



12월호

Contents

즐거운 마지막 종이접기 시간을 맞이하며.....	2
발달장애인 가족여행 1박 2일 진행 후기	4
가서! 북서울 꿈의 숲으로 나들이하러.....	6
광복구발달장애인지원조례제정 공청회	8
편의시설 로드맵을 제작 하면서.....	10
‘관악장애인자립생활센터 동로상당 보수교육’ 에 참여하며.....	12
사회복지 현장실습을 하며.....	14
나의 실습생활을 마치며.....	15
단출한 마음, 따뜻한 옴 파티	16
장애인에티켓	18
이달의 정보	20
이달의 시	22
광복장애인자립생활센터CMS자동이체 신청서	23
광고(송년사)	24



즐거운 마지막 종이접기 시간을 맞이하며…….

문지수

겨울이란 걸 직감하게 되는 유난히 바람이 스산하게 부는 날, 11월 07일 오후 14:00 - 16:00, 강북구장애인자립생활센터의 프로그램 실 (1118호)에서 06차 자조모임 종이접기 프로그램을 진행하였다.



너무나도 반가운 회원님들~!! 회원님들과 안부도 여쭙어보며, 해바라기 꽃마냥 함박웃음을 지었다.

올해가 너무 빨리 지나가는 기분에 조금 놀라기도 하면서도 감회롭다.

내년 2017년 관련하여 종이접기에 관하여 회원님들의 의견을 들어보고 사업 프로그램 계획 시 의견 반영할 수 있도록 해야겠다.

“오늘은 어떤 걸 만들까요?!”

마지막 6차 자조모임 종이접기 작품으로 ‘작은 팔각 상자’를 만들기로 결정했다.

팔각 상자를 만들 종이를 보고나서 접는 순서를 봤다.

그리고 팔각 상자를 만들려고 종이를 접는데 처음엔 별 어려움이 없었으나 접으면 접을수록 점점 어려워졌다.





‘사람은 같은 실수를 반복한다.’

이 말이 괜히 나온 것이 아니다. 종이를 접으면서 같은 곳을 여러 번 헤맸고, ‘아~!’ 하고 짧은 탄성을 내뿜었다.

여러 번 반복하다가 드디어 제대로 갈피를 잡고 나서 본드를 활용해 형태가 갖춰졌다.

회장님을 따라 다른 회원님들도 열심히 종이 접으며 즐거워하시는 모습이었고, 형태를 갖추면 갖출수록 상자처럼 보였으며, 또한 작은 보석함처럼 보이기도 했다.

손잡이 부근으로 추정되는 알 수 없는 구슬을 종이 뚜껑 위로 꾸~~욱 눌러 붙여보니 생각 외로 잘 어울렸으며, 생각한 것보단 크기가 좀 작은 것 같은 것 같아 보였다. 작고 아담한 보석함이라고 해도 손색없을 것 같았다. 회원님들과 실습 선생님들도 ‘작은 팔각 상자’를 다 완성시키고 나서 뿌듯함을 느끼시는 것 같아 보였다

이로써 자조모임 종이접기에 마지막 회 차를 마치고 회원님들과 아쉬운 작별인사를 나누며 새로운 해에 보다 새롭고 활기찬 모습으로 만나기를 기약하였다.



발달장애인 가족여행 1박 2일 진행 후기

주영경

2016년 11월 28일(월) ~ 29일(화) 1박 2일 발달장애인 가족여행 진행 건으로 우이동 웰벡타운에 가게 되었다. 원래의 목적은 발달장애인 가족이 함께 여행을 떠나는 것에 목적을 뒀지만 사실상 가족을 선외하는데 개인적인 일정과 직장일로 인해 많은 어려움이 발생했다. 가족단위로 모집 하지는 못했지만 계획했던 6명의 인원과 함께 28일(월) 발달장애인 가족여행을 떠나게 되었다.



떠나는 당일 이00군이 매우 들뜬 모습으로 센터에 방문하였다. 전 날 설레는 마음에 잠을 푹 자지 못했다고 하였다. 서둘러 준비를 하고 예상했던 시간보다 조금 일찍 웰벡타운으로 출발을 했다.

웰벡타운에 도착하자마자 우리는 짐을 풀고 편한 복장으로 갈아입은 뒤 모이기로 했다. 날씨가 생각보다 쌀쌀한 탓에 계획했던 외부활동은 하지 못하고 실내 활동을 하게 되었다. 대부분 참가자가 남자였으며 그로인해 남자 방이 가장 커 자연스레 그 방으로 모이게 되었다.

다 같이 모인 뒤 행사를 기념하는 현수 막을 달고 아직 도착하지 않은 참가자를 기다리며 간식으로 허기진 배를 채웠다. 평소 노래 부르기를 좋아하는 이00군과 김00씨는 제일 먼저 노래방 기계를 찾곤 하였다.



둘이 워낙 친하기도 하지만 여럿이 함께 여행을 온 것 자체가 기쁜지 하루 종일 싱글벙글해하며 프로그램에 적극적으로 참여하는 모습을 보였다.

한창 노래를 부르고 흥미가 떨어진 참가자 분들은 게임을 찾기 시작했다. 미리 계획한 게임을 설명한 뒤 진행하였다. 어떻게 보면 간단하고 시시할 수 있는 게임

이었지만 참여자들은 함께해서 그런지 더 재미있다고 이야기를 했다.

저녁시간에 맞춰 강북센터 식구들도 방문하여 다 함께 저녁식사를 하였다. 통상 겸, 통오리바비큐를 구워 먹으며 이런저런 달소를 나누었다. 많은 사람들이 함께해 한껏 분위기가 들떴다. 개인적인 일정으로 인해 조금 늦게 도착하신 신00님은 식사를 하고 오심에도 불구하고 음식이 입맛에 맞았는지 맛있게 드시는 모습이였다.



저녁식사 시간이 끝나고 참가자분들과 스텝만이 남아 2차 프로그램이 진행되었다. 처음에는 조용하고 별다른 말이 없으신 신00님은 노래자랑이 시작되자 스스로 원하는 노래제목을 요청하고 2절까지 완곡 하는 모습도 보였다. 늦은 시간까지 다과를 즐기며 1박의 발을 마무리하곤 하였다. 발달장애인 가족여행에 참여하신 대부분의 참가자분들은 이러한 여행을 할 수 있는 기회가 적었는데 이번 프로그램을 통해 경험할 수 있어 매우 만족한다고 이야기해주셨으며 1박 2일 발달장애인 가족여행 또한 잘 마무리 할 수 있었다.



가자! 북서울 꿈의 숲으로 나들이하러…….

문지수



11월 11일 14:00 - 16:00, 공원 나들이 프로그램으로 북서울 꿈의 숲 나들이 하는 날이다. 출근길에 하늘이 약간 흐린 날씨 보여서 비 오는 줄 알고 걱정이 되었었는데 다행히도 날씨가 맑았다.

만날 시간보다 일찍 오셔서 북서울 꿈의 숲 공원 내 아트센터 안에서 찬바람을 피하다가 공원 산책을 하였다.

오랜만에 오는 북서울 꿈의 숲이라 그런지……, 조금 새로운 느낌이 들기도 하고 천천히 참여자 분들과 함께 둘러보기도 하면서 공원에 절반 이상을 돌아다니며 서로서로 사진도 찍어주며 선선한 바람과 함께 여유로움을 만끽하였다.

공원을 산책하면서 주말에 나왔을 때랑 조금은 다른 것 같은 느낌이 들기도 하였다. 주말에 나왔을 때는 오전 즈음이라 그런 건지 사람이 많았었지만, 이 날이 평일이라서 그런 건지 생각 외로 사람이 주말에 비해 적은 편이라 느꼈다. 산책하기엔 적합한 날이라고 생각이 들었다.

전망대로 향해 올라가는 엘리베이터가 생각보다 시간이 오래 걸린다는 생각이 들었다. 특히!!! 전망대 쪽 엘리베이터가 말이다. 전망대에 올라가니 단 한명의 사람도 없어서 이리도 사람이 없을까 뜻밖이라는 생각을 하였다.

너무도 느린 전망대 엘리베이터 덕분에 시간이 걸리긴 했지만, 전망대에



올라오니 모든 참여자 분들이 좋아하시고, 전망대 안을 천천히 살펴보거나 전망대의 창문 밖을 보기도 하시며, 서로 촬영해주시고 느긋한 마음으로 음악을 들으면서 각기 다른 모습으로 이날에 나들이를 즐기시는 모습들을 나는 바라보며 나 또한 평화로움을 느낄 수 있었다.

여담이지만, 여기 북서울 꿈에 숨이 '아이리스' 라고 하는 한국 스릴 첩보드라마에서 나왔다고 한다. 그래서 전망대 안에 아이리스 관련해서 설치한 물건이 있었나보다.

자유롭게 보내다가 전망대 안에서 단체 사진을 찍었다. 물론, 몇 번 촬영했을 때, 역광으로 인하여 어둡게 나오긴 했지만 말이다.



발달장애인지원조례제정 공청회 개막!!

박계형



입김이 나와 유난히 강한 바람이 부는 날, 11월 24일 오후 14:00 - 17:00, 강북구발달장애인지원조례제정 공청회의 막이 드디어 올랐다.

강북센터 스텝들은 강북문화예술회관으로 경마 경기장의 선수 말처럼 재빠르게 움직였다.

자리 배치하고 다과를 예쁘게 준비하고 유인물도 붙이고 현수막도 부착하고!

공청회를 위하여 준비를 해두고 나니 회원 분들과 참여자 분들이 세미나실을 짹짹 채우기 시작하였다. 오랜만에 뵙는 분도 계시고 자주 뵙는 분도 계시고! 또한 처음 뵙는 분도 계신다.

‘두근두근 두근!’

저번 4월 달에 중증장애인지원조례제정 공청회에 사회를 맞은바 있지만, 오랜만에 사회를 보게 되어서 그런지 떨리는 마음은 여전했다.

이번 발달장애인지원조례제정 공청회 패널 2분이 오셨다. ‘함께 가는 강북장애인부모협의회’ 최미경 고문님과 ‘아름다운행동장애인 자립생활센터’ 우희재 감사님이시다.



최미경 고문님, 우희재 간사님, 그리고 우리 강북센터의 차분한 리더이신 박동렬 사무국장님, 세 분을 중심으로 발달장애인지원조례제정 공청회가 본격적으로 시작되었다.

강서구, 중랑구 등 조례제정 관련해서 정보를 알아볼 수 있었다. 최미경 고문님의 이야기와 당사자이신 우희재 간사님의 이야기도 들을 수 있었고, 좋은 정보를 접할 수 있는 기회가 참여자들에게 주어진 것 같았다.



공청회는 어느덧 무르익고, 참여자들은 적극적인 자세로 임하였으며, 질의응답을 통해 강북구에 발달장애인지원 조례제정이 되길 바라는 마음이 드러났다.

조례제정이 되려면 많고 많은 사람들의 인식 전환이 필요할 것 같다는 생각이 든다.



편의시설 로드맵을 제작 하면서.....

김성윤



5월부터 10월까지 강북장애인자립생활센터에서 편의시설 로드맵을 제작하기 위해서 강북구 지역의 편의시설 로드맵 실태 조사를 하여 강북구 지역 다중이용시설의 편의시설 실태현황과 사진 촬영 등의 편의시설 로드맵 제작을 위한 진행을 하였습니다.

강북구는 미아동, 번1동, 번2동, 번3동, 삼각산동, 삼양동, 송중동, 송천동, 수유1동, 수유2동, 수유3동, 우이동, 인수동 등의 13개의 동으로 이루어져 있습니다. 5월부터 강북장애인자립 생활센터에서 강북구 지역의 편의시설 로드맵 실태 조사를 1차에서 10차까지 총 10회를 진행 하였습니다.

편의시설 로드맵 실태 조사는 차수별로 2팀으로 나누어서 진행되었습니다. 편의시설 로드맵을 하면서 회의를 통해 편의시설이 설치되어





을 이야기하였습니다.

편의시설의 설치는 장애인뿐 만 아니라 모든 다중이용시설 이용자에게 편리함을 줄 것 이라고 생각합니다. 편의시설의 설치는 휠체어 이용 장애인뿐 만 아니라 노약자나 일산부 등의 사회적 약자들에게 필요하며 편의시설의 설치로 다중이용시설 이용에 불편함을 안 주고 편리성을 줄 것입니다.

편의시설이 미설치되어 있는 다중이용시설 등에서 편의시설이 설치되었으면 합니다. 편의시설의 미설치되어 있는 곳의 편의시설의 설치는 누구나 불편함이 없는 무장애 사회 환경을 만들 것입니다. 편의시설의 설치는 장애인뿐 만 아니라 누구에게나 보나 나은 접근성을 줄 것입니다. 이 번 강북장애인자립생활센터의 편의시설 로드맵 제작이 장애인뿐 만 아니라 누구에게나 다중이용시설의 접근성에 도움을 주었으면 합니다.

계단이나 턱이 있는 다중이용시설 등에 휠체어 이용 장애인 등의 진·출입이 가능한 경사로 설치나 출입문이 갖추어 지고 좌식테이블로 되어 있는 다중이용시설 등에 인식테이블이 설치가 되고 휠체어 장애인들에게 접근 가능한 화장실 등이 갖추어 지면 장애인뿐 만 아니라 모든 이들에게 편리한 접근성을 줄 것입니다.



있는 다중이용시설에 대한 편리성과 편의시설 미설치로 인한 휠체어 사용 장애인들에 대한 불편함 등에 대해 이야기 나누었습니다.

편의시설 로드맵 제작에 참여한 분들은 편의시설 미설치로 인한 장애인의 불편함에 대해 편의시설이 보다 많은 다중이용시설에 설치되어서 장애인의 다중이용시설 이용에 불편함이 없었으면 하는 아쉬움을

‘관악장애인자립생활센터 동료상담 보수교육’에 참여하며…….

전난희

10월 26일부터 27일 이틀간 이룸센터 회의실2에서 열린 ‘관악장애인자립생활센터 동료상담 보수교육’은 나와 장민정선생님, 그리고 김소연선생님이랑 함께 참여하게 되었고, 우리 강북센터에서도 동료상담 보수교육을 실시하고 있는데 어떤 점이 다르고 어떤 점을 배워야하는지에 대한 궁금증을 안고 참여하게 되었다.



10월 26일(수) 10시부터 12시까지 김운선 강사님(은평 늘봄 IL센터 대표)이 진행하신 ‘개별상담을 위한 의사소통 및 동료상담 서식 활용법’ 강의는 개별동료상담의 정의와 유형 및 동료상담 서식활용법에 관한 내용이었으며, 같은 날 13:00 ~ 16:00까지는 최선자 강사(서울시 지적장애인복지관 사무국장)님이 진행하신 ‘발달(지적)장애인의 이해’는 지적·발달장애인의 전반적인 정의와 특징들을 다시 한 번 배울 수 있었고, 지적·발달장애인을 상대할 때 유의할 점들을 상기시켜주는 내용이었다.



다음날인 10월 27일(수) 10시부터 12시까지 양준우 강사님(동하네 심리행동치료센터 원장)이 진행하신 ‘자폐성장애의 이해, 정서 및 행동장애’ 강의는 자폐성장애인들과 지적장애인들의 차이점과 발생원인, 행동의 유의사항에 대한 내용이었으며, 같은 날 13:00 ~ 16:00까지 박재우 강사(서초열린세상 시설장)님이 진행하신 ‘정신 장애의 이해’는 ‘정신질환과 정신장애’에 대한 차이점, ‘정신질환의 종류’, ‘정신장애에 속하는 정신질환’ 등에 대한 내용이었다.



장애인 당사자가 또 다른 장애인을 같은 입장에서 공감하고 상담해주며, 내담자뿐만 아니라 상담자도 같이 위로받으며 서로 발전해 나가는 의미가 있고, 신체적인 장애뿐만 아니라 지적·발달장애와 정신장애 영역까지 포괄적으로 발전해나 갈 수 있게 하는 강의였다.

이틀 동안 하루에 두 분씩 장애영역에 맞는 강사진과 내용들이 스케줄에 따라 알맞게 진행되어졌고, 각각의 장애에 대한 알고자하는 호기심을 불러일으키기엔 충분하였으나 이틀이라는 짧은 시간동안 동료상담, 발달·지적장애, 자폐장애, 정신장애에 이르기까지 모든 영역을 다루다 보니 깊이 있는 내용이 부족하지 않았나하는 생각이 들었다.



강북센터 실습생 허효숙선생님, 사회복지 현장실습을 하며.

허효숙



머릴 적 티브이에서 종종 장애인 여성분이 장애를 극복하고 열심히 살아가는 모습을 보았다. 그 장애인의 자립 의지를 보고 나 자신의 나태함에 부끄러워졌다.

살아오면서 장애인분들과 친구가 되길 비었고 그분들과 함께 소통하면서 서로 도움을 주고받는 일을 고대해 왔다.

강북 장애인 자립 생활센터는 나에게 그 역할을 수행할 수 있는 기회를 주었다. 실습 첫날 긴장이 많이 되었지만, 기관 지도자 분과 직원 분들이 따뜻하게 반겨 주셔서 마음이 한결 놓였다. 처음이라 모든 점에 다소 생소하겠지만, 실습생의 자세로서 열심히 배우고 느끼며 적극적 태도로 임할 것이다.

현장에서의 경험은 책에서만 보았던 이론을 적용할 수 있는 좋은 기회였고 이론과 실제의 차이점에 대하여 알아갈 때 발전됨을 느끼게 되었다. 특히 평소에 관심이 많았던 체험홈에 가서 입주자를 만나 소통할 수 있었다는 점이 매우 기뻐요며 1년에 한 번 있는 뜻 깊은 행사, 김치 담그기에 참여하게 되어 보람 있었다. 김치 담그기에 참여한 많은 장애인분들은 친구도 만나고 김치를 스스로 담근다는 기쁨에 행복웃음을 보여주었다.

서툴고 부족함이 많은 실습생임에도 다그치지 않으시고 조용히 격려해 주시는 실습 지도자 안혜영 팀장님과 박동열 국장님께 정말 감사드리고 센터 직원 분들의 따뜻한 관심과 도움 덕에 하루하루가 훌륭하고 값진 시간이 되고 있다.

강북장애인 자립생활센터 직원 선생님들의 관심과 사랑, 잊지 않을 것이며 실습 기간 동안 낮은 자세로 열심히 배우고 익혀서 사회복지사가 되기 위한 역량을 키울 것이다. 다시 한 번 모두에게 감사 인사를 드린다.



강북센터 실습생 박지훈 선생님, 나의 실습생활을 마치며.

박지훈

안녕하십니까? 저는 강북장애인자립생활센터에서 실습을 했었던 박지훈이라고 합니다. 제가 강북장애인자립생활센터를 실습 처로 정한이유는 이번실습을 하기 전 요양원에서 실습을 한번 했었습니다.

그곳에서 실습을 하고 다음 실습은 노인과 관련된 기관이 아닌 장애인, 아동 관련된 기관에서 실습을 하고 싶어서입니다. 강북장애인자립생활센터에서 실습을 하면서 많은 걸 배우게 되었습니다. 요양원에서 실습을 할 때에는 설거지나 청소 등 물으로 하는 일을 주로 했는데 강북장애인자립생활센터에 실습을 하게 되면서 사회복지현장에서 정말 필요한 사무적인 일을 많이 배우게 되었습니다.



또 강북장애인자립생활센터에서 실습을 하면서 많은 프로그램도 해보았는데요. 그중에서 가장 기억에 남는 것들이 있습니다. 실습 첫 주에 하게 된 집단동료상담, 체험출입주자분과 함께 뮤지컬관람 및 집단자립생활기술훈련 프로그램 등에 정말 재밌고 뜻 깊은 분들과 함께 했던 것 같습니다. 이번 강북장애인자립생활센터에서 실습은 다른 사람들에게 "나 실습 정말 잘했어!" 라고 할 수 있을 것 같습니다. 제가 제대로 실습을 할 수 있도록 도움을 주신 강북장애인자립생활센터 분들께 감사에 말씀 드립니다.

마지막으로 저는 사회복지사가 되기 위해 대학을 들어가 공부를 하며 벌써 두 번째 실습까지 나왔는데요. 여태까지 저는 진로를 정하지 못했습니다. 사회복지사가 되고 싶었지만 내가 만약 사회복지사가



되면 어떤 사람들을 만나고 그 사람들을 위해 무슨 사업을 해야 할지 아무것도 정하지 못했지만 이번 실습을 통해 내가 가야할 길이 무엇인지 그 길을 위해 무엇을 투자해야 하는지 정한 것 같습니다. 강북장애인자립생활센터 여러분 제가 너무 부족하지 않았는지요. 혹시 폐가 되지는 않았나. 걱정스럽습니다. 하지만 마지막까지 저를 믿어주셔서 정말 감사드립니다.

‘세계장애인의 날 기념’ 한국DPI대회에 참여하며…….

전난희



11월 22일, 23일 양일간 하이서울유스호스텔에서 열린 ‘세계장애인의 날 기념’ 한국DPI 대회는 정보취약계층인 장애인의 ‘ICT(정보통신기술)의 접근성 보장’을 통한 장애인 완전한 권리 실현’ 이란 주제로 진행되었다. 강북장애인자립생활센터(이하 강북센터)에서는 전난희팀장, 문지수간사, 오재준간사, 이영훈선생님, 김소연선생님이 참석하였다.

1일차인 22일의 일정은 오후 1시부터 2시까지 개회식이 진행되었고 KBS시각장애인 아나운서인 이창훈씨가 사회를 보았는데, TV로 듣는 목소리보다 실제로 아나운서의 목소리를 들으니 더욱 더 멋들어지게 느껴졌다.



멋들어진 이창훈 아나운서의 개회식을 뒤로하고 14시부터 15시까지 한 시간 가량동안 본격적인 강연에 앞서 기초강연이 시작되었고, 기초 강연으로는 '4차 산업혁명 시대의 장애인을 위한 IoT(사물인터넷)의 현재와 미래(개념과 생활사례)'를 한양대 건설환경공학과 조병완교수님께서 강연해주셨다. 기초강연을 마치고 곧바로 15시부터 18시까지는 SECTION 1인 '우리나라의 ICT 접근성의 현실' 과 'ICT 장애인의 완전한 접근성 실현방안' 을 주제로 한 강연들을 들을 수 있었다. 이어 저녁을 먹은 후 '배리어프리 영화상영' 이 있다고 하였으나 우리들은 늦은 시간까지 있을 수 없어서 참석하지 않고 한 8시 쯤 퇴근하였다.

2일 차인 23일은 오전 10시에 시작하는 'ICT 접근성 프로그램 사례발표' 를 시작으로 11시에는 '정보소외계층의 웹 및 모바일의 정보접근성 강화 방안 마련' 과 12에는 자유 주제 발표로 '장애인권리협약과 유니버설디자인, 장애인 복지시설의 공간안전 실태' , 그리고 '우리가 길입니다! 바로 우리가 답입니다!' 란 주제로 토론 프로그램이 있었으나, 우리는 생각 보다 장들이 빨리 잡히는 바람에 오후 2시까지 함께하지 못하였다.



'세계장애인의 날 기념' 한국DPI대회에서는 개인적으로 성균관대학교 이성일 교수님이 발표하신 '정보통신 접근성의 법제도 및 Issues' (소제목: 장애인으로서 스마트하게 살기가 얼마나 가능한가?)가 가장 인상 깊게 들었다. 우리가 흔히 생각하지 못한 부분을 꼬집어서 다른 나라들과 비교 분석하여 발표하셔서 인지 머리에 쑥 들어오기도 하고, 내년 11기 강북장애인자립생활학교를 진행할 때 교육내용으로 추가하여도 손색이 없을 것 같았다. 이래서 사람은 끝일 없이 배워야하나 보다.

이번 '세계장애인의 날 기념' 한국DPI대회는 숙박이 아닌 22일, 23일 양일간 출퇴근 형식으로 교육을 받아서인지는 몰라도 예년보다 알차게 배워가는 느낌이 들어서 보람이 깃든 대회였던 것 같다.

단출한 마음, 따뜻한 홈 파티

전난희



2016년도 어김없이 연말이 다가오고……,
크리스마스 역시 다가오고 있다~~~

춥고 외로운 크리스마스와 연말이 지겹다면 집에서 간단히 음식을 준비하고 추운 겨울이지만, 단출한 마음을 채워줄 수 있는 작지만 따뜻한 홈 파티를 해 보는 건 어떨까…….? 하다가도 직접 음식재료를 구입하고, 구입한 재료들을 다듬어서 요리를 하기란 쉽지가 않다.

특히 우리와 같은 장애인들은 칼과 불을 다루기가 쉽지 않으므로 불을 다루지 않고도 크리스마스에 홈 파티를 즐길 수 있는 요리 레시피를 소개하겠다.

이미지 출처 - <http://www.irepublic.kr>

밥솥으로 만드는 크리스마스 케이크

재료: 핫케이크 가루, 달걀 2개, 우유(물), 슈가파우더(생크림), 생과일(바나나, 딸기, 귤, 등등)

만드는 법:

① 핫케이크가루에 달걀과 우유를 넣어 약간 걸쭉하게 반죽해준다.

② 반죽한 것을 밥솥에 넣는다. [내솥에 아무것도 바르지 않아도 달라붙지 않아서 기름을 바르지 않은 상태에서 넣었지만, 만약 달라붙을까 걱정이 된다면 식용유(올리브유)를 솥을 이용하여 내솥에 한번 바른 뒤 반죽을 넣는다.]



③ 조리시간은 '케익' 으로 맞춰놓고 취사 버튼을 누른다. (반죽의 양이 너무 적으면 말라버리기 때문에 반죽양이 조금 많아도 괜찮으며, 일반 백미로 취사를 하면 케이크가 익지 않으므로 꼭 '케익' 으로 선택 한 다음 취사한다.)

④ 다 된 쪽신하고 따뜻한 케이크를 뒤집어 꺼내어 접시에 담아 슈가파우더를 채반을 이용해 뿌려주거나 생크림을 올려 생과일로 장식하면 된다.

이미지&자료 출처- <http://blog.naver.com/houn1217/150153531626>

아가지기 트리샌드위치



재료: 식빵 6장, 샌드위치용 햄 3장, 슬라이스치즈 3장, 오이 1개, 마요네즈 2스푼, 사과잼 2스푼 (숫자는 밥숟가락 계량 기준)

만드는 법:

- ① 식빵과 치즈는 크리스마스 쿠키틀로 찍어내고, 샌드위치 윗면이 될 식빵에 빨대를 이용하여 구멍을 뚫는다.
- ② 샌드위치용 햄은 얇게 썰어 달군 프라이팬에 살짝 구워 식힌 뒤 트리모양 틀로 찍어낸다.
- ③ 오이는 얇게 껍질 부분을 돌려 깎아 소금을 살짝 뿌려 재운 뒤 키친타올로 물기를 제거하고, 트리모양 틀로 찍어낸다.

④ 빵 한쪽 면에 마요네즈를 바르고, 다른 한쪽 면에는 사과잼을 바른 뒤, 식빵 위에 햄과 치즈, 오이를 층층이 올리고 구멍 낸 식빵을 올려 손바닥을 이용하여 꾸~욱 눌러 완성한다.

이미지&자료 출처-

http://m.navercast.naver.com/mobile_magazine_contents.nhn?rid=2212&contents_id=106225

이달의 정보

긴급보육바우처 미사용분 내년 2월까지 이용 가능

보육현장 의견수렴 결과를 토대로 맞춤형 보육 제도 보완

보건복지부는 지난 7월 맞춤형 보육 제도와 함께 도입된 긴급보육바우처(이하 바우처)를 내년 2월까지 이월해 사용이 가능하도록 제도를 개선한다고 밝혔다.

지금까지는 해당 월에 미사용 된 바우처는 연말까지만 이월이 가능했다. 하지만 학부모 등 보육현장 의견수렴 과정에서 같은 학기인 내년 2월까지 이월해 사용할 수 있도록 하자는 의견을 반영하여 개선키로 했다.

또한, 다음 달부터는 어린이집이 바우처 사용내역을 입력해야 하는 기간을 바우처 이용 후 3일 이내에서 7일 이내로 확대하여 어린이집 행정 부담을 덜어주기로 했다.

한편, 어린이 안전을 강화하고, 어린이집의 충분한 이용을 보장하기 위하여 출석부 작성·관리를 강화한다.

현재 어린이집은 출석부를 의무적으로 작성·비치하고 있으나, 어린이의 출석 여부만 기재하는 경우 등·하원 관리가 형식에 그칠 우려가 있다는 지적에 따른 것.

출석부에 어린이의 등·하원시간을 기재토록해 안전한 등·하원 관리 및 증일반 어린이의 어린이집 이용시간 보장을 위한 여건을 조성한다.

아울러, 어린이집 업무부담 발생을 최소화하고, 등·하원시간을 체계적으로 관리할 수 있도록 보육통합시스템에 등·하원시간을 입력할 수 있도록 전산화도 함께 추진한다.

보건복지부 관계자는 “앞으로도 학부모와 보육교사 등 현장의 의견을 수렴해 지속적으로 제도를 개선함으로써 맞춤형 보육의 안정적 정착을 추진할 예정.” 이라고 밝혔다.

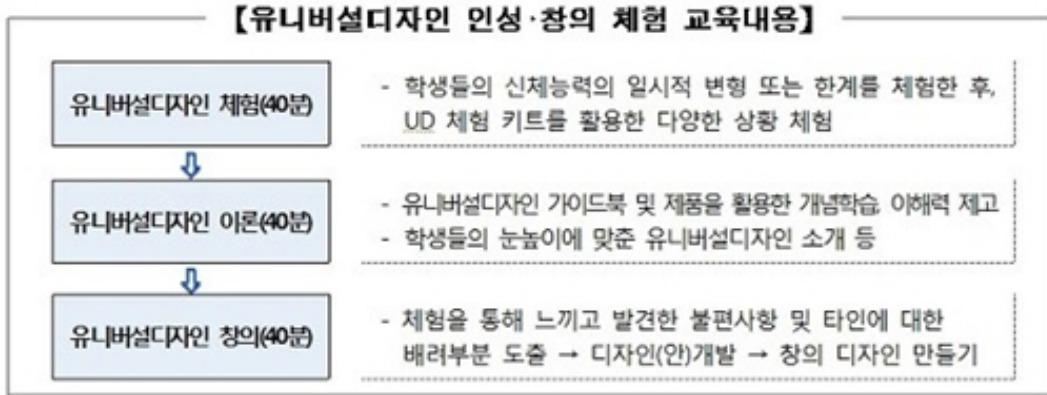
자료출처- <http://www.welfarenews.net/news/articleView.html?idxno=59192>

유니버설디자인 교육, 서울시에서는 초등 정규교육과정으로

2017년 40개 초등학교 시범운영... 효과·만족도 분석 후 전 학교로 단계적 확대

장애나 연령에 관계없이 누구나 이용 가능하도록 설계된 유니버설디자인. 유니버설디자인 교육이 서울시 내 초등학교에서 정규 교육과정으로 포함될 전망이다. 서울시는 ‘유니버설디자인 인성·창의체험교육’ 프로그램을 내년부터 각 초등학교가 자율적으로 운영하는 정규교육과정인 ‘창의적 체험활동’에 포함시켜 운영한다. 초등학교 정규교육과정은 ‘일반교과과정’과

‘창의적 체험활동’으로 나뉘는데, 그 중 원하는 학교가 창의적 체험활동에 활용할 수 있도록 지원하는 내용이다. 유니버설디자인 인성·창의체험교육은 학생들이 생활 속 다양한 장애를 직접 체험해보면서 고령화·장애에 대한 이해와 배려를 키우고, 이를 개선할 창의적 아이디어를 공유하며 유니버설디자인의 필요성에 대한 공감대를 확대하는 프로그램이다.



지난해 25개교와 올해 40개교에서 전문교육업체가 교육을 하던 내용이 학교가 직접 지속가능하게 교육할 수 있도록 교사들에 대한 연수를 통해 교육법도 전수한다. 우선 내년 40개교에 시범 운영하고, 교육효과와 만족도를 분석해 599개 전 학교에 단계적으로 확대할 계획이다. 이렇게 되면 그동안 1년 평균 750여 명의 학생이 한정적으로 교육 받던 것을 약 3,000여 명까지 확대할 수 있을 것으로 시는 예상하고 있다. 서울시는 그동안 찾아가는 유니버설디자인 인성·창의 체험교육을 실시하면서 얻은 학생들의 호응에 힘입어 시교육청과의 협력을 통해 ‘창의적 체험활동’에 포함, 확대하게 됐다고 배경을 밝혔다. 시는 시범운영 학교 40곳을 내년 상반기까지 선정하고, 여름방학을 이용해 교사연수를 실시할 계획이다. 2학기부터는 연수를 받은 교사가 직접 학생들에게 유니버설디자인 인성·창의체험교육을 하게 된다. 사고가 가장 유연한 시기의 초등학교 5학년 학생들을 대상으로 교육을 실시하고, 추후 전 학년으로 점차 확대해나간다는 계획이다. 또한 교육현장에서 사용할 수 있는 교재를 오는 12월부터 유니버설디자인 외부전문가, 교사, 서울시 및 시교육청 관계자 등이 함께하는 TF를 구성해 제작한다.

소소하지만, 시시하지 않
L, O L

정재
O L

누가 그래요,

우리네 사의 소소함이 시시하다고,
O L

여예이씨이나 돼야, 근이씨이나 돼야
L L O L

풍나게 사느 게 가다고 누가 그래요,
O L S E

뭔가 꼭 해내고 이지 않다고 해서 시시하 게 아니에요,
L O S L

우리네 그 어렵다느 사을 버터내고 뽀뽀히 사아내고 이자아요,
L H L O L S O L S L

소소하지만 시시하지 않
L, O L,

가자의 사을 사아내고 이어요,
L O L S L S

그 하나로도 우리네 충분히 튼튼하 사라이예요,
L O L S L O

강북장애인자립생활센터CMS자동이체 신청서

◆ 수납업체 및 목적 (수납업체 기재란)			
수 납 업 체	강북장애인자립생활센터	수 납 목 적	회원회비
대 표 자	정종남	사 업 자 등 록 번 호	210-82-68864
주 소	서울시 강북구 도봉로 328 (가든타워) 906호		

◆ 자동이체 신청내용 (신청고객 기재란)			
신 청 정 보	신청인	예금주와 관계 : ()	연락처
	납부금액	<input type="checkbox"/> 고정금액 (원) <input type="checkbox"/> 변동(추가 계약내용에 따름)	납부일 매월 25 일 +미납시 일 일 재출금
금 거 래 정 보	은행명	예금주	
	계좌번호		
	예금주생년월일		
	예금주 휴대전화번호		
개 인 정 보	개인정보 수집 및 이용 동의	◇ 개인정보 수집 및 이용 동의 ◇ 수집 및 이용목적 : 포성CMS 자동이체를 통한 요금 수납 수집항목 : 성명, 생년월일, 연락처, 은행명, 예금주명, 계좌번호, 예금주 휴대전화번호 보유 및 이용기간 : 수집/이용 동의일 부터 자동이체 종료일(해지일)까지 신청자는 개인정보의 수집 및 이용을 거부할 수 있습니다. 단, 거부 시 자동이체 신청이 처리되지 않습니다. 동의함 [] 동의하지 않음 []	
	개인정보 제3자 제공동의	◇ 개인정보 제3자 제공 동의 ◇ 개인정보를 제공하는 자 : 포성에프엠에스㈜, 금융기관(하단 신청가능은행 참조), 통신사(SKT, KT LGU+, CJ헬로비전)등 자세한 내용은 홈페이지 게시(www.efnc.co.kr/제휴사 소개 메뉴 내) 개인정보 제공받는 자의 이용 목적 : 자동이체서비스 제공 및 자동이체 동의 사실 통지 제공하는 개인정보의 항목 : 성명, 생년월일, 연락처, 은행명, 예금주명, 계좌번호, 예금주 휴대전화번호 개인정보를 제공 받는 자의 개인정보 보유 및 이용기간 : 동의일 부터 자동이체의 종료일(해지일)까지. 단, 관계 법령에 의거 일정 기간 동안 보관 신청자는 개인정보에 대해 수납업체가 제 3자에 제공하는 것을 거부할 수 있습니다. 단, 거부 시 자동이체 신청이 처리되지 않습니다. 동의함 [] 동의하지 않음 []	
# 자동이체 동의여부 동의지 안내 : 포성에프엠에스㈜ 및 금융기관은 안전한 서비스의 제공을 위하여 예금주 휴대전화번호로 자동이체 동의 사실을 SMS(또는 LMS)로 통지합니다. 신청인(예금주)은 신청정보, 금융거래정보 등 개인정보의 수집-이용 및 제 3자 제공에 동의하여 상기와 같이 강북장애인자립생활센터 회원회비 납부를 위해 포성CMS 자동이체를 신청합니다. 년 월 일			
신청인 : (인) 또는 (서명)		(인) 또는 서명	
(신청인과 예금주가 다를 경우) 예금주 :		(인) 또는 서명	

16년 11월 회비납부 명단							
곽광현	권윤정	김낙현	김석현	김소연	김숙이	김용자	김은미
김은순	김재환	김종환	김태환	박남주	박동열	박민숙	박시연
배소영	손연숙	안병훈	안해영	오재준	유수근	유순예	윤두선
이경희	이영석	이영훈	이하용	임상욱	장민정	전난희	정종남
정주영 최윤숙 최전균 홍점표 황석재							
회비 납부에 감사드립니다.							

송년사

안녕하십니까? 강북장애인자립생활센터 소장 정종남입니다.

세월은 유수와 같다는 말이 있습니다. 2016년 시작한지가 엊그제 같은데 시간은 벌써 손살같이 달려 2017년을 맞을 준비를 하고 있습니다. 이번 한해를 되돌려 보면 정말 많은 일들이 일어났던 다사다난했던 한해였습니다. 특히나 올해는 센터 설립이후 최악의 위기상황을 겪은 한 해였다고 평가 하고 싶습니다.

년 초에는 서울시센터지원사업 평가에서 최하위 권에 선정되어 계속지원 받는 타 센터와 다르게 본 센터는 공모사업을 준비하여야 했습니다. 다행히 공모사업에 선정되어 센터 본연의 사업을 수행할 수 있게 되어 안도의 한숨을 내 쉬었습니다. 그러나 안도의 한숨 쉰 것도 잠시 종반에는 한창 사업을 수행하고 한 사람의 일손이라도 더 필요할 시기에 센터 동료들끼리의 불화로 사업은 진행되지 못하고 서로 반목하고 갈등하고 결국에는 퇴사하는 동료까지 생기게 되었습니다. 그 여파로 센터는 엄청난 광풍에 휘말려 정말 힘든 시기를 겪게 되었습니다. 지금은 광풍이 휩쓸고 간 자리를 다시 복구하여야 할 때인 듯싶습니다.

저는 누구의 탓도 하고 싶지 않습니다. 다 저의 부덕의 소치라고 생각합니다. 그래서 저는 깨달았습니다. 내가 깨닫혀야 만이 담당할 수 있다는 것을 말입니다. 우리가 편의라고 생각했던 것들이 코에 걸면 코걸이 귀에 걸면 귀걸이가 되지 않도록 조금 더 신경 쓰고 원칙에 입각해서 사업을 진행해야겠다는 것을 느꼈습니다. 또한 장애인 당사자라는 이유만으로 권한을 주지 않고 그 권한을 행사할 수 있는 실력을 갖췄을 때만이 권한을 쥐야 하겠다는 것을 느꼈습니다. 실력 없는 사람이 권한을 갖고 정신적으로 문제 있는 사람이 권한을 행사한다면 이보다 더한 조직의 위기가 없다는 것을 이번 경험을 통해서 뼈저리게 느꼈습니다.

이제 이 힘들었던 2016년도 다 저물었습니다. 이런 힘든 시기를 겪으면서 이겨낼 수 있었던 가장 큰 힘은 회원 여러분들의 지지와 사무처 직원들의 헌신적인 마음이 있었기 때문에 가능했다고 생각합니다. 마지막으로 한 해 동안 강북센터를 이용해 주신 이용자와 회원 분들, 활동보조 선생님들께 감사하다는 말씀 올리면서 이만 마치겠습니다.

2016년 12월 05일

강북장애인자립생활센터 소장 정종남

