강북장애인자립생활센터

2024년 「버럭」

3분기 호

발행처 : 강북장애인자립생활센터 발행인 : 정종남 편집 : 박지훈 발행일 : 2024년 07월 31일
홈페이지 : http://www.kbcil.or.kr 전화 : 908-7776 팩스 : 0303-0799-1758
주소 : 서울특별시 강북구 도봉로 328 가든타워 1707호

거주시설 장애인 지역사회 개별ILP '김○호'

▲ 돼지고기 김치찌개 재료를 손질하는 김○호님

▲ 이번에는 제가 직접 만듭니다.

개별ILP 활동을 통해 요리 체험을 진행하셨습니다. 돼지고기 김치찌개는 한국의 대표적인 요리 중 하나로, 집에서 쉽게 만들 수 있어 인터넷 자료를 통해 기본적인 요리법을 배우신 경험이 있었습니다. 그래서 전문 강사님과의 실습으로 요리 실력을 한층 더 향상하는 시간을 가졌습니다. 이후 개별적으로 거주지 인근 시장 방문하여 직접 재료를 고르고 요리를 완성하는 과정을 통해 요리에 대한 이해를 더욱 깊게 할 수 있는 좋은 기회가 되었습니다.

김○호 : 평소 요리 연습한 것도 있고! 선생님께 배운 칼질도 해봤어!’‘요리? 돼지고기 김치찌개? 재미있었어! 간장도 넣고 고춧가루도 넣고, 고기도 넣고!

거주시설 장애인 지역사회 개별ILP '오◯천'

▲ 연극 관람 즐거워 하시는 오◯천님

▲ 김밥 속재료 부터 직접 손질 합니다.

연극 관람을 통해 문화적 이해를 넓히고, 대중교통 계획과 지역 사회에 대한 지식을 향상하는 데 도움이 되었으며, 저염식 김밥 요리 체험을 통해 건강한 생활 방식을 촉진하고, 요리 기술을 향상하며, 새로운 취미를 탐색할 기회를 제공하였습니다. 이러한 활동들은 개인의 삶의 질을 향상하고, 지역사회의 문화적 다양성과 창의성을 강화하는 데 기여하였습니다.

오◯천 : 평소에 사 먹는 김밥은 김치김밥이라 달고 좀 짜고 해서 맛있는데. 여기서 먹어보니깐 확실히 건강한 맛이네요.

거주시설 장애인 지역사회 개별ILP '송○기'

▲ 클라이밍 체험을 진행하는 송○기님

▲ 클라이밍 체험 전 안전수칙에 대해 설명을 듣는 모습

여가 활동과 연계하여 사회적 접촉의 기회를 제공함으로써 다양한 지역사회 활용도 및 참여도를 높이고자 클라이밍을 진행하였습니다. 젊은 시절 암벽 등반, 클라이밍 등 다양한 산과 관련된 다양한 경험이 있어 이번 기회에 다시 도전해 보는 시간을 가졌습니다. 강사님의 도움을 받아 한 칸 한 칸 조심조심 포기하지 않으시고 끝까지 하시는 열정 가득한 모습을 보여주셨습니다.

송○기 : 암벽 등반 때 장비를 사용해서 올랐던 기억이 새록새록 나서 높이 올라가고 싶은 마음은 굴뚝 같지만 그래도 안전하게 체험해야죠. 하하.

권익옹호 3차 장애인식개선캠페인
'ON & OFF'

▲ 3차 장애인식개선캠페인 사전회의 진행 모습

▲ 3차 장애인식개선캠페인 진행 모습

06.27.(목) 14:30~17:30 우이천 일대에서 3차 장애인식개선 캠페인 ‘ON&OFF’를 진행했습니다.

비가 오는 장마철 시기이다 보니, 사전회의에서도 날씨 때문에 변동사항이 있을 수 있어 걱정된다는 대화가 많이 오갔지만

다행히 당일에는 날씨가 너무 좋아 지역 주민을 대상으로 발달장애인의 참정권 향상을 위한 캠페인을 차질없이 진행할 수 있었습니다.

권익옹호 3차 장애인식개선캠페인
'ON & OFF'

▲ 3차 장애인식개선캠페인 단체 사진

▲ 3차 장애인식개선캠페인에 참여하는 지역주민

금번 캠페인 활동은 지난 1차 캠페인 시 진행되었던 장애인 참정권에 이은 주제로, 발달장애인의 참정권에 대한 캠페인을 진행하게 되었습니다.

앞서 지난 4월 강북센터에서는 투표 시기에 맞춰 발달장애인을 대상으로 모의투표훈련을 진행했었는데요, 당시 나왔던 다양한 문제점과 개선해야 할 것들을 취합하였고 발달장애인과 함께 투표한 현장 경험을 바탕으로 선거관리위원회(이하 선관위)에 민원을 넣었습니다.

권익옹호 3차 장애인식개선캠페인 'ON & OFF'

이후 선관위 측에서 답변한 내용을 금번 캠페인 시 활동가 및 지역 주민분들과 공유하며 의견을 나누었습니다.

이에“도와주는 사람 당연히 있어야지.“ ”대리 투표의 위험성은 존재 하나, 옆에서 도와주는 사람이 필요해 보인다.” “발전과 개선과 지지가 필요한 시대”라면서 발달장애인의 참정권 향상을 위한 긍정적인 얘기들을 들을 수 있었습니다.

활동가분들 또한 주민분들의 의견에 동의한 바, 정말 많은 사람들이 긍정적으로 생각해 주신다는 것을 알 수가 있었습니다. 적극적으로 캠페인에 임해주시고 자기 일처럼 생각해 주셔서 감사드립니다! 앞으로 남은 캠페인, 주민분들과 소통하며 발전하는 강북센터가 되겠습니다!~

▲ 행진을 진행하는 활동가 모습

1차 장애인 인권강좌 '다락(多樂)'

▲ 1차 장애인 인권강좌 '다락(多樂)' 진행 모습

▲ 1차 장애인 인권강좌 '다락(多樂)' 참여 모습

05.22.(수) 14:30~16:30 (2시간) 1차 장애인 인권강좌‘다락(多樂)’을 진행 했습니다

금번 인권 강좌는 장애인 비장애인, 모두의 인권 존중 및 향상을 위해 프로그램을 진행하게 되었습니다. 본격적으로 강의에 들어가기에 앞서 간단한 대화와, 여러 퀴즈를 통해서 분위기를 많이 풀어주셨고 그래서 더 집중이 잘되었던 강의였습니다.

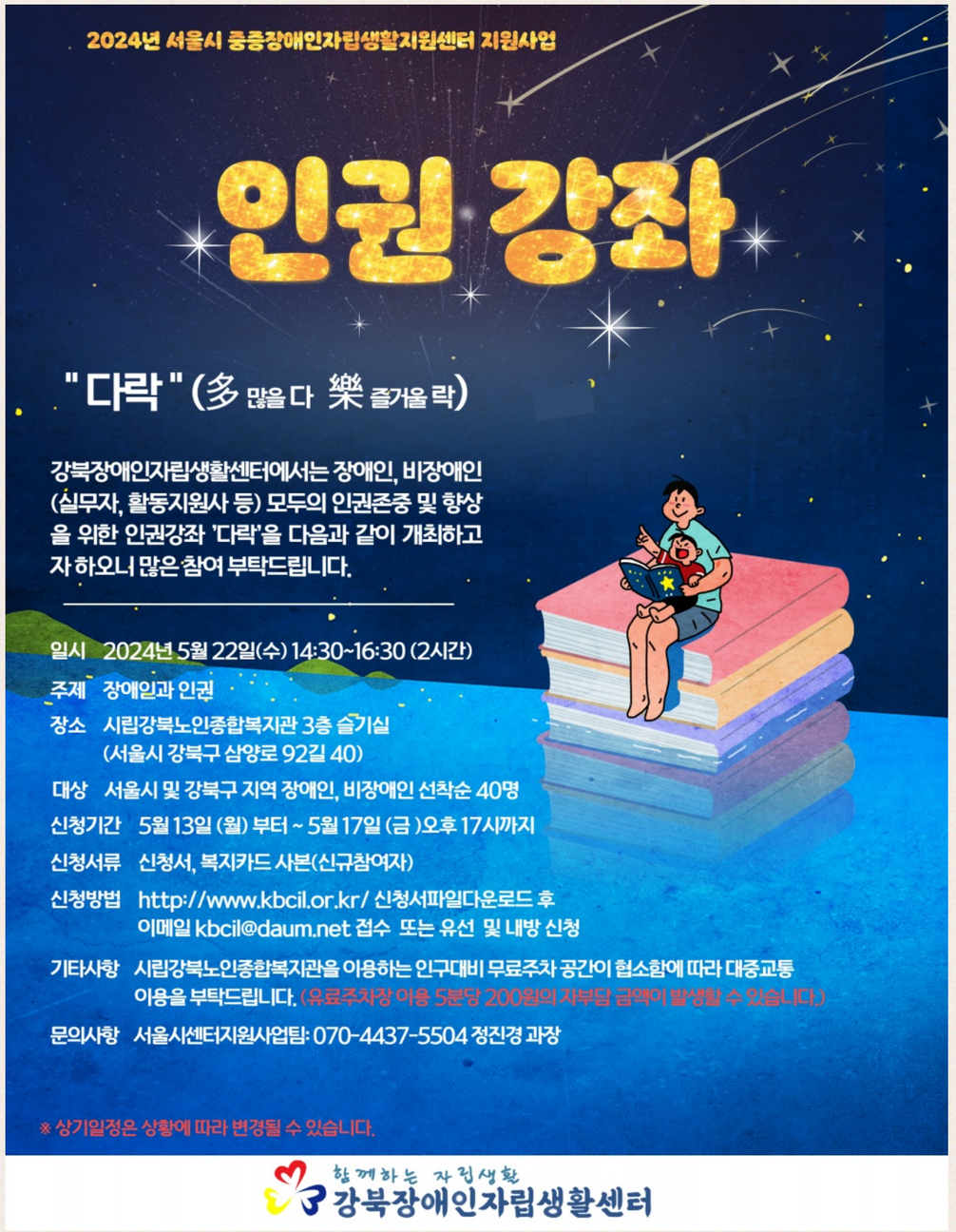
인간이 살아가면서 가장 중요하고 필요한 권리에 대해서, 인권이란 무엇이고 인간의 존엄성, 장애인 당사자주의 등 나에게 피해가 왔을 경우 말할 줄도 알아야 하고 나를 사랑할 줄도 알아야 한다는 말씀을 해주셨습니다.

1차 장애인 인권강좌 '다락(多樂)'

어떻게 보면 너무나 간단해 보이지만 바쁘게 살아가는 사회 속에서 ‘나’를 챙기기란 쉽지 않은 일입니다. 하지만 그렇기에 더더욱 챙기고 사랑하며 스스로를 아껴야 인권에 대해서 더 잘 볼 수 있지 않을까 생각해 봅니다.

이론 수업 중간에는 다양한 미니 프로그램을 진행했는데요. 서로 협력해야 할 수 있는 것들로 구성이 되어있었습니다. 서로 배우고 함께하는 과정에서 상대방과 나를 존중하고, 인권을 알아가는 뜻 깊은 시간이었습니다.

강의를 재밌게 풀어내기 위해 힘써주신 강사님께 감사의 말씀 드립니다. 아울러 뒤에서 수고해 주신 센터 직원분들도 감사드립니다!



▲ 1차 인권강좌 '다락(多樂)' 포스터

2차 장애인 인권강좌 '다락(多樂)'

▲ 2차 장애인 인권강좌 '다락(多樂)' 진행 모습

▲ 2차 장애인 인권강좌 '다락(多樂)' 집중하는 참여자들

07.20.(토) 15:00~17:00 (2시간)까지 강북문화예술회관 행복실에서 2차 장애인 인권강좌‘다락(多樂)’을 진행 했습니다

금번 인권 강좌는 1차 때와 마찬가지로 국민강사교육협회의 유연옥 인권강사님께서 ‘장애인과 인권’이라는 주제로 진행해 주셨습니다.

어쩌면 무겁고 어려울 수 있는 인권에 대해 이해하기 쉽고 재밌는 사례들로 설명해 주셔서 참여자분들께서도 높은 만족도와 호응을 보이셨습니다.

2차 장애인 인권강좌 '다락(多樂)'

▲ 우리 모두 촛불과 함께 합시다.

▲ 2차 장애인 인권강좌 '다락(多樂)' 참여 모습

또한 강의 중간 장애인과 비장애인이 함께 참여하여 인권이란 서로 존중하고 협력해야 하는 것임을 생각할 수 있는 프로그램 또한 구성하여 진행함에 따라 더욱 알찬 시간이 되었습니다.

더운 날씨와 주말임에도 불구하고 인권강좌를 진행하러 와주신 강사님과 귀한 시간을 내주신 참여자분들께 감사의 말씀 드리며 앞으로 더욱 유익하고 많은 분들께서 공감하실 수 있는 강좌로 다시 찾아뵙겠습니다.

지역사회연대 - 강북구지역사회보장협의체 6월 5차 정례회의

06.13.(목) 11:00~12:00 강북구지역사회보장협의체 장애인분과에서 진행한 5차 회의에 다녀왔습니다.
금번 회의에는 총 6곳의 기관이 함께했습니다.(강북장애인종합복지관, 강북구장애인가족지원센터, 강북구수유보건지소, 강북장애인자립생활센터, 강북구지역사회보장협의체, 한빛맹아원)

▲ 강북구지역사회보장협의체 5차 회의 사진

회의에 들어가기에 앞서, 강북구지역사회보장계획 2024년도 연차별 시행 계획 모니터링을 실시하였습니다. 장애인분과에서 시행되고 있는 장애인 돌봄과 발달장애인 평생교육센터 운영에 대해서 담당 주무관님과 함께 다양한 얘기가 오갔으며, 피드백이 잘 수용되어 내년도에는 발전된 사업을 기대해봅니다.

이어서 진행한 회의에서는 남은 하반기에 진행될 사업에 대해서 얘기를 나눴는데요. 위원분들의 역량강화, 공론장 등 지금보다 더, 지역주민들과 함께하기 위한, 위원분들과 강북장애인자립생활센터의 행보는 계속됩니다!! 지켜봐주세요 감사합니다~

지역사회연대 - 강북구지역사회보장협의체 7월 6차 정례회의

07.04.(목) 10:00~14:00 강북구지역사회보장협의체 장애인분과에서 진행한 역량강화 워크숍에 다녀왔습니다.

금번 워크숍에는 총 7곳의 기관과 함께했습니다. (강북장애인종합복지관, 강북구장애인가족지원센터, 강북장애인자립생활센터, 강북구지역사회보장협의체, 강북구청 어르신·장애인과 장애인복지팀 복지정책과희망복지팀, 강북장애인단체총연합회, 북서울종합사회복지관)

▲ 강북구지역사회보장협의체 6차 단체사진

금번 장애인분과 역량강화 워크숍은'강북구 장애인의 욕구와 삶에 대한 이해'를 주제로 지적, 지체, 시각 장애인 3분을 모시고 인터뷰하는 시간을 가졌습니다.

강북구 주민으로, 혹은 직장인으로서 지내왔던 오랜 경험을 바탕으로 강북구의 장점과 단점, 그리고 장애인의 삶은 어떠한가? 에 대한 질문으로 많은 얘기들이 오갔습니다.

지역사회연대 - 강북구지역사회보장협의체
7월 6차 정례회의

지체장애인 패널로는 강북장애인자립생활센터 정진경 과장님께서 함께해 주셨는데요,

6년간 강북구에 생업을 두고 일을 하고 있는 만큼의 오랜 경험과, 강북센터에서 하고 있는 사업을 바탕으로 강북구 편의시설의 현 주소와, 장애 인식과 편견, 장애인의 삶에 대해서 다양한 견해를 발표해주셨습니다.

▲ 강북구지역사회보장협의체 6차 회의 사진

답변해주신 것 중 장애인에게 도전이란 “일상”이라고 말씀해주신 것이 기억에 남습니다. 이를 통해 비장애인에게는 스쳐지나가는 것들이 장애인에게는 많은 힘이 필요한 일이라는 것을 알 수 있었습니다. 장애인과 비장애인의 격차는 좁힐 수 없다는 의견도 있었지만 그 격차를 좁히기 위해서 사회복지사가 있고, 기관이 있다고 생각합니다.

워크숍을 계기로 스스로를 되돌아보고 반성하는 시간을 가졌고, 우리가 편하기 위한 발전이 아닌, 무엇을 위해 발전해야하는지 그 목표를 다시금 생각할 수 있었습니다. 적극적으로 임해주신 3명의 패널분들에게 감사의 말씀을 드리며 도전이 아닌 편한 일상을 위해 노력하는 강북센터가 되겠습니다! 감사합니다^^

발달장애인 자조모임 ‘스스로’ 2분기 진행 보고

▲ 발달장애인 자조모임 4차 사전회의 진행 모습

▲ 아쿠아리움에서 동물을 관찰하는 모습

2024년 발달장애인 자조모임 ‘스스로’는 4차 05.22(수), 5차 06.19(수), 6차 07.17(수) 3회 진행되었습니다.

4차 프로그램으로는 아쿠아리움·전망대 관람으로 진행되었습니다.

이번 자조모임 프로그램은 전망대 관람, 아쿠아리움 관람 두가지 프로그램을 한번에 진행하였으며 참여자분들은 전망대에서 서울 전역을 관람하며 자신의 집이 어딘지 찾아보는 모습을 보여주었고 아쿠아리움에서는 평소에는 볼 수 없었던 물속에 사는 다양한 동물을 관찰하며 매우 즐거워하시며 프로그램을 종료하였습니다.

발달장애인 자조모임 ‘스스로’ 2분기 진행 보고

▲ 발달장애인 자조모임 4차 피자빵을 만드는 모습

▲ 스트라이크에 도전하는 이○나님

발달장애인 자조모임 5차 프로그램은 제과제빵 체험으로 진행하였으며 사전회의부터 자신이 만들고 싶은 빵에 대해서 열띤 토론을 진행하였고 열정적인 토론을 진행한 결과 가장 인기가 많았던 피자빵을 만들기로 결정하였습니다. 사전회의에서 결정된 피자빵은 생각 외로 발달장애인 참여자분들이 만들기에 큰 어려움이 없었고 참여자 모두가 즐길 수 있는 제과제빵 프로그램이 되었습니다.

발달장애인 자조모임 6차 프로그램은 볼링 체험으로 진행되었습니다. 무더위와 장마가 겹쳐 외부 활동이 점차 어려워지고 이에 따라 몸을 움직이는 프로그램하고 싶다는 의견이 다수 나타나 실내에서 안전하게 진행할 수 있는 스포츠인 볼링 체험으로 프로그램을 결정하였고 시원한 볼링장에 방문하여 볼링공을 굴리며 스트라이크를 치지 못해도 서로를 격려하며 모두가 행복할 수 있는 프로그램으로 진행하였습니다.

가형 장애인자립생활주택
개별자립지원 - 파스타 만들기

◯ 식재료 구매, 합리적인 가격 비교를 통한 올바른 소비습관 형성

◯ 반복적인 시도를 통한 요리실력과 자신감 향상

가형 장애인자립생활주택
개별자립지원 - 파스타 만들기

05.14(화) 가형 자립생활 주택에서 이O수 입주자
분과 함께 요리실습을 진행하였습니다.

재료를 구매하면서 본인이 원하는 재료를 분명하게 말씀 하시며 ‘이런 게 들어가야 맛있을 것 같아요’, ‘다 같이 먹을 수 있게 많이 사고 싶어요’ 등 자신이 원하는 것과 다른 사람을 생각하면서 함께 하는 시간의 두 가지 모두 만족스럽게 진행할 수 있도록 원하는 모습을 보여주셨습니다.

새로운 코디네이터 선생님과 처음 진행하는 것에도 불구하고 자신이 할 수 있는 것을 차근차근 하나씩 요리해나가는 열정적인 모습에 옆에서 지켜보면서도 멋진 의지를 느낄 수 있었습니다. 어떻게 해야 하는지 모르는 점이 있으면 물어보실 수도 있었지만 자신이 직접 만드는 것을 고수하며 ‘이만큼 넣으면 충분해요‘ 등 능숙하게 양을 조절하시고 자신이 맛있게 만들 수 있다는 자신감을 비추셨습니다.

▲ 새로운 코디네이터 선생님과 이○수님

가형 장애인자립생활주택
개별자립지원 - 파스타 만들기

▲ 마트에서 파스타 재료를 구매하는 이○수님

▲ 재료를 직접 손질하는 이○수님

‘선생님은 뭐 좋아하세요?’, ‘맛있게 만들어졌어요?’ 새로운 선생님에 대한 호기심과 자신이 만든 요리가 잘 만들어졌는지 확인받고 싶어 하셨습니다. '선생님이랑 먹는 거 부족하지 않게 샀는데 너무 많이 남아버렸네 하하' 재료가 많아서 난처하다는 말씀도 하셨지만

신선한 채소, 같이 장을 보러 나온 분들을 보고 구매하는 과정을 즐기면서 기대하는 모습이 이O수씨의 얼굴에서 새록새록 기억에 남습니다. 즐거운 시간을 상상하는 그 긍정적인 행복한 미소가 사람들이 자연스럽게 녹아드는 분위기를 느끼게 만드는 포근한 요리실습이었습니다.

장애인자립생활주택 개별자립지원
여가문화 - 우이동 캠핑장

◯ 문화 활동을 구가하며 문화 지식, 기술 체험으로 자기 개발적인 시간으로 성장

◯ 협력하는 캠핑 활동과 인간관계 연결 및 환경보호 의식 생성

장애인자립생활주택 개별자립지원
여가문화 - 우이동 캠핑장

06.19(수) 우이동 가족 캠핑장에서 이O수 입주자 분과 함께 여가문화 활동을 진행하였습니다.

재료를 확인하시며 다양한 활동을 진행할 것에 기대를 품은 모습을 보여주셨습니다. ‘저번처럼 구워보고 불도 피우고 싶어요.’, 등 과거 인상 깊었던 캠프 활동을 소중히 간직해 주시고 자신감을 드러내는 모습을 주셨습니다.

‘저번이랑 많이 달라요‘,’제가 다른 사람한테 나눠주고 올게요.‘ 지금 이 시간도 배려하는 습관으로 맛있는 음식을 모두에게 나눠주려 하셨습니다. 그러면서도 달라진 환경에 머뭇거리지만 한쪽을 담당하여 서로 돕는 모습을 이어나가는데 큰 역할을 해내어 주셨습니다.

▲ 바베큐 파티를 즐기는 입주자

장애인자립생활주택 개별자립지원
여가문화 - 우이동 캠핑장

▲ 바베큐 재료를 정리하는 이○수님

▲ 텐트를 직접 친 후 휴식을 취하는 다형 입주자

‘다 같이 얼굴 보니까 좋아요’ 각자 만나는 시간은 많지만 다 같이 어울리는 시간이 없어서 이번 기회에 모인 것이 만족스럽다는 말씀을 남겨 주셨습니다.

마시멜로를 따뜻하게 돌려서 구워 먹으며 이렇게 많이 캠핑을 준비해보고 요리하는 시간이 많아지기를 바란다는 말씀을 끝으로 정리하며 우이동 가족 캠핑장 활동을 마무리 하였습니다.

가형 장애인자립생활주택 - 개별자립지원
수유 락 클라이밍

입주자분의 의견을 반영하여 수유역 인근 수유 락 랜드 클라이밍 활동을 진행하였습니다.

어린 시절의 추억으로 익숙함을 느끼시며 먼저 안전 수칙을 확인하고 보조 장비를 갖춰 준비를 빠트리지 않도록 고심하셨습니다. 몇 차례의 조사로 클라이밍에 기대감을 가지고 계셨고 과거 대회에 참가하셨을 정도로 정정하신 실력을 뽐내며 점차 높은 단계로 높여나가셨습니다.

▲ 클라이밍 벽을 확인하는 이○수님

가형 장애인자립생활주택 - 개별자립지원

수유 락 클라이밍

▲ 클라이밍 체험 진행 모습

▲ 순서대로 진행해야 다치지 않습니다!

여러 번 등반을 하시며 힘이 드신지 휴식 시간을 길게 가져가는 모습을 보이셨습니다. ‘힘드시면 좀 더 천천히 해보시는 게 좋을 것 같아요 선생님’의 질문으로 입주자분이 무리가 가지 않게 여쭤보았지만 ‘힘들어도 괜찮아요. 많이 해봐야 빨리 늘어요.’라며 목표를 채우실 때까지 도전 정신을 가지고 집중해 임하셨습니다.

휴식 시간에도 다른 입주자 분이 합류 하시는 것을 골똘히 고민하시며 선호하는 활동이 비슷하기를 바라시고 같이 활동하는 시간이 서로에게 의미 있는 시간이 될 수 있기를 기대하고 계셨습니다. 세면실을 이용하여 더러워진 손, 발을 씻고 장비를 반납하는 것을 끝으로 클라이밍 활동을 종료하였습니다.

다형 장애인자립생활주택 - 개별자립지원

샌드위치 만들기

▲ 입주자분들이 직접 만든 샌드위치 맛있습니다.

▲ 준비된 빵에 잼을 바르는 엄○희님

05.30(목) 개별자립지원 프로그램으로 요리실습_샌드위치 만들기를 진행하였습니다.

5월 입주자회의에서 입주자 강○연님께서 햄버거에 대한 욕구를 말씀 주셨고, 입주자분들의 체중 증가를 고려하여, 햄버거 대신 야채 샌드위치로 다시 제안 드렸습니다. 입주자 두 분 모두 동의해주셔서, 샌드위치 만들기를 진행하게 되었습니다.

담당 코디네이터 변경 후 첫 프로그램이라 다소의 어색함을 예상하였으나, 다행히 입주자분들이 이번 샌드위치에 대한 만족감을 여러모로 표현해 주셨습니다.

다형 장애인자립생활주택 - 개별자립지원
샌드위치 만들기

▲ 식빵 위에 슬라이스 햄을 올리는 강○연님

▲ 토스트기를 사용하여 빵을 굽는 모습

그리고 생각하였던 것보다 입주자분들의 일상생활능력이 있음을 확인할 수 있어서, 추후 어떠한 자립지원 서비스가 필요할지를 가늠해 볼 수 있었던 시간 이였다 여기고 있습니다.

본인들이 원하던 재료로 맛있는 샌드위치를 먹을 수 있었다는 것만큼 오랜만에 많은 분들이 모여서 북적북적 하였던 시간에 오히려 더 큰 만족감과 행복감을 느꼈기에 입주자 엄○희님의 밝은 표정, 강○연님의 적극적인 모습을 확인할 수 있었다고 생각합니다. 다음 프로그램에 대한 질문에 “또 요리실습 하고 싶어요.”“고기 먹고 싶어요.”“재미있는데 가고 싶어요”등 다양한 의견이 나와서, 벌써 6월 프로그램에 대한 기대감이 입주자분들에게도 있음을 확인하였습니다.

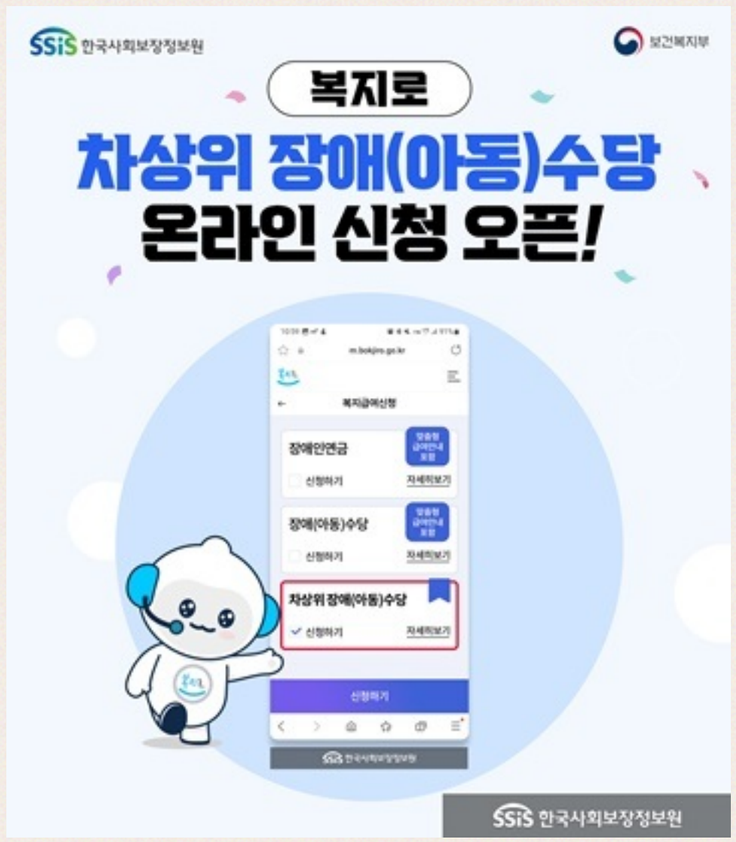
이달의 정보

차상위 장애수당·장애아동수당 온라인 신청, 8월 2일부터 가능

그동안 직접 방문해 서류로만 가능했던 장애수당·장애아동수당 신청 서비스가 오는 8월 2일부터 한국사회보장정보원(원장 김현준)이 운영하는 복지로(www.bokjiro.go.kr)에서 시간 제약 없이 온라인으로도 가능하다.

지금까지는 차상위 장애수당·장애아동수당 신청을 하기 위해 직접 읍면동 주민센터를 방문해야 하는 불편함이 있었다.

또한 신청인이 대상자가 아닌 경우라도 위임장을 첨부해 '대리신청'이 가능하다.



▲차상위 장애수당·장애아동수당 복지로 포스터.
©한국사회보장정보원

https://www.ablenews.co.kr/news/articleView.html?idxno=214098

2024년 05월 ~ 2024년 07월 회비 납부명단

김숙이 김재환 민한나 박동열 박민숙 박지훈 배소영 안해영
윤동현 이동현 이영석 이영훈 장민정 정종남 정주영 정진경
주영경 최옥희 최윤숙

회비 납부에 감사드립니다.

2024년 05월 ~ 2024년 07월 물품 후원명단

안용녀 박찬순 윤주숙 김태희 김경자
신명례 허영숙

물품 후원에 감사드립니다.

강북장애인자립생활센터 CMS안내

CMS 계좌안내	
CMS계좌	국민은행 694701-01-379943
예 금 주	강북장애인자립생활센터
문 의	02-908-7776