC를 활용한 간
단한 그림으로 된 하루 일과표를 만들어 게시하여 이용인들
이 오늘의 일정을 확인하고, 어떤 활동에 참여하는지 알 수
있도록 했습니다.



식사 및 간식 시간은 하루 중 이용인들이 가장 좋아하고, 기
다리는 시간입니다. 매일 정해진 간식과 음식을 먹었지만,
최근에는 AAC 그림카드를 이용해 자신이 원하는 간식을 직
접 선택해 보기도 하고, 원하는 외부활동 장소를 정해보는
등 이용인들의 의사소통에 큰 도움을 주고 있습니다.

AAC, 앞으로 우리와 함께해요~

새로운 장소에서 새로운 사람들과 만나며 소통의 어려움을 경험했던 적이 있으시죠? 낯선 환경에서
자신의 의사를 표현하고, 다른 사람들과 원만하게 소통하는 것은 생각보다 힘든 일인데요. 그렇다면
평소 다른 이들보다 의사소통의 어려움을 겪는 발달 장애인들을 위해 도움을 주는 것들에는 어떤 것
이 있을까요? 상대적으로 자기결정권이 부족한 발달 장애인들을 위해 실제 사물, 사진, 표, 음성 출력
도구 등을 이용해 의사소통을 지원하는 ‘AAC, 보완 대체 의사소통(Augmentative and Alternative
Communication)’이 있습니다. 저희 하남시장장애인복지관 주간보호센터에서는 AAC를 활용하여 발
달 장애인들의 원활한 의사소통을 위한 소중한 첫발을 내디뎠습니다.



스페셜올림픽코리아와 함께하는 청년대학의 새로운 도전



“
지난 9월 복지관과 스페셜올림픽코리아
SOK와의 업무협약식이 진행되었습니다.
”



스페셜올림픽코리아(SOK)는 스페셜올림픽국제본부(SOI)와 국제지적장애인스포츠연맹(VIRTUS)에 가입된 가맹단체인데요. 국제대회에 참가할 수 있는 멤버십과 더불어 국내에서 발달장애인을 위한 스포츠대회를 개최 및 운영할 권한을 가지고 있습니다. 스페셜올림픽코리아는 발달장애인들의 체육 문화 활동지원을 통해 그들이 지닌 재능을 사회에 증명하고 장애에 대한 인식을 바꾸며 장애인과 비장애인이 차별없는 통합사회를 만들어가기 위해 노력하고 있습니다.

하남시장애인복지관 청년대학과 함께하는 SOK 선수위원회 정기회의와 선수리더십 교육은 코로나19로 인해 실시간 온라인회의로 진행되었습니다. 스페셜올림픽 통합리더십(Unified Leadership)교육을 중심으로, SOK 선수위원회 활동내용, 선수위원 별 리더십 발휘 경험 발표, 장기자랑과 SOK 투게더 위 캔 체조 등을 서로 공유하고 소통하여 SOK 선수위원회 및 청년대학 학생들이 사회의 리더로서의 역할을 수행해 나아갈 수 있는 발전적 회의를 진행하였습니다.



스페셜올림픽코리아 선수위원회와 함께하는 비대면 회의!



개인용 스마트폰과 컴퓨터를 이용한 비대면 회의를 통해 스페셜올림픽 코리아에서 진행되는 사업과 선수위원회의 활동 모습을 볼 수 있었습니다.



선수위원회의 장기와 청년대학의 장기를 뽐내는 시간을 가지며 청년대학에서는 태권도 격파 시범을 보여주었습니다.



선수위원회와 투게더 위 캔 체조를 통해 회의를 마무리 하고 스페셜올림픽 코리아와 대면 회의를 약속 하고 마무리 하는 시간을 보냈습니다.

“
앞으로도 하남시장애인복지관
평생교육지원팀은 많은 대외 활동 및
유관기관과의 소통을 통해
이용인들에게 많은 경험과
실천을 할 수 있도록 노력하겠습니다.
감사합니다.
”



Interview



SOK
이홍훈 회장

SOK 선수리더십 회의에서 모두가 리더로서 생각과 의견을 공유하여 스페셜올림픽을 통해 본인의 역량과 기량을 발전할 수 있는 의미 있는 시간이 되길 바랍니다.



하남시장애인복지관
민복기 관장

스페셜올림픽코리아 선수 리더십 회의에 청년대학 학생들이 참여하여 사회의 중심이 되어 나아갈 수 있는 좋은 계기가 마련된 것 같습니다.



2021 사업보고회 및 나눔美산타축제

실천을 공유하고!
사랑을 나누고!

66
2021 사업보고회 및 나눔美 산타축제는
코로나19 방역수칙을 준수하며
안전하게 진행되었습니다.
활기찼던 행사 속으로 가보실까요?!

99



#1 실천을 공유하고!

청년대학 이용인들과 신입직원분들이 함께하는 공연 발표로 사업보고회의 막이 열렸습니다! 아름다운 선율의 칼림바 연주를 시작으로 크리스마스를 더욱 따뜻하게 채워 줄 캐롤송 합창을 통해 분위도 함께 UP! UP! 되었습니다.



코로나19의 끈질긴
기승속에서 2021년
1년 동안 하남시 장애인분들을 위해 나눔을 실천해주신 많은 분들이 계셨는데요, 모든 분들이 표창대상자이지만 몇 분을 선정하여 나눔실천활동가 표창을 진행하였습니다.



다음 순서로 2021년 복지관에서 진행된 사업 및 성과를 발표하는 사업보고 영상시청과 올해 특성화 사업으로 진행된 로봇재활 사업 및 사례관리 보고가 진행되었는데요! 열심히 노력하며 달려온 1년간의 사업들을 돌아보고 앞으로 나아가야 할 방향을 다잡는 시간이 되었습니다.

※ 사업보고 영상, 로봇재활 사업영상, 사례관리 영상은
‘하남시장애인복지관 유튜브’를 통해 확인하실 수 있습니다.

#2 사랑을 나누고!

이어서 2부 순서로 제4회 장애인가족과 나눔美산타축제가 진행되었습니다. 하남시 장애인분들이 따뜻한 성탄절을 맞이할 수 있도록 올해도 어김없이 산타봉사단이 출동하였는데요. 산타복과 산타클로스 수염이 그려진 마스크를 착용하고 선서문 낭독을 진행한 뒤! 방한용품, 생필품 등으로 구성된 성탄선물을 챙겨서 하남시에 거주하시는 장애인 총 120가정에 따뜻한 마음과 사랑을 담아 안전하게 전달드렸습니다.



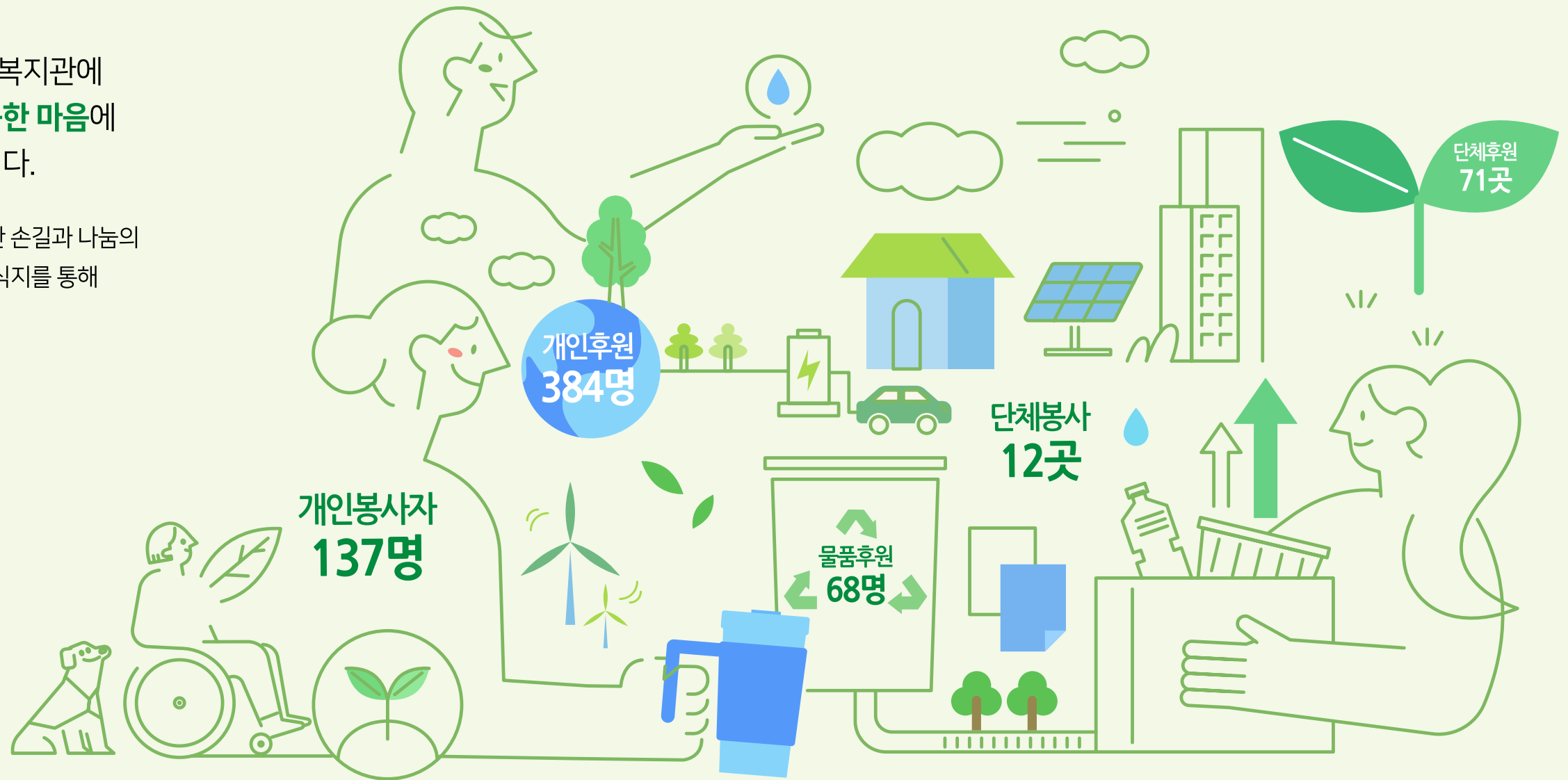
매년 함께해주시는 자원봉사자분들 덕분에 하남시 장애인분들의 크리스마스가 환하게 빛날 수 있었습니다. 앞으로도 하남시 장애인분들의 밝은 나날을 위해 힘쓰겠습니다.

“수상하신 나눔실천활동가분들
모두모두 축하드리며
2021년 한 해 감사했습니다”



2021년
하남시장장애인복지관에
보내주신 **소중한 마음**에
감사를 드립니다.

함께해주신 소중한 손길과 나눔의
감사한 마음을 소식지를 통해
전해드립니다.



자원봉사자
명단
-
2021년
7월-12월

개인자원봉사

강민준 강서운 강수정 강지호 고 은 고민서 고은희 권민서 권민혁 권정현 김가는 김경나 김규빈 김남경
김다희 김도원 김동원 김라온 김미라 김민정 김민지 김민형 김선제 김선희 김성수 김수민 김승옥 김아연
김연옥 김영민 김영순 김영심 김예운 김예은 김윤하 김지민 김지수 김지혜 김진갑 김채원 김춘자 김혜경
나미옥 노지우 맹유신 문서현 문아현 문영현 민유진 박미선 박민서 박성근 박신영 박윤임 박제연 박종희
박주연 박지현 방세연 방형숙 배재민 배재환 백시원 변지민 서보경 서지우 서지현 서효란 성하늘 송경호
송민규 송유나 송혜미 신지현 안경아 안유찬 안재원 양루이화 양유리 오연진 오예찬 우선희 우인규 유다은
유문경 유재경 이가현 이갑상 이나은 이세나 이세림 이수윤 이시연 이우주 이원재 이윤숙 이은지 이재원
이정환 이종협 이주선 이주희 이지민 이채우 이춘화 이현경 이현재 이효주 임미자 임인주 임혜선 장가희

전주은 전지영 전지현 정명혜 정세림 정수연 정윤지 정재운 정지유 정희운 조시정 조한희 주선영 진수민
채선영 최보경 최승희 최정준 최 희 하윤서 한지원 함은혜 허준강 홍건실 홍승민

단체 자원봉사

(사)아이코리아, B.B.S, 농협적십자봉사회, 대한어머니회, 독도사랑운동본부, 미사강변봉사단, 서부농협고향주부,
소비자기킴터, 자유총연맹, 하남미래봉사단, 하남시통장단협의회, 한국여성지도자협의회

하남시장애인복지관과 함께한 **소중한 나눔**

후원자
명단
-
2021년
7월-12월

개인 후원

가복현 강계옥 강복영 강성규 강성례 강양순 강유나 강인희 강종열 강중기 고명자 고성배 고향열 고현호
공지현 권미숙 권영란 권차미 김경란 김경숙 김경희 김광수 김귀례 김귀숙 김규형 김금복 김남용 김남주
김대영 김덕원 김동승 김 란 김말선 김명선 김미라 김미선 김민술 김병윤 김봉선 김봉현 김봉호 김서현
김선아 김설현 김성미 김성숙 김성호 김세규 김소민 김소영 김수경 김수민 김숙경 김숙희 김순심 김심진
김연정 김연주 김영미 김영미B 김영심 김용우 김용학 김용환 김유나 김유옥 김은경 김은주 김은희 김인옥
김일용 김장현 김정원 김정인 김종련 김종순 김주성 김주영 김주희 김지연 김지영A 김지영B 김진범 김진영
김찬임 김철림 김태옥 김태원 김판옥 김향북 김향숙 김현숙 김현지 김혜선 김혜정A 김혜정B 김효연 김희경
김희숙 나화숙 남수진 노용남 노은경 노해영 맹영복 문공현 문선아 문선희 문성은 문소민 문소영 문제현
민경준 박경주 박경희 박길상 박미라 박미례 박민영 박선숙 박선영 박성민 박소이 박수정 박순애 박순영
박신자 박인옥 박자영 박종복 박종표 박지수A 박지수B 박지연 박진태 박진희 박향춘 박현숙 박현정 박현진
박혜란 박희연 방영숙 방정옥 배석호 배인해 배주연 배혜자 백명숙 백미라 백지원 백혜신 변보미 서미순
서소영 서연화 서은숙 성기천 성석현 손민수 손석범 손호경 송미수 송민경 송보영 송선자 송순이 송현화
송혜영 신민영 신복순 신선린 신세희 신우식 신유영 신은진 신일영 신현서 신혜선 심재원 심찬우 심현주
안경아 안상대 안수연 안홍환 양보라매 양복순 양선옥 양순옥 양재희 어봉선 엄정연 엄태성 엄해열 엄화자
여수엽 연창숙 오경숙 오미숙A 오미숙B 오민숙 오시연 왕주희 우경택 우인순 우지윤 우현미 우현숙 원동일
원하금 유경순 유경하 유난희 유순애 유순희 유예환 유은화 유재곤 유주화 유진배 유현미A 유현미B 유현주
유희선 유희수 윤애리 윤혜란 윤희옥 이강희 이경례 이경숙A 이경숙B 이경숙C 이경주 이경호 이금례 이기대
이두민 이명순 이명진 이문섭 이미숙 이미영 이민영 이민우 이보경 이봉윤 이상권 이상민A 이상민B 이상애
이선자 이성두 이소라 이소영 이수연 이숙진 이승연 이승엽 이연숙 이영선 이영순 이영희 이옥석 이옥순
이우림 이윤숙 이은경 이은실 이은영 이은옥 이재준 이점금 이점복 이정념 이정미 이정임 이종연 이종엽
이종원 이주봉 이준규 이지선 이지수 이진형 이진호 이창현 이철봉 이철희 이학술 이현미 이현수 이현옥
임보숙 임부남 임주나 임태혁 임태훈 임홍균 임희순 임희숙A 임희숙B 장미숙 장미영 장수진 장아영 장해란
장호정 전미녀 전소은 전영옥 전제규 전창배 전해숙 정경범 정광우 정미화 정숙령 정영현 정은옥 정의정
정점순 정정옥 정혜숙 정희순 조경인 조대근 조영신 조영옥 조영진 조은애 조은희 조혜령 조혜주 조희영
차재철 최금숙 최덕현 최명이 최무영 최민호 최석순 최선호 최성희 최용훈 최원석 최정자 최준배 최지현
최지혜 최진규 최하경 하민수 하윤정 한경자 한보미 한상준 한연실 한영애 한옥숙 한은정 한인우 한철희
함경희 함미숙 함준모 허성일 허신재 허용강 허정자 허지연 허태정 허현경 홍성만 홍성숙 홍옥주 홍인수
홍재희 황동숙 황선숙 황운주 황이모 황춘근

단체 후원

(사)한국천사운동본부중앙회, (주)SH한성소방, (주)국민은행 강동지역영업그룹, (주)삼원, (주)에드코아, 365약국,
KT&G 복지재단, 가나약국, 가락공판장, 가인미가(강남경략), 강귀식(다정모), 고래식당, 공개네한우국밥 본점,
국민은행 하남시점, 규민약국, 네오바이크, 농협 미사지점, 다솜약국, 동아순대국, 미사그린약국, 미사길약국,
미사대학약국, 미사랑약국, 미사보통약국, 미사애한의원, 미사약국, 바른약국, 뽕피몽드, 사회복지법인 따뜻한동행,
상록수약국, 서울약국, 선한약국, 스킨팩토리주니어(백승혁), 시립아란티움어린이집, 시민약국, 신라약국,
신장라이온스클럽, 아란온누리약국, 아빠집 본점, 알파문구(미사역점), 엠씨알컴퍼니, 연세바른치과의원, 멜로우스케일,
오렌지약국, 오병이어, 옵티마하남약국, 우리약국, 우리온누리약국, 유명약국, 이명재(미라지퍼니처),
이삭토스트 하남고교점, 정다운약국, 조은약국, 종로약국, 주)신성네트워크, 중부대학산악협회, 지에스약국, 진약국,
탐마킹시스템, 태환상사, 파리바게뜨 미사청아초교점, 평양남새빛교회, 풍경채온누리약국, 하니약국, 하남떡집,
하남프리카약국, 학습심리상담센터티움, 한국사회복지협의회, 해솔푸드, 행복열쇠, 허그맘 허그인 심리상담 하남센터

물품후원(개인)

강현구 김민애 김설배 김태하 김형호 문희수 서순원 이갑상 이덕남 이용구 이효주 임석현 장동성 장영만
전영호 정유정 정하나 최대기 최윤경 표대중

물품후원(단체)

(주)더블유엔터프라이즈, (주)더블케이뉴딜국민그룹, (주)삼우힐링라이프, (주)세사미패션, (주)왓더그룹, D&COS 박정환,
NH서울동부권주거복지지사, 경기도발달장애인지원센터, 국민체육진흥공단 경주사업총괄본부, 네네치킨 강일점(조재권),
농업회사법인 이룸주식회사, 농협중앙회 하남시지부, 더불어함께새희망, 덕풍3동행정복지센터, 독일렉스톤 보청기하남지사,
뚜레쥬르 하남신장, 마을공동체 사이, 비엠에프앤비(BMF&B), 사회복지법인 따뜻한동행, 소박사정육식당,
시립아란티움어린이집, 신아재활원, 신장라이온스클럽, 씨제이프레쉬웨이주식회사, 아이숲어린이집, 에스지(임성기),
우리농업지킴이운동본부, 주식회사 라이넥스, 주식회사 아사달, 주식회사두울푸드시스템, 지비에스글로벌주식회사,
파리바게뜨 미사청아초교점, 퍼니판하남미사점, 하남농업협동조합, 하남무지개마을(주), 하남시감일종합사회복지관,
하남시강원도민회, 하남시미사강변종합사회복지관, 하남시사회복지협의회, 하남시의사회, 하남시종합사회복지관,
하남시청소년수련관, 하남시청소년지원센터 꿈드림, 하남진로강사협의회, 하트하트재단, 한국출판문화산업진흥원,
한국토지주택공사 서울지역본부, 행복한낙지

주간보호센터

강미영 김필순 김현숙 민경재 민복기 서일란 우승원 우현정 우먼스키친 이창우 정영훈 정준호 정현정
정효정 조정현 차재배 최영순 평양남새빛교회 허중강 (주)아사달 뚜레쥬르 하남신장점 하남시장애인주간보호시설



후원계좌 (예금주 : 하남시장애인복지관)
농협은행 301-0219-3388-61 | 우리은행 1005-503-536460

후원계좌 (예금주 : 하남시장애인복지관 주간보호센터)
농협은행 301-0263-8774-91

하남시장장애인복지관 후원금 수입

113,845,620원

지정후원금 35,128,150원
비지정후원금 78,717,470원

하남시장장애인복지관 후원금 사용내역

169,404,332원

사업비 101,595,964원
차기이월(비지정) 37,183,475원
차기이월(지정) 15,727,167원
인건비 7,583,634원
기타운영비 5,470,800원
수용비 및 수수료 1,152,370원
차량비 609,262원
공공요금 81,660원

2021 후원품 수입 및 사용내역 (단위:원)

2021 수입		
가구 및 전자제품	8	0%
교구용품	21	0%
도서 및 문구류	7,333	10%
보장구	1	0%
생필품	1,855	3%
건강관련제품	45,174	61%
식료품 및 식사권	7,182	10%
의류	5,451	7%
상품권	1,321	2%
잡화	2,571	3%
이미용	3,190	4%
합계	74,107	

2021 사용		
기타	839	2%
마켓판매	7,344	14%
복지관비치	168	0%
사업운영지원	14,533	27%
행사시 사용	813	2%
유관기관 배분	8,660	16%
이용자 배분	8,830	17%
식당 배식	182	0%
재가장애인 배분	4,049	8%
직원포상	490	1%
프로그램 사용	204	0%
행사시 배분	7,297	14%
자원봉사자 배분	2	0%
합계	53,411	

주간보호센터
후원금 수입 및
사용내역
(단위:원)



수입		사용	
지정후원금	3,267,000	지정후원금	3,263,820
비지정후원금	6,250,000	비지정후원금	4,891,600
전년도이월금	3,711,466	차기이월	5,078,544
기타예금이자수입	5,498		
합계	13,233,964	합계	13,233,964

주간보호센터
후원품 수입 및
사용내역
(단위:원)



수입		사용	
코로나19 소독용품	2,505	이용자 배분	1,352
경추베개	4	프로그램 사용	6
사무용품	4	센터 소독용품 사용	1,258
케이크류	9	센터 사무실 비치	4
쿠키류	100	행사시 사용	2
합계	2,622	합계	2,622

더 많은 하남시장장애인복지관의
소식 만나기



매월 다양한 복지관 소식을 이메일로 전달드리는 메일링 서비스 '웹진' 구독을 희망하신다면

기획운영지원팀 031-760-9905 로 전화하셔서 구독 신청하세요!



경기도 하남시 미사강변남로 56

TEL 031-794-2266 FAX 031-794-2261 www.hanamrehab.or.kr