

# 강북장애인자립생활센터

## 버력 09월호



발행처: 강북장애인자립생활센터 발행인: 정종남 편집: 편집위원 발행일: 2020년 09월 29일

홈페이지: <http://www.kbcil.or.kr> 전화: 908-7776 팩스: 0303-0799-1758

주소: 서울특별시 강북구 도봉로 328 가든타워 1119호

## 거주시설연계사업 3차 개별 ILP(허○○/김○○/유○○)



▲ 방석 만들기 허○○ 어르신



▲ 향초만들기 김○○ 어르신

9월 대린원에서는 참여자들의 각양각색 원하는 프로그램을 진행하고자 물품을 지원해 드립니다.

첫 번째로 9월 16일(수) 진행하신 허○○ 어르신은 바느질을 통해 자신만의 물품을 만들어 보고 싶다는 의견을 바탕으로 강북CIL 담당자는 물품을 준비하여 지원하였습니다. 체험한 후 바느질을 이제 하지 않을 줄 알았는데 이렇게 다시 한 번 하게 되어 너무 좋았다는 이야기를 해주셨으며 자신만의 방석이 생겨 기분이 좋다고 말씀하셨습니다~

두 번째로는 9월 22일(수) 김○○ 어르신은 향초 만들기를 원하셨으며 이유는 향도 나고 자신만의 향초를 만들어보고 싶다는 의견을 토대로 진행하였습니다. 어르신은 체험 후 느낀 점을 말씀하셨는데 향초를 녹여서 그 안에 말린 꽃을 넣었더니 향이 너무 좋았다고 이야기 해주셨습니다~

## 거주시설연계사업 3차 개별 ILP(허○○/김○○/유○○)



### ▲ 완성된 점핑클레이 자랑해볼까요?

세 번째로 9월 28일(월)유○○ 어르신은 학창시절 미술 시간에 찰흙으로 탱크나 사람을 만들었던 기억도 있고 해서 점핑클레이 물품을 지원하였습니다. 철사를 이용해 옷걸이도 만들어보고 실생활에 필요한 냄비 받침대를 만들어보니 너무 재미있었다고 하셨습니다.

이처럼 어르신들이 원하시던 욕구에 맞춰 물품을 지원해 드렸더니 지원하는 저희도 참여하시는 어르신들 모두가 행복한 시간을 가졌습니다.

## 동료상담가 양성교육 보수교육 ‘너의 보석돌이 되어줄게’



▲ 상담을 하며 겪는 문제 나누기



▲ 동료상담가 양성교육 보수교육 단체사진

8월 28일(금) 동료상담가 양성교육 보수교육 ‘너의 보석돌이 되어줄게’ 진행되었습니다.

이번 동료상담가 양성교육 보수교육은 현장에서 활동하시는 동료상담가들을 대상으로 진행하였으며 동료상담가분들이 활동하시면서 겪는 문제와 딜레마 그리고 소진 등을 다른 참여자분들과 나누며 자신이 처한 문제를 해결해보는 시간을 가졌습니다.

참여자분들께서는 각자 자신이 겪고있는 문제를 하나둘씩 이야기하기 시작하였고 다른 참여자분들께서는 경청하며 함께 해결법을 도출해보았습니다. 또한 강사님께서 상담에 기본구성 내용을 다시 한번 되짚는 시간을 가져 이론적인 내용도 배울 수 있어 매우 유익한 시간이 되었습니다. 다양한 교육내용에 참여자분들께서는 매우 만족해 하셨습니다.

참여자분들께서 즐거워하시는 모습을 보며 담당자인 저도 매우 뿌듯하게 보수교육을 마칠 수 있었습니다.

## 1 ~ 3차 개별자립생활기술훈련 - 핸드드립 배우기(이○○, 전○○)



▲ 이용자분들과 함께 마실 커피를 내리는 모습



▲ 이용자분들에게 커피 나누기!

7월 24일(금) / 8월 6일(목) / 8월 28일(금)에 이○○씨, 전○○씨의 1 ~ 3차 개별ILP ‘핸드드립 배우기’를 진행하였습니다.

이○○씨와 전○○씨는 거주시설에서 지내고 계시며 현재 코로나19로 인해 외부활동이 어려운 상황입니다. 따라서 두 분의 욕구 중 시설 내부에서 할 수 있는 프로그램을 찾아 보니 평소에 관심이 높게 나타난 핸드드립을 배우기로 하였습니다.

참여자 분들을 직접 만나서 같이 체험을 진행할 수는 없었지만 프로그램 진행에 필요한 물품을 지원하여 시설 담당 선생님과 전문 바리스타님께 좀 더 전문적인 핸드드립을 배울 수 있는 시간이 되었습니다.

7월 24일(금)과 8월 6일(목)에는 바리스타 선생님께 핸드드립을 배우고 개별 연습시간을 가졌으며 8월 28일(금)에는 연습한 것을 토대로 거주시설 이용자분들을 초대하여 커피를 어떻게 내리는지 시연하고 직접 내린 커피를 대접하는 시간을 가졌습니다. 이용자분들은 두 분이 커피를 내리는 모습을 신기하게 쳐다보고 간간이 질문하는 모습도 보였고, 참여자 두 분은 커피를 내리는 데 열중한 모습을 보여주었습니다.



▲ 이용자분들과 다함께 사진 찰칵!

원래 목표는 거주시설 이용자와 시설 선생님 백분 정도를 초대하여 커피를 대접하는 예정이었지만 사회적 거리두기가 2.5단계로 격상함에 따라 한 공간에 대인원을 수용할 수 없어 일부 이용자만 초대하고 나머지 이용자들에게는 커피를 배달하여 전달했습니다. 진행하다 보니 목표 인원보다 더 많은 사람들에게 커피를 대접하게 되었는데 끝까지 집중력을 잃지 않고 커피를 대접한 이○○씨와 전○○씨가 정말 대단하다고 생각합니다.

거주시설 담당 선생님께서는 핸드드립을 배우는 과정이 쉽지는 않지만 두 분 다 열심히 배우고 연습하여 끝내 스스로 커피를 내리는 모습을 보니 신기했고 느리지만 천천히 발전하는 모습을 보여주어 대견하다는 소감을 남겨주셨습니다.

핸드드립을 배우는 과정이 쉽지 않았을 텐데 짧은 시간동안 열심히 배우고 지인들을 초대하여 직접 내린 커피를 대접한 이○○씨와 전○○씨에게 수고했다는 칭찬의 박수를 보내고 싶습니다. 프로그램 진행 과정을 지켜보지 못해서 아쉽지만 코로나19가 하루빨리 소강되어 두 분과 함께 프로그램을 진행하는 그날이 오길 기다리겠습니다!^^ 그때까지 다들 파이팅~!

## 발달장애인 자조모임 6차 '어울림' - 프로필 촬영



## 발달장애인 자조모임 6차 ‘어울림’ - 프로필 촬영

8월 5일(수) 발달장애인 자조모임 ‘어울림’은 5 ~ 6차 사전회의를 강북센터 교육실(1707호)에서 참여자들과 2회 진행 체험 활동과 점심을 고민하는 시간을 가졌습니다.

6차 발달장애인 자조모임은 프로필 촬영으로 참여자들은 꾸며 입고 올 생각에 들떠있는 모습이 보였으며 점심은 시원한 냉면과 비빔냉면으로 결정하였습니다.

9월 22일(화) 발달장애인 자조모임 ‘어울림’ 6차 진행을 위해 참여자들은 수유역 7번 출구에서 만난 담당자와 반가운 인사를 나누며 코로나19 예방을 위해 마스크 착용과 체온 측정을 하였고 발열과 기침이 발생하며 담당자나 보호자에게 알려 조치를 취하기로 하였습니다.

프로그램 진행 전 점심은 사전회의에서 결정된 점심 메뉴를 스스로 결정하는 시간을 가졌으며 맛있게 먹는 모습을 보니 담당자는 너무 기분이 좋았습니다.

프로필 촬영 스튜디오로 이동하면서 어떤 자세와 표정으로 찍고 싶은지 친구들과 이야기하면서 재미있게 걸어갔습니다.

본격적인 촬영이 시작되면서 사진작가분의 친절한 태도에 참여자는 긴장감이 풀어지면서 즐거운 촬영을 하였습니다~

촬영 하는 동안 심심한 참여자들은 다른 스튜디오장소에서 담당자의 카메라로 찍어주고 사진을 보여주며 이야기하는 시간을 가졌으며 액자에 담길 자신의 행복한 모습을 상상하며 귀가하였습니다.



## 3차 집단자립생활기술훈련 - 요리교실(추석맞이 요리대잔치)



▲ 요리교실 진행 전 의생용품 착용하는 모습



▲ 재료를 손질하시는 참여자

9월 25일(목) 강북센터 교육실에서 3차 집단자립생활기술훈련 요리교실 - 추석맞이 요리대잔치가 진행되었습니다.

이번 3차 집단ILP 요리교실은 다가오는 추석을 맞이하여 참여자분들과 함께 만두를 빚어보고 산적꼬치를 만들며 추석의 의미를 되새겨 보는 취지로 진행되었습니다. 코로나19로 인해 가족들과의 만남도 조심해야하는 시기이기 때문에 멀리 가지 않고 강북센터에서 진행하는 요리교실을 통해 추석 분위기도 내보고 직접 만든 음식을 가족과 함께 나누어 드시며 조금이나마 즐겁게 추석을 보낼 수 있도록 준비해보았습니다.

코로나19로 인해 외부활동의 기회도 많이 없고 문화체험에도 제약이 따르다 보니 이번 요리교실에는 신규 참여자분들이 많이 신청을 해주셨습니다. 또한 재료를 준비하는 것이 복잡하고 평소에 쉽게 접할 수 있는 메뉴가 아니다 보니 만두와 산적꼬치를 만든다는 것이 참여자분들의 흥미를 끌지 않았나 싶습니다. 본격적인 요리를 시작하기 전 참여자분들에게 레시피를 설명 드리고 만두를 빚어본 적 있으신지 여쭙어봤는데 대부분의 참여자분들께서 만두를 빚어 본 경험이 없어 잘 만들 수 있을지 걱정된다는 말씀을 하셨습니다.

### 3차 집단자립생활기술훈련 - 요리교실(추석맞이 요리대잔치)



▲ 속재료를 만들며 브이!



▲ 맛있는 만두를 빚는 모습

하지만 걱정과는 달리 다들 너무 예쁜 모양의 만두를 빚어서 스태프들의 감탄을 자아냈습니다. 만두를 완성한 후 산적꼬치를 만들었는데 재료의 크기를 잘 맞추어 자르고 재료의 색을 잘 배합하여 꽃아 알록달록하고 맛있는 산적꼬치를 완성하였습니다.

열심히 만든 만두와 산적꼬치를 다 같이 맛보면 더욱 좋았겠지만 코로나19로 인해 좁은 공간에서 음식을 섭취하는 것은 매우 위험하여 완성한 음식을 포장하여 귀가하였습니다. 직접 만든 음식을 양손 가득 들고 웃음꽃을 피운 채로 귀가하는 참여자들의 모습을 보니 담당자인 저 또한 매우 즐거웠습니다. 직접 빚은 통통한 만두처럼, 알록달록 오색 빛을 담고 있는 산적처럼 모든 분들이 풍성한 한가위 보내기를 바라며 글을 마칩니다.^.^

## 가형 장애인자립생활주택 ‘정○○ 생일파티’



▲ 생일케이크 촛불을 불고 있는 정○○님!



▲ 다함께 생일축하 노래를 불러주는 모습

가형 주택 입주자 정○○씨의 생일파티가 9월 7일(월) 가형 주택에서 진행 되었습니다.

코로나19의 거리두기로 인해 외부 진행이 어려워 주택에서 소소한 파티를 진행하게 되었습니다.

입주자가 원하는 메뉴를 선정하여 맛있는 식사 후 다 같이 노래를 부르며 입주자의 생일을 축하하는 시간을 가지었습니다.^^

생일파티를 오랜 시간 기다린 만큼 밝게 웃으며 즐거워 해주시는 모습에 모두가 즐거운 시간이 되었습니다. :)

## 가형 장애인자립생활주택 소방안전교육



▲ 출입명부 작성법 연습하기!



▲ 소화기 사용법 되짚어 보기!

가형 장애인자립생활주택 소방안전교육은 9월 21일(월)에 진행 되었습니다.

코로나 예방 교육을 통해 코로나 안전수칙을 다시 한 번 되짚어 보는 시간을 가지고, 출입명부 작성 및 QR코드 사용법 등에 대해 새롭게 아는 시간도 가지었습니다.

입주자 신○○씨의 경우 출입명부 작성에 조금 어려워 하는 듯한 모습을 보였으나, 꾸준한 반복 끝에 스스로 완성 하는 모습 또한 볼 수 있어 뿌듯한 시간이었습니다.

입주자분들 모두 무엇을 조심해야 하는지 비상상황 시 어떻게 대처해야 하는지 잘 알고 계셨고, 다음 소방 교육에는 무엇을 진행 하면 좋을지 의견을 나누며 마무리 되었습니다^^

## 다형 장애인자립생활주택 입주자 생일파티 · 소방안전교육



▲ 생일파티 사진 한 컷 찰칵!



▲ 올바른 마스크 사용법 익히기

9월 01일(화) 다형 장애인자립생활센터 입주자 엄○씨 생일파티 프로그램이 있었습니다.

매년 많은 손님들을 초대하여 생일파티를 진행했지만, 최근 코로나 확산으로 인하여 최소한의 인원으로 소소한 생일파티를 열었습니다.

평소 축구를 하는 것을 좋아하는 엄○○씨를 위하여 강북센터에서 축구공 선물을 준비하였습니다.

생일파티에 참석한 인원은 적었지만, 엄○○씨는 어느 때 보다 밝은 미소를 지어 보이시며 행복한 시간을 보냈습니다.^^

9월 18일(금) 다형 장애인자립생활센터 소방안전교육이 있었습니다.

이전 소방안전교육 시간에는 화재관련 예방교육 및 모의훈련이 진행되었지만, 이번 안전교육시간에는 코로나 예방에 관련한 교육도 함께 진행하였습니다.

평소 입주자의 마스크가 제대로 착용되지 않는 것을 몇 차례 관찰 되어 마스크 쓰는 방법에 대하여 자세한 교육을 진행하였습니다.

마스크 겹면을 만지면 안 땀과 코 부분에 있는 철을 꼭 누르고, 코와 턱 사이에 틈을 메워야 함을 강조하였습니다.

마지막으로 올바른 손소독과 손 씻기 실습을 통하여 위생관리의 중요성에 대하여 알리며 교육을 마무리 하였습니다.

10월 다형 장애인자립생활주택에서는 여가문화체험 프로그램이 있을 예정입니다.

## 이달의 정보

서울시, 추석연휴 ‘문 여는 병원·약국’ 운영

### 응급의료정보제공앱, 120, 119 통해 병원·약국 확인

서울시가 추석 명절 연휴 기간(9.30.~10.4.)에 시민이 아프면 가까운 병원, 의원, 약국을 원활하게 이용할 수 있도록 ‘문 여는 병·의원’ 과 ‘문 여는 약국’ 을 지정, 운영한다고 28일 밝혔다.

서울시 내 응급의료기관과 종합병원 응급실 64개소는 평소와 같이 24시간 운영하며 문 여는 병·의원은 운영시간을 확인하고 이용해야 한다.

응급의료기관은 ▲서울대학교병원 등 권역, 지역응급의료센터 30개소 ▲서울시 동부병원 등 지역응급의료기관 17개소 ▲국립중앙의료원 등 응급실 운영병원 17개소 등 총 64개소가 문을 연다.

문 여는 병·의원은 연휴 기간 중 응급의료기관 외 병·의원 1,369개소가 환자의 1차 진료 서비스를 제공하며 문 여는 약국은 시민 편의를 위해 문 여는 병·의원 인근 약국을 지정해 3,960개소를 운영할 예정이다.

연휴 기간 우리 동네에서 문 여는 병·의원, 약국은 인터넷, 스마트폰 앱, 전화를 통해 쉽게 확인할 수 있다. 119구급상황관리센터, 서울시, 25개 자치구, 중앙응급의료센터 각 홈페이지에서 볼 수 있으며 국번없이 120(다산콜센터)나 119(구급상황관리센터)로 전화해 안내받거나 스마트폰 앱 ‘응급의료정보제공(e-gen)’을 통해서도 알 수 있다.

기사출처 : <https://www.ablenews.co.kr/News/NewsContent.aspx?CategoryCode=0022&NewsCode=002220200928113744303778#z>

## 이달의 정보

### 한국장애인재단, 장학사업 '봄꿈' 장학생 모집

한국장애인재단(이사장 이성규)은 방송인 안선영과 함께 오는 10월 7일까지 장애 청소년 장학사업 '봄꿈' 장학생을 모집한다.

한국장애인재단에 따르면 '봄꿈'은 문화, 예술 분야에 재능과 꿈을 갖고있는 장애 청소년이 전문 예술인으로 성장하고 자리매김할 수 있도록 체계적인 지원을 제공한다.

한국장애인재단 관계자는 "안선영 씨는 2014년 한국장애인재단 홍보대사로 위촉된 이후로 장애 청소년 장학기금 마련을 위한 바자회 '러브바자'를 매년 개최하고 수익금을 기부해 신수성(발달장애, 화가), 박진현(발달장애, 색소포니스트), 이소정(시각장애, 보컬) 등을 지원해왔다" 고 전했다.



봄꿈 장학상 신청은 문화, 예술 분야에 뛰어난 재능을 가진 장애 청소년(중, 고등학생)이면 누구나 지원 가능하며 장학생으로 선정되면 2021년 한 해 동안 맞춤 교육과 멘토링 등이 지원된다.

지원방법은 한국장애인재단 홈페이지([www.herbnum.org](http://www.herbnum.org))에서 제출서류(지원서, 추천서)를 내려받아 작성한 후 재능을 보여줄 수 있는 사진, 영상 파일과 함께 이메일([bom@herbnum.org](mailto:bom@herbnum.org))로 제출하면 된다.

자세한 내용은 재단 홈페이지를 참조하거나 모금홍보팀(02-6399-6237)으로 전화해 문의하면 된다.

기사출처 : <https://www.ablnews.co.kr/News/NewsContent.aspx?CategoryCode=0034&NewsCode=003420200923105444590148#z>

## 2020년 09월 회비납부 명단

김석현 김숙이 김은순 김재환 민한나 박동열 박민숙 박지훈  
배소영 손연숙 안해영 오재준 윤동현 윤두선 이동현 이영훈  
장민정 장현수 정종남 정주영 정진경 주영경 최미경 최옥희  
최윤숙 최전균

회비 납부에 감사 드립니다

### 후원안내


후원계좌	국민은행 822401-04-025866
예금주	강북장애인자립생활센터
문의	02-908-7776

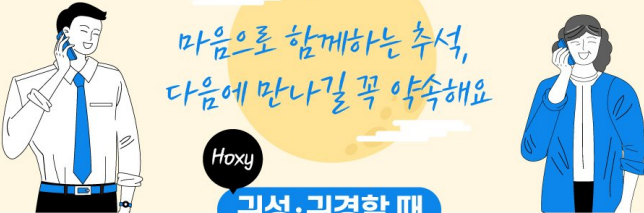
CMS 신청하실 분은 전화주세요~

※ 후원금은 소득공제를 받을 수 있습니다.



# 강북센터에서 알려드립니다!!

2020.9.25. 



마음으로 함께하는 추석,  
다음에 만나길 꼭 약속해요

**Hoxy**

**귀성·귀경할 때**

**이것만은 꼭 지켜주세요!**

**이동할 때**

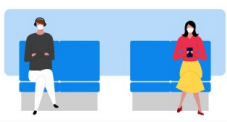
- ✓ 몸이 아프면 고향·친지 방문하지 않기
  - 증상 지속 또는 악화 시 콜센터(1339, 지역번호+120)나 보건소 문의하기
- ✓ 이동 시에는 가급적 개인차량 이용하기
- ✓ 휴게소에서 다른 사람과 2m 이상 거리 두기  
어려운 경우 마스크 상시 착용하기
- ✓ 필요한 간식·물 등은 미리 준비하여  
가급적 휴게소 들리지 않기
  - 휴게소에 들리는 경우 가급적 짧은 시간 이용하기

**기차, 버스 안에서**

- ✓ 좌석은 사전 온라인 예약,  
비대면 서비스( 모바일 체크인 등) 우선 이용하기
  - 좌석 예약 시 인 좌석 띄워 예약하기
- ✓ 실내에서는 항상 마스크 착용하기
- ✓ 음식은 지정된 장소에서만 먹기
- ✓ 흡연실, 화장실 출입 시 등  
사람 간 2m(최소 1m) 간격 두기

**기차, 버스 안에서**

- ✓ 마스크 상시 착용하기
- ✓ 음식 섭취하지 않기
- ✓ 대화 및 전화 통화 자제하기
  - 꼭 필요한 경우 마스크 착용하고 적은 목소리로 짧게 하기



**귀성·귀가 후에는 집에 머무르며 발열·호흡기 증상 등을 관찰해주세요!**

✓ 연휴기간 중 운영하는 선별치료소는 **응급의료 정보제공 앱(APP)**으로 확인하세요

2020.9.25. 



마음으로 함께하는 추석,  
다음에 만나길 꼭 약속해요

**Hoxy**

**고향집 방문할 때**

**이것만은 꼭 지켜주세요!**

**실천사항**

- ✓ 고향·친지 집 방문 시, 머무르는 시간(기차)은 짧게 하기
- ✓ 어르신 등 고위험군을 만나는 경우 반드시 마스크 착용, 손씻기 등 개인방역 철저히 하기
- ✓ 반가움은 악수·포옹보다는 목례로 표현하기
- ✓ 하루에 2번 이상 자주 환기하기
- ✓ 손이 많이 닿는 곳(리모컨, 방문 손잡이, 욕실 등)은 하루에 1번 이상 소독하기

**주의사항**

- ✓ 몸이 아프면, 고향·친지 방문하지 않기
- ✓ 가족·친지 간 밀폐·밀집·밀접 장소는 가지 않기
- ✓ 직계가족 외의 방문은 자제하기
  - 특히 어르신 등 고위험군이 계신 가정은 모임인원을 최소화하기
- ✓ 소리 지르기, 노래 부르기 등 침방울이 튀 수 있는 행동하지 않기



**귀경·귀가 후에는 집에 머무르며 발열·호흡기 증상 등을 관찰해주세요!**

✓ 연휴기간 중 운영하는 선별치료소는 **응급의료 정보제공 앱(APP)**으로 확인하세요