

정신질환자의 독립생활과 취업유지를  
지원하기 위하여 2014년 12월 서울시의  
지원으로 사단법인 사람사랑이 운영하는  
정신재활시설입니다.



정신질환자의 자립을 위해  
새로운 길을 개척해 가는



# 돌봄 사랑채

## Contents

돌봄사랑채 안내  
**코로나19** 예방 활동  
새 소식  
시설 관리  
돌봄 역량강화  
건강 관리  
위대한 밥상  
자치활동  
동아리 활동  
후원의 손길



# 돌봄사랑채 안내

## 미션

정신간호사와 함께 새로운 길을  
개척해나가는 삶

새길

## 비전



정신질환자의 독립적인 삶을 영위할 수 있는 권리 제공

체계적인 서비스 제공을 통한 자립지원

자립을 통한 삶의 질 향상

## 입주자 프로그램



독립생활

정신건강관리

여가활용

이미지 메이킹



취업유지관리

사업장 방문

스트레스 관리

재취업 관리



금전관리

예탁금 관리

자립계획 지원

주거 독립지원

# 코로나19 예방 활동



- 전문소독업체  
월 2회 살균·소독



- 자치구 확진자 동선 파악
- 권고사항 및 지침 공람
- 코로나19 4차 백신 접종 완료

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

# 새 소식

- 입소하신 새가족
  - 홍0례(2022. 3. 2)
- 독립 퇴소자 (자립생활주택)
  - 박0애(2022. 3. 28)
  - 최0지(2022. 3. 30)





# 시설 관리



● 호실 내 서랍 레일 교체



● 호실 내 LED 등 교체



● 호실 내 화장실 세면대 배관교체

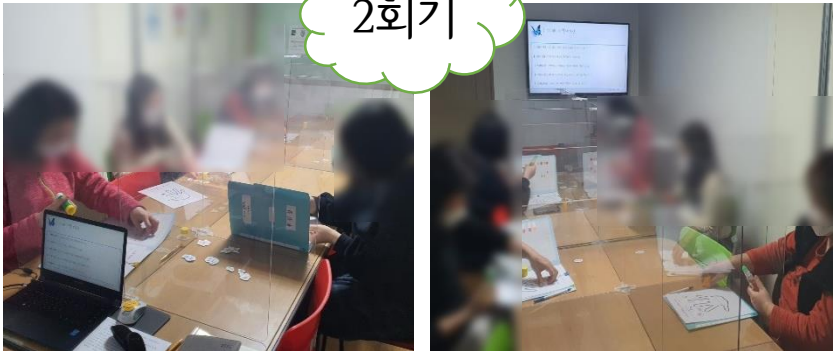


# 돌봄 역량강화 (스트레스관리 프로그램)

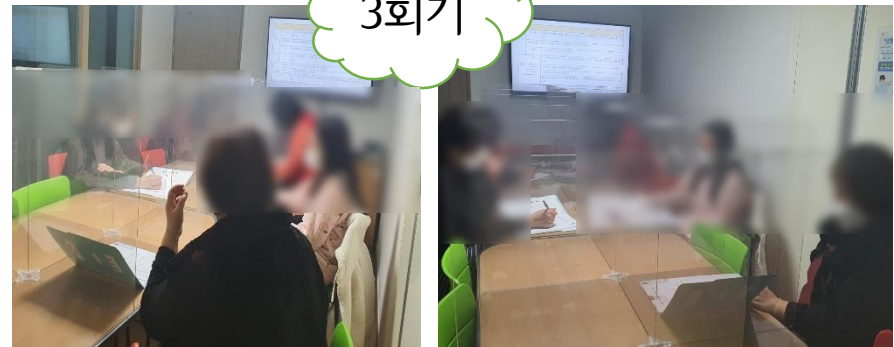
1회기



2회기



3회기

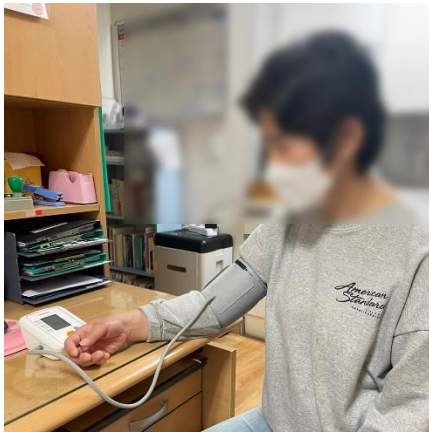


- 3월 초부터 4월 말까지 진행 예정
- 매주 1시간씩, 총 8회기
- 스트레스에 대한 파악 및 효율적 관리 방법 찾기





## 건강 관리(혈압,혈당)



- 월 1회 혈압 확인



- 월 1회 공복혈당, 식후 2시간 혈당 확인



# 위대한 밥상



● 열심히 만들어요~



● 모든 준비는 끝났어요~!



● 맛있게 먹어요~☺



완당면  
& 가지튀김

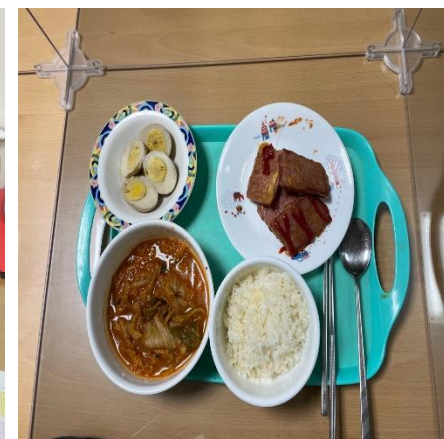


갈비탕

● 오늘은 외식~!



● 내가 만든 반찬을 짝공과 나누어 먹어요~



※모든 모임은 당시의 방역수칙 및 사적모임 인원을 준수하였으며,  
'체온측정', '한 칸씩 띄어앉기', '투명 칸막이 사용'하였습니다.



# 돌봄 자치활동 (생일파티, 자치회의, 데일리 쉐어링)



- 생일파티
  - 1월: 최\*지, 임\*영
  - 2월: 김\*선, 조\*주



- 자치회의
  - 월 2회 주택관리 및 공동체 생활 및 관리 소통
  - 코로나 거리두기 지침 완화(1월)로 대면 모임 진행

- 데일리 쉐어링
  - 매주 수요일과 토요일, 감정표현과 근황 공유
  - 거리두기 지침 완화(1월)로 대면 모임 진행

※오미크론 대응에 따른 정신건강증진시설의 방역강화 권고조치(건강관리과-3734(2022. 2. 17))에 따라 그 이후부터 진행된 모든 자치활동은 축소 및 비대면 진행되고 있습니다.

# 돌봄 자치활동 (설 맞이 여가활동 - 만두 만들기)



→ 역할분담하여 만두소 준비하기



→ 원하는 모양대로 만두 빚기

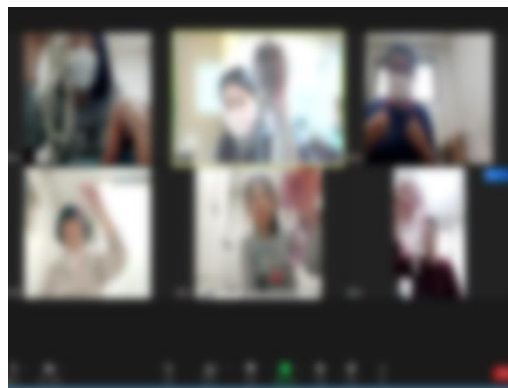


→ 다양한 요리로 활용하여 식사 ☺





# 동아리 활동 및 평가회 (운동, 뜨개질, 독서)



## ● [운동하리] 운동 동아리

- 훌라후프, 아령
- 홈트레이닝
- 일감호, 한강 걷기

## ● [핸드앤핸드] 뜨개질 동아리

- 마스크 스트랩 뜨개질

## ● [금빛노을] 독서 동아리

- < 사랑하라 한번도 상처받지 않은 것처럼 >
- < 정신병의 나라에서 왔습니다 >
- < 어린왕자 >





# 후원의 손길

구0희, 권0훈, 권0만, 권0훈, 김0태, 김0라, 김0아, 김0숙, 김0순, 김0수, 김0자, 김0하, 김0영, 김0준, 김0정, 김0진, 김0정, 노0민, 박0자, 박0연, 박0미, 박0하, 배0정, 손0아, 손0숙, 송0영, 안0미, 연0라, 오0선, 오0미, 유0영, 유0순, 이0현, 이0순, 이0옥, 이0준, 이0준, 이0주, 이0혜, 이0원, 이0주, 이0윤, 임0희, 임0영, 정0수, 정0경, 조0해, 조0구, 지0주, 최0석, 최0정, 최0선, 최0애, 허0, 허0주, 황0영

**2022년 1분기 후원금 총 2,590,000원(총 56명)**

돌봄사랑채를 후원해 주셔서 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	2022-01-05	12월 CMS 사용료 및 수수료	47,740원	
2	2022-01-07	레버클리프화일 외 5종	81,800원	
3	2022-02-07	1월 CMS 사용료 및 수수료	46,255원	
4	2022-02-23	임대료	1,370,000원	
5	2022-03-07	2월 CMS 사용료 및 수수료	49,060원	
6	2022-03-31	시설장비유지비	53,400원	손잡이 3개
총 계			1,648,255원	

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

