



정신질환자의 자립을 위해
새로운 길을 개척해 가는



돌봄 사랑채

Contents

- 돌봄사랑채 안내
- 코로나19 예방 활동
- 새 소식
- 시설 관리
- 돌봄 역량강화
- 여름철 안전교육
- 상반기 소방교육
- 건강 관리
- 위대한 밥상
- 자치활동
- 돌봄 힐링여행
- 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



● 전문소독업체
분기별 살충소독

- 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
- 김0영(2022. 6. 23)



시설 관리



● 전 호실 전기점검

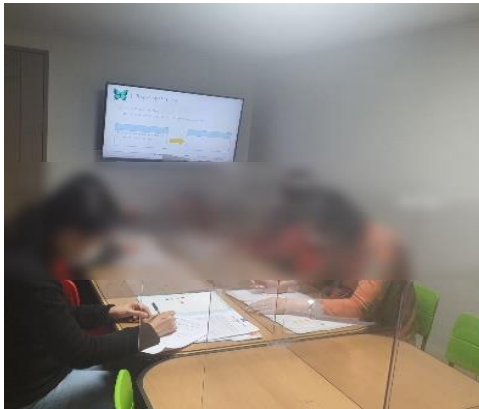
● 전 호실 누전차단기 교체



● 건물 배수관 고압세척



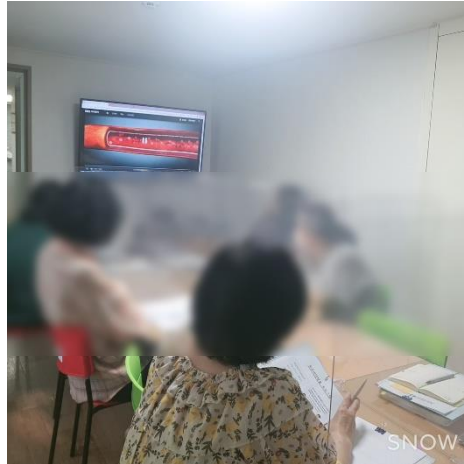
돌봄 역량강화 (스트레스관리 프로그램)



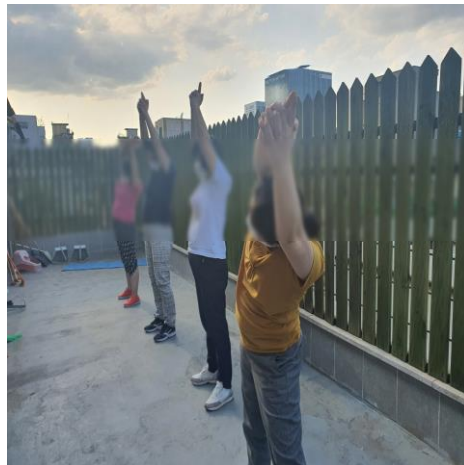
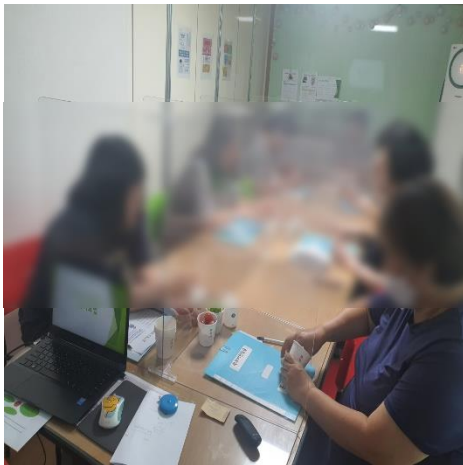
- 3월 초부터 5월 초까지 진행
- 매주 1시간씩, 총 8회기
- 스트레스에 대한 파악 및 효율적 관리 방법 찾기



돌봄 역량강화 (복부비만관리 프로그램)



- 5월 중순부터 6월 말까지 진행
- 매주 1시간씩, 총 5회기
- 복부둘레 감소 및 정상체중 유지 위한 교육 및 실천



여름철 안전교육 ->에어컨 필터청소



① 에어컨 필터 분리 먼저~!



② 칫솔 혹은 청소솔로 흐르는 물과 함께 문질러요~



③ 자연 건조 시켜요~



상반기 소방교육



● 이론수업



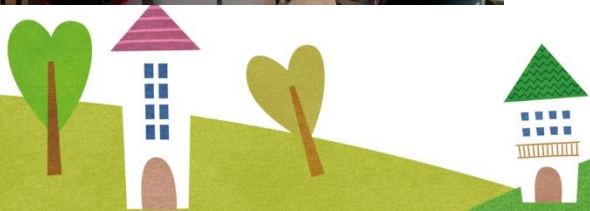
● 교육용 소화기로
직접 분사해보아요



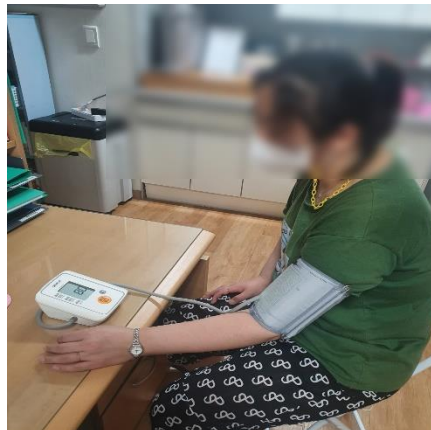
불이야!!



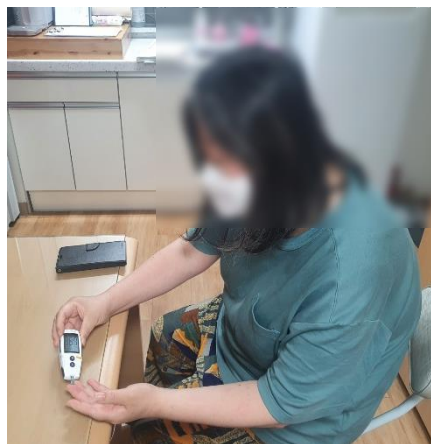
● 한 사람씩 천천히
계단을 이용하여 대피



건강 관리(혈압,혈당)



- 월 1회 혈압 확인



- 월 1회 공복혈당, 식후 2시간 혈당 확인



위대한 밥상



● 열심히 만드어요~



● 모든 준비는 끝났어요~!



● 맛있게 먹어요~😊



추어탕
& 추어튀김

● 오늘은 외식~!



스테이크
덮밥



● 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
- 5월: 홍*례



- 자치회의
- 월 2회 주택관리 및 공동체 생활 및 관리 소통
- 코로나 거리두기 지침 완화(5월)로 대면 모임 진행

- 데일리 쉐어링
- 매주 수요일과 토요일, 감정표현과 근황 공유
- 거리두기 지침 완화(5월)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 (봄 맞이 벚꽃구경)



● 여의도 벚꽃구경



● 날짜별로 팀을 나누어 모임인원 준수



돌봄 자치활동 (이건희 컬렉션 특별전 관람)



- 국립현대미술관 전시회 관람
→ 이건희 컬렉션 특별전



- 시간대별로 팀을 나누어 이동



돌봄 힐링여행 (홍천 힐리언스)



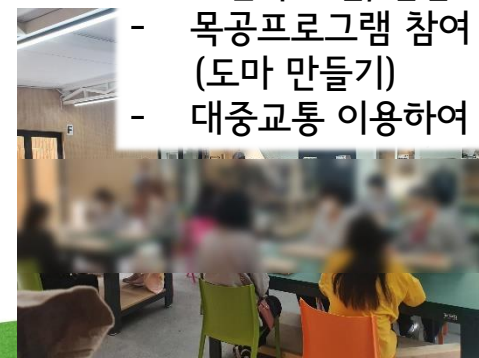
DAY1

- 용문역 도착하여 점심식사
- 힐리언스로 이동
- 카페에서 자연과 함께 힐링
- 숲테라피
- 자유타레킹
- 자연식 저녁식사



DAY2

- 자연식 아침, 점심 식사
- 목공프로그램 참여 (도마 만들기)
- 대중교통 이용하여 귀소



동아리 활동 및 평가회 (운동, 뜨개질, 독서)



● [운동하리] 운동 동아리

- 훌라후프, 아령
- 배드민턴 치기
- 일감호, 한강 걷기

● [핸드앤핸드] 뜨개질 동아리

- 카드리깅 뜨개질

● [금빛노을] 독서 동아리

- < 데일카네기 인간관계론 >
- < 이어령의 마지막수업 >
- < 불안한 마음을 잠재우는 법 >



후원의 손길

강0혜, 구0희, 권0훈, 권0만, 권0훈, 김0태, 김0라, 김0미, 김0아, 김0숙, 김0순, 김0지, 김0미, 김0정, 김0자, 김0하, 김0정, 김0영, 김0준, 김0정, 김0진, 김0정, 노0민, 류0은, 박0숨, 박0희, 박0자, 박0정, 박0미, 박0선, 박0하, 박0남 배0정, 성0진, 손0아, 손0숙, 송0영, 안0미, 엄0애, 연0라, 오0선, 오0미, 유0영, 유0연, 유0순, 윤0정, 이0, 이0현, 이0순, 이0옥, 이0화, 이0미, 이0영, 이0준, 이0레, 이0준, 이0주, 이0혜, 이0원, 이0연, 이0혜, 이0주, 이0윤, 이0주, 임0희, 임0영, 장0수, 정0수, 정0경, 조0해, 조0선, 조0구, 조0숙, 지0주, 천0영, 최0순, 최0석, 최0정, 최0선, 최0애, 함0미, 허0, 허0민, 허0주, 현0경, 황0영, 황0하

2022년 2분기 후원금 총 2,990,000원(총 87명)

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	2022-04-05	3월 CMS 사용료 및 수수료	48,290원	
2	2022-04-25	임대료	1,370,000원	
3	2022-05-06	4월 CMS 사용료 및 수수료	46,090원	
4	2022-06-07	5월 CMS 사용료 및 수수료	48,180원	
5	2022-06-23	임대료	1,370,000원	
총 계			2,882,560원	

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

