



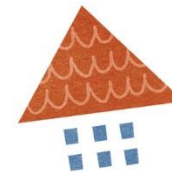
정신질환자의 자립을 위해  
새로운 길을 개척해 가는



# 돌봄 사랑채

## Contents

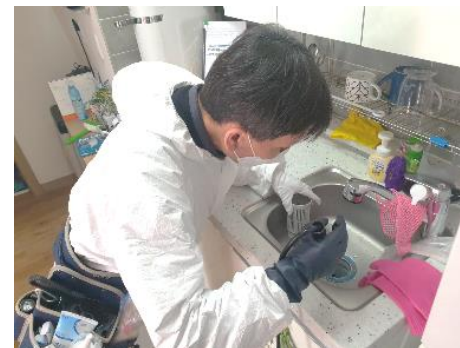
코로나19 예방 활동  
 새 소식  
 시설 관리  
 여가활동  
 성장 교육  
 식생활 훈련  
 자치활동  
 동아리 활동  
 후원의 손길



# 코로나19 예방 활동 (1)



● 전문소독업체  
주기적인 살균·소독



● 해충 방역

- 모든 프로그램과 활동 전 소독과 방역으로 감염 예방합니다.
- 하루 2회 이상 체온 측정 및 손 씻기, 프로그램 전·후 소독 시행합니다.
- 방역 단계에 따른 모임 인원을 준수합니다.

## 코로나19 예방 활동 (2)



- 매일 2회 이상 체온 측정 및 손 씻기
- 프로그램 참여 시 체온 측정 및 손 씻기



- 매주 또는 프로그램 전 소독
- 월 2회 살충 살균 실시



- 자치구 확진자 동선 파악
- 권고사항 및 지침 공람
- 주 1회 선제 검사 실시





# 새 소식

- 퇴소하신 분  
- 탁0윤

## 시설 관리



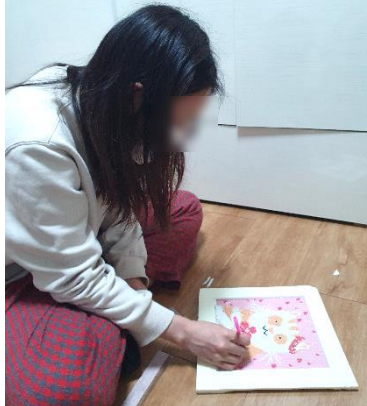
- 가스 누설 점검



- 전기 점검 (LED 교체)



# 여가활동 선택적 (보석 십자수, 뜨개질)



● 큐빅 하나하나 꼼꼼히 쓱쓱 ~

● 내가 만들어 더 빛나는  
보석 십자수 완성 ☺

● 한 땀 한 땀 직접 뜬  
나만의 목도리





# 돌봄 성장 교육 개별 역량강화교육



## ● 식생활 교육(1)

- 새로운 반찬 메뉴 검색 후 완성하며 성취감 향상

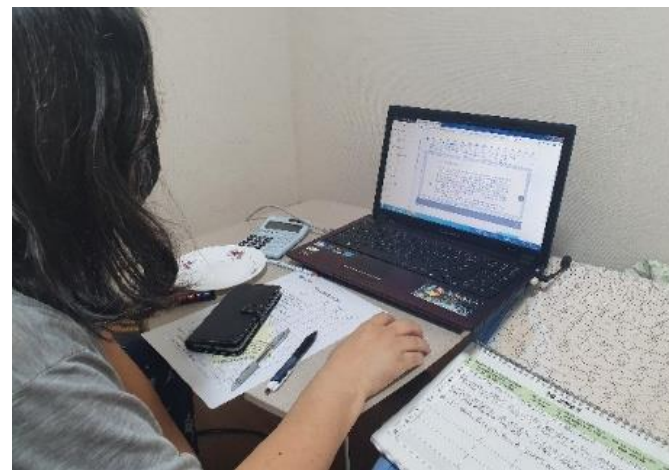


## ● 식생활 교육(2)

- 맛있는 레시피 그대로 요리하기



## ● 정리정돈을 통한 환경 개선



- 컴퓨터 검색 및 활용
- 자료 검색 방법 교육 및 정보 제공



# 식생활 훈련 : 우리끼리 반찬 나누기



- 같은 반찬도 각자의 레시피로 다양한 경험
- 반찬 검색 동기부여
- 상호작용 기회 제공



- 정월대보름 맞이  
- 5색 나물 & 부럼



- 메뉴와 레시피를 다양하게~! 도전~!!



- 한방 삼계탕 먹고 코로나 물리치자!!

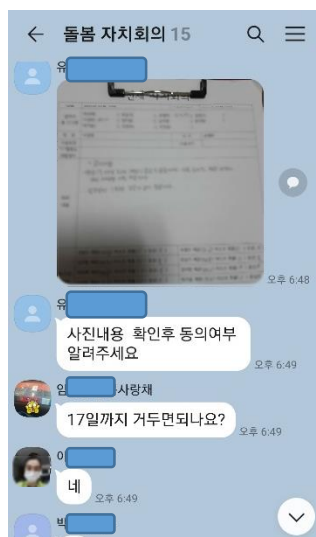
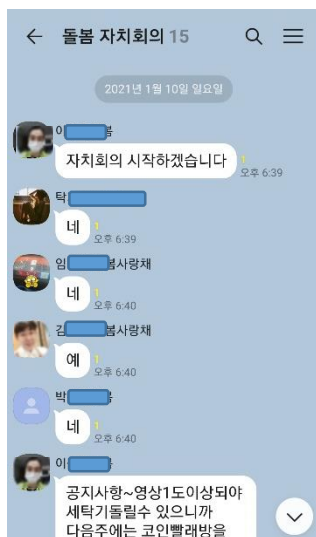




# 돌봄 자치활동 (생일파티, 자치회의, 데일리 웨어링)



- 생일파티
- 1월 : 임00, 최00
- 2월 : 조00



## ● 자치회의 (\*비대면)

- 월 2회 주택관리 및 공동체 생활 및 관리 소통



## ● 데일리 웨어링

- 매주 토요일 기분 일지와 근황 공유



# 동아리 활동 (운동, 뜨개질, 독서)



- [운동하리] 운동 동아리
  - 광진구 걷기 프로그램
  - [건강 마일리지 챌린지] 참여
  - 홀라우프

- 뜨개질 동아리
  - '수세미' 뜨개질

- [금빛노을] 독서 동아리
  - < 홍정욱 에세이50 >
  - < 윤동주 시집 >
  - < 작은 아씨들 >
  - < 질서 너머 >



# 후원의 손길

강0혜, 구0희, 권0훈, 권0희, 권0만, 권0훈, 김0영, 김0태, 김0라, 김0미, 김0아, 김0숙, 김0순, 김0지, 김0수, 김0미, 김0정, 김0자, 김0하, 김0순, 김0정, 김0영, 김0숙, 김0준, 김0정, 김0진, 김0정, 도0영, 류0은, 박0선, 박0숙, 박0자, 박0연, 박0미, 박0하, 박0남, 배0정, 백0화, 손0아, 손0숙, 송0영, 안0미, 연0라1, 연0라2, 오0선, 오0미, 우0재, 유0희, 유0영, 유0순, 이 0, 이0왜, 이0현, 이0숙, 이0순, 이0옥, 이0화, 이0정, 이0은, 이0준, 이0주, 이0혜, 이0원, 이0연, 이0주, 이0윤, 임0희, 임0영, 장0수, 정0수, 정0리, 정0경, 조0해, 조0선, 조0구, 지0주, 최0석, 최0정, 최0선, 최0애, 한0송, 허0, 허0민, 허0주, 현0희, 황0영

**2021년 1분기 후원금 총 2,795,000원(총 66명)**

돌봄사랑채를 후원해 주서 진심으로 감사 드립니다.

여러분들의 따뜻한 도움은 돌봄사랑채 시설 운영 및 회원 분들의 프로그램 활동비로 사용되고 있습니다.

| 번호  | 날 짜        | 후원금 지출 내역         | 금 액        | 비 고 |
|-----|------------|-------------------|------------|-----|
| 1   | 2021-01-07 | 12월 CMS 사용료 및 수수료 | 48,015원    |     |
| 2   | 2021-02-05 | 1월 CMS 사용료 및 수수료  | 46,420원    |     |
| 3   | 2021-02-24 | 임대료               | 1,370,000원 |     |
| 4   | 2021-03-05 | 2월 CMS 사용료 및 수수료  | 47,080원    |     |
| 총 계 |            |                   | 1,511,515원 |     |

- 후원계좌: 우리은행 1005-602-708110 (예금주: 돌봄사랑채1)
- 후원방법: CMS는 전화 또는 메일로 문의 부탁 드리며, 전액 기부금 공제 가능하도록 연말정산서류 보내드립니다.

