



2025-2호 통권 41호

여럿이 함께



www.dolbom2014.or.kr



미션 및 비전

정신질환자의 지역사회 자립을 위한 “회복공동체”

당사자 · 정신건강전문가와 **함께**

새로운 길을 개척해 가는

돌봄사랑채

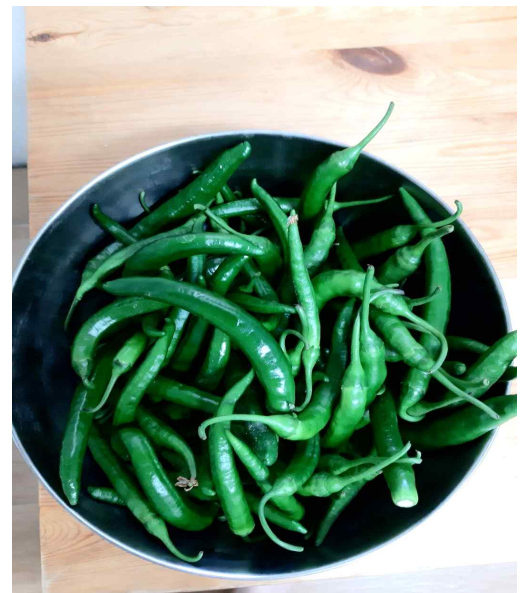
목차

- 자투리 텃밭 활동 소개
- 조0원님(퇴소자) 지원주택 집들이
- 공주여행 사전 계획 회의
- 여럿이 함께 공주의 봄
- 5월 가족귀가주 활동
- 김0수님 퇴소 인터뷰
- 상반기 가족교육
- 영화 미션임파서블 감상
- 맛쇼 동아리 활동
- 우리요리방 동아리 활동
- 요리조리 레시피
- 요리조리 만찬
- 25년 2차 운영위원회
- 신규 입소회원 소개
- 돌봄사랑채를 후원해 주셔서 감사합니다~

자투리 텃밭 활동

-이희승 기자-

2025년 4월 돌봄사랑채는 광진구청에서 운영하는 중랑천 옆에 자투리텃밭 (서울 광진구 중곡동 503-28)을 분양받아 회원들이 운영하게 되었다. 돌봄 회원들이 틈틈이 시간을 내어 한 달에 1~2 차례씩 돌아가며 자투리 텃밭에서 작물을 가꾸었다. 텃밭에는 각종 모종과 씨앗을 심었다. 올해는 씨감자와 열무 씨앗을 구입하여 심었다. 4월에 심은 작물들을 6월에는 수확하여 회원들의 식탁에 올릴 수 있었다. 손으로 키운 작물들이 식탁에 오르기까지는 회원들의 정성이 깃들여 있다. 광진구에서 운영하는 자투리 텃밭은 농작물을 가꾸고 체험하면서 수확의 기쁨도 맛보고 공동체 의식을 함양할 수 있었다. 그리고 도심 텃밭에서 정신적으로 힐링하는 방법을 찾아낸 것은 아닌지 생각해 본다.



조O원님(졸업생) 지원주택 집들이

- 최은혜 기자-

2025년 3월 28일 퇴소하고 지원주택에 입주한 조O원님의 집들이가 있었다. O원님은 돌봄에서 퇴소 후 당첨된 지원주택인 금천구로 이사를 하였다. 돌봄 회원들은 O원님의 초대를 받아 4월 26일 시설장님, 선생님과 함께 집들을 하게 되었다. 금천구 독산동의 엘리베이터가 있는 5층에 거주하고 있다. 13.5평, 개인방이 두 개, 거실 하나이며, 독립하여 사는데 알맞아 보였다. 집은 정돈되어 있었고, 침대, 세탁기, 건조기, 냉장고, TV, 에어컨 등 물품도 잘 갖추어져 있었다. 돌봄 회원들이 모두 한 자리에 앉아도 자리에 여유가 있을 정도로 넓었다. 회원들은 도착 후 집을 구경한 뒤에 3층에 있는 커뮤니티 사무실에서 조O원님이 준비한 만찬을 먹을 수 있었다. 이른 아침부터 직접 요리한 잡채와 김밥, 흑시나 모자를 까봐 추가한 탕수육, 김치, 다과로는 오렌지, 딸기 등 푸짐하게 준비하셨다. 회원들은 음식을 맛있게 먹고 담소를 나누고 행복해 하는 O원님을 보며 독립에 대한 부러움을 느끼기도 하였다. 이제 O원님은 돌봄의 졸업생이 되어 많은 후배들의 귀감이 되리라 믿는다.



공주여행 사전 계획 회의

-최은혜 기자-

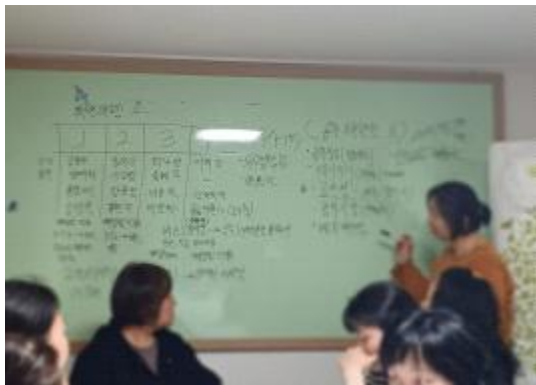
돌봄사랑채 회원들은 5월 1일~2일 공주여행 전 4월 초부터 여행을 계획하였다. 우리는 4월 1일, 8일~9일, 22일 저녁 7시에 402호 공동체실에 모여서 회의를 했다. 3월 자치회의에서 공주 여행을 가기로 했고, 숙박은 공주한옥마을로 결정했었다.

4월 1일에 회원들이 모여서 공주에 가볼 만한 곳을 조사해 보고, 조를 나누어 누가 조장과 총무를 할지 정했다. 4월 자치회장인 홍O레님과 서기인 김O선님이 회의를 이끌었고, 회원들이 조사해 온 것들과 각자의 의견을 발표했다. 회의 결과 우리는 고속버스를 타고 가기로 결정했고, 조를 4개 조로 나누었으며, 각 조의 조장과 총무를 결정했다.

4월 8일에 이어서 다시 공주 여행에 관한 계획을 세우기 위해 모였다. 우리는 4개 조를 다시 5개 조로 나누었고, 각 조에 선생님들도 추가했다. “버스타고”라는 버스예약앱을 통해 고속버스 승차권을 예매했다. 우리는 설레는 마음으로 공주 가볼 만한 곳에 대해 다시 논의했다.

4월 22일 마지막으로 모여서 이번 공주 여행 슬로건을 정했다. 현수막에 사용할 이번 여행 슬로건에 대한 아이디어를 논의했으며, 가장 많은 표를 얻은 **“여럿이 함께, 공주의 봄”**을 채택했다.

3차례의 공주여행에 대한 사전 계획을 모두 마쳤다. 우리는 여행을 갈 때마다 모여서 계획을 세우고 표를 예매하는 등 나중에 독립하여 혼자 여행을 가더라도 잘 다녀올 수 있도록 훈련을 한다. 훈련을 통해 대인관계 능력, 유대감, 의사소통 능력이 향상되었다고 생각한다. 여행을 갈 때마다 향상되는 이런 능력들이 우리를 성장시킨다.



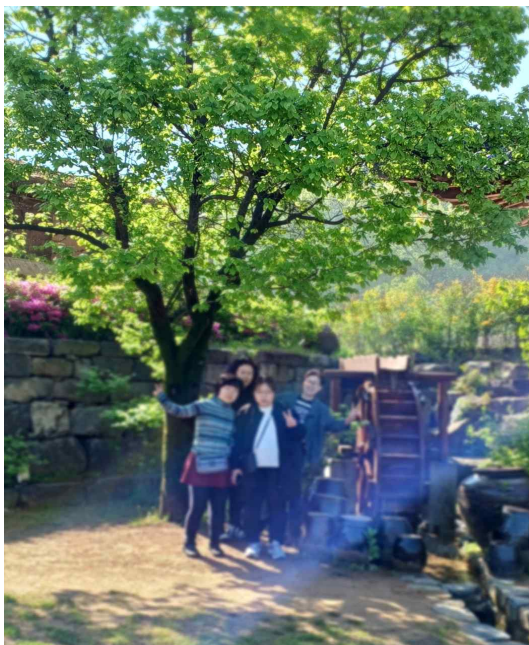
“여럿이 함께, 공주의 봄” 다녀와서

-이희승 기자-

이번 공주 여행을 통해서 백제 역사와 아름다운 자연을 만났습니다. 공주시는 충청남도에 있는 아주 오래된 역사 도시입니다. 옛날 백제라는 나라가 이곳에서 번성했습니다. 공주는 주변에 대전, 세종, 논산 등 여러 도시와 붙어 있습니다. 특히 충청남도에서 땅이 가장 넓은 도시입니다. 옛날에는 공주가 강(금강)을 통해 물건을 나르는 중심지였고, 나라를 지키는 중요한 곳이었습니다. 공주시에는 귀여운 마스코트가 있습니다. 바로 '고마 곰'과 '공주'입니다. 고마 곰은 백제 무령왕의 칼과 왕관 장식을 본떠서 만들었습니다. 공주는 공주의 중요한 성인 공산성을 본떠 만들었습니다.

공주에는 세계적으로 가치를 인정받은 유네스코 세계유산이 있습니다. 이번 여행에서 각조별로 방문한 장소입니다. 공산성은 산을 따라 성벽을 쌓은 아주 오래된 성입니다. 지금도 계속 성을 잘 가꾸고 있습니다. 이 성은 중요한 문화재로 지정되어 있습니다. 무령왕릉과 왕릉원은 백제의 왕이었던 무령왕과 왕비의 무덤입니다. 이 무덤도 중요한 문화재로 계속 잘 보존하고 있습니다.

국립공주박물관은 무령왕 무덤에서 나온 아주 귀한 물건들 4,600여 점이 모여있는 곳입니다. 이곳에 가면 백제 사람들이 어떻게 살았는지 알 수 있습니다. 이렇듯 공주는 오래된 역사와 좋은 자연을 함께 볼 수 있는 멋진 도시입니다.



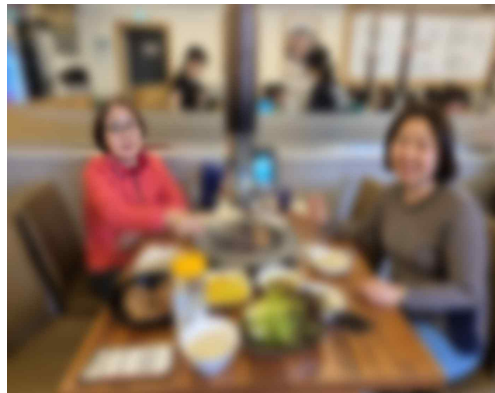
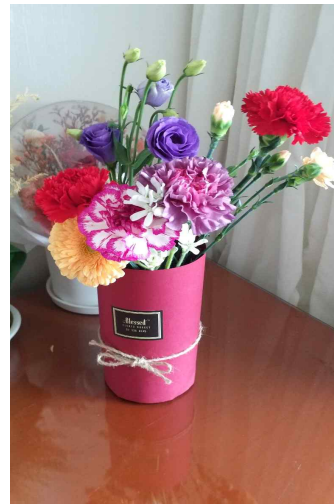
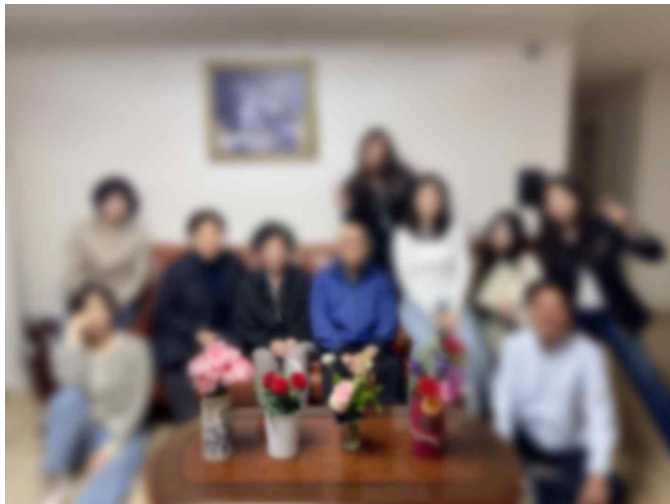
가족 귀가주 활동

(성장하는 우리를 가족에게 보여주는 기간)

-황혜숙 기자-

5월 초 특별여행을 다녀온 후 가족을 만나는 귀가주가 있었습니다. 여행 후 각자 가족이 있는 집으로 귀가하기도 하고, 돌봄으로 귀소하여 보낸 회원들도 있었습니다. 여행 후이기에 두 손 가득 공주(특별여행 장소)의 특산물인 밤이 들어간 디저트를 들고 귀가한 회원이 많았습니다. 5월 7일은 퇴근 후 공동체실에 모여 가족 귀가주 활동을 나누었습니다. 귀가하여 부모님과 형제를 만나 행복했던 순간을 공유한 시간이었습니다. 5월 가정의 달을 맞아 부모님께 미리 카네이션과 손 편지를 선물한 회원도 있었고, 열심히 근무하여 부모님께 용돈을 드리고 온 회원도 있었습니다. 형제에게 치킨을 쏘며 정다운 시간을 보내기도 하였습니다. 날씨가 좋아서 공원에서 산책하며 예쁜 인증샷을 찍었고, 돌봄에서 갈고 닭은 솜씨로 밑반찬 만들어 대접하기도 하였습니다. 회원이 요리를 해서 대접하는 건 귀가주때 자주 있는 일이면서도 우리의 성장을 잘 보여주는 활동이 아닌가 싶습니다. 귀가주에는 이렇게 부모와 형제를 만나기도 하지만 부모인 회원은 자녀를 만나 함께 외식하고 차를 마시며 행복한 시간을 보낸 분도 있습니다.

각자의 사정으로 귀가하지 않고 돌봄에 남아있는 회원도 있었는데, 외부 활동으로 공연을 보기도 하고, 근처 일감호로 뚝섬공원으로 산책을 가기도 하, 남아있는 회원끼리 시간을 맞추어 영화를 보고 박물관도 갔었습니다. 이야기를 나누고 나니, 좀 더 성장하고 가족과 추억 만들기에 성공한 것 같다는 생각이 들었습니다. 모두 행복하세요!



김O수님의 퇴소 인터뷰

-황혜숙 기자-



Q1. 간단한 자기소개를 해 주세요.

A1. 김O수입니다. 돌봄에서 5년을 지냈고, 나이는 53세, 직업은 히즈빈스에서 바리스타를 하고 있습니다. 돌봄에서 퇴소를 앞두고 있고, 부모님의 지원으로 독립준비를 하고 있습니다.

Q2. 돌봄에서 독립훈련을 하고 독립을 앞두고 있는데, 기분과 소감은 어떤가요?

A2. 앞으로 혼자 살아야 해서 걱정과 두려움이 앞서고, 한편으로는 떨리고 기대도 됩니다. 여러 감정이 드네요.

Q3. 돌봄에서 가장 기억이 남는 활동이 있다면 어떤 것일까요?

A3. 여행이 가장 기억이 남습니다. 부산, 경주, 공주, 남이섬 등 외부활동이 추억으로 남습니다. 그리고 독서동아리를 5년 동안 하면서 관심 없는 분야도 섭렵할 수 있었고, 한 달에 한 권씩 총 60권의 책을 읽었습니다. 마음의 자양분, 삶의 지탱하는 힘이 되었어요.

Q4. 돌봄에서 5년 지내면서 후회되거나 아쉬웠던 점이 있었나요?

A4. 좀 더 회원들과 친하게 지내지 못 한 점이 아쉬워요. 독립 후에도 연락하고 지낼 수 있게 친밀감과 돈독한 사이가 될 수 있는 선후배가 되고 싶습니다. 그래서 관계가 가장 중요하다고 생각되고 잘 해주지 못 한 점이 아쉽습니다.

(혜숙) 지금도 연락하고 지낼 수 있는 충분한 관계인 것 같은데요.

(O수) 하하, 그런가요? 독립 후 집에도 놀러 오고 서로 통화도 하면서 지내고 싶어요.

Q5. 독립 후 계획을 말씀해 주세요.

A5. 태화샘솟는집 주간재활시설에 등록을 했어요. 그곳에서 상담을 받고 감사하게도 아답터라는 독립지원 프로젝트를 받을 수 있게 되었습니다. 연결해 주신 이숙희 시설장님께 너무 감사드려요.

Q6. 돌봄에서 5년 동안 잘 지내셨는데 후배들에게 해 주고 싶은 비결이나 조언이 있다면요?

A6. 5년이란 시간 결코 길지 않습니다. 시간이 길다고 생각하지 말고, 대학교도 4년제잖아요. 돌봄에서 가르침을 받고 또 의미 있게 적극적으로 활동했으면 해요. 돈독한 관계도 유지하고 더 큰 독립을 할 수 있게 미래를 준비하는 기간이라 여겨졌으면 합니다.

이상, O수님의 퇴소 인터뷰를 마치겠습니다. 멋진 김O수님의 독립을 한마음으로 응원합니다.

돌봄사랑채 상반기 가족 교육

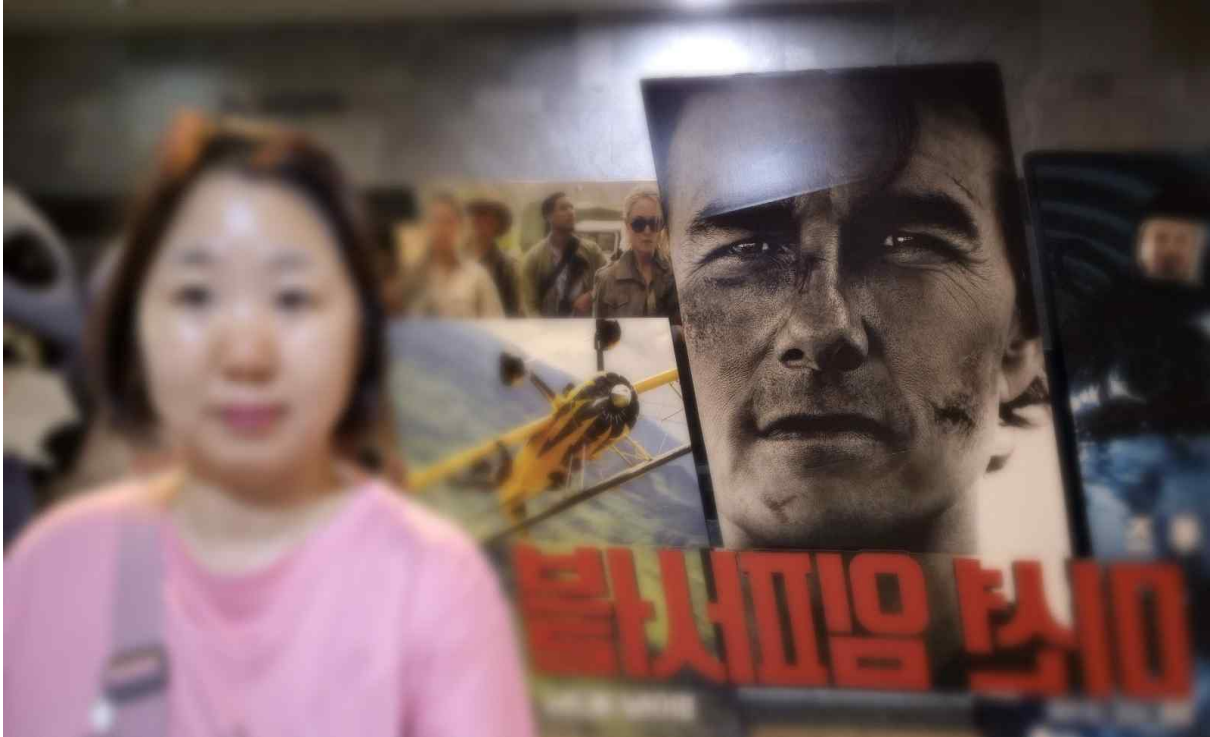
-최은혜 기자-

5월 24일 오전 11시에서 오후 3시 사이에 돌봄사랑채 가족모임이 있었다. 회원들은 함께 오전 8시부터 304호에서 가족들을 위한 김밥을 만들었다. 오전 11시가 되자 가족분들이 시설에 도착했다. 회원들은 미리 준비해 두었던 다과와 아침에 만든 김밥을 가족들과 호실에서 함께 식사하며 담소를 나누었다. 그 후 1시부터 진행될 가족 교육(화훼요법)을 위해 가족들은 동부여성발전센터 3강의실로 향했다. 1시부터 2시까지 가족교육(화훼요법)이 진행되었고, 2시부터 3시까지는 시설장님과 가족간의 질문과 답변, 소감 등이 이어졌다. 돌봄 회원들은 행사를 끝나고 402호에서 소감을 나누었다. 회원들은 대부분 김밥 준비하는 것이 재밌고 뜻깊었다고 말했다. 시설장님은 가족들이 모여서 나의 가족뿐 아니라 다른 회원의 가족들도 내 가족처럼 생각하는 공동체 의식이 형성되길 바란다고 하였고, 돌봄사랑채의 슬로건인 “여럿이 함께”의 의미를 다시 한번 강조했다. 우리는 1년에 두 번씩 가족교육을 통해 한 단계씩 성장할 수 있어서 뿌듯하고 행복했다.



영화 '미션 임파서블(파이널 레코닝)' 감상

-김미선기자-



2분기에 소개할 영화는 5월 27일 화요일 건대 롯데 시네마에서 상영한 미션 임파서블(파이널 레코닝)이었다. 당시 영화순위 1위였다. 초반에는 다소 이해 안 가게 출연진들이 한참 이야기하는 장면이 이어졌다. 그리고 영화가 3시간짜리였다. 피곤해서 살짝 졸면서 보기도 했다. 내용도 내가 이해하기에는 지루하였다. 이 영화는 미국에서 만든 액션 영화다. 줄거리는 디지털상의 모든 정보를 통제할 수 있는 사상 초유의 무기로 인해 전 세계 국가와 조직의 기능이 마비되고, 인류 전체가 위협받는 절체절명의 위기가 찾아온다. 이를 막을 수 있는 건 오직 존재 자체가 기밀인 '에단 헌트'와 그가 소속된 IMF(Impossible Mission Force)뿐이다. 무기를 무력화하는 데 반드시 필요한 키를 손에 쥐는 '에단 헌트', 오랜 동료 '루터'와 '벤지', 그리고 새로운 팀원이 된 '그레이스, 지금까지 경험했던 그 어떤 상대보다도 강력한 적에 맞서 모두의 운명을 건 불가능한 미션에 뛰어든다. 모든 선택이 향하는 단 하나의 미션이다. 나라를 구하기 위해서 위험함을 서슴지 않는 에단 헌트가 나는 좀 불쌍해 보였다. 국가를 위한 미션을 수행하다가 다칠까봐 조마조마하기도 하기도 했다. 정말 불가능한 것이 거의 없는 톰 크루즈의 액션씬이 가장 인상에 남는다.

맛쇼 동아리 활동(4~6월)

- 김미선기자 -



4월 활동

맛쇼동아리는 4월 20일 16:30~18:30 동안 활동을 하였다. 제일칼국수에서 쭈꾸미볶음과 왕만두를 먹고, 건대점 아트박스에서 필요한 물건을 쇼핑했다. 즐겁고 기분 전환되고 힐링되는 시간이었다. 일감호에 가서 산책하면서 꽃을 보고 봄을 만끽하며 사진을 찍었다. 김O선님은 아쉽게도 발이 아파서 같이 가지 못했는데 다음 활동에서는 함께 할 수 있기를 기대한다.



5월 활동

맛쇼동아리는 5월 11일 11:30~13:30 동안 활동을 하였다. 준비물은 셀카봉, 회비 각 20,000원, 스마트폰이었고, 롯데백화점 샤브퀸즈에서 소고기야채 샤브샤브를 시켜 식사를 하였고, 다이소에서 물건을 구경하며 필요한 것을 샀다. 샤브샤브에 고기와 야채가 듬뿍 있어서 영양가도 풍부하고 맛도 좋았다. 쇼핑물건은 꼭 필요한 물건을 잘 고르는 능력이 생긴 것 같다.



6월 활동

맛쇼동아리는 6월 3일 11:30~13:30 동안 활동을 하였다. 11시반에 돌봄 주차장에서 모여서 성수역 미도인식당에서 맛있는 큐브스테이크 한상과 명란 크림파스타를 각각 시켰다. 날씨 좋은 날 성수 젊은이들의 거리는 카페도 많고 거리가 예뻐다. 다이소 성수점에서 각자가 필요한 물건을 구입하였다. 샴푸, 양말, 머그컵, 옷걸이, 멀티슈 등 동아리 회원들이 필요한 물건을 함께 구입한 만족한 하루였다.



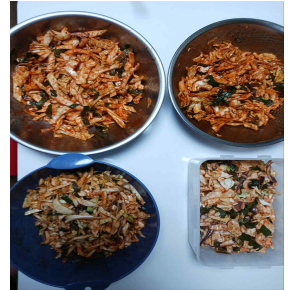
25년 2분기 우리요리방 동아리 활동

- 이희승 기자 -

일시 : 2025년 4월 6일(일) 13:30~14:30

활동 내용 : 오징어초무침-이O숙

소감 : 오징어초무침은 오징어의 껍질을 벗겨 삶아 양배추와 깻잎, 소스에 버무려 손쉽게 완성할 수 있는 요리로 향긋하면서도 달콤하여 봄철 잃어버린 입맛을 다시 돌아오게 해준다.



일시 : 2025년 4월 20일(일) 13:00~14:00

활동 내용 : 감자조림-남O옥

소감 : 감자조림은 간장 소스를 응용하여 만든 조리법으로 감자와 당근 양파를 소스에 조려서 완성한다. 밥상에 한 번쯤은 반찬으로 올리는데 포실하게 삶은 감자요리로 한국인이라면 누구나 좋아하는 요리 중 하나이다.



일시 : 2025년 5월 17일(토) 1:30~2:30

활동내용 : 건새우마늘종볶음-정O희

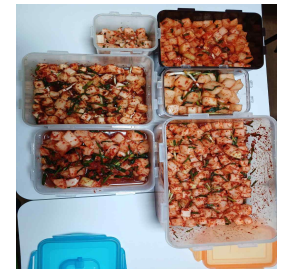
소감 : 건새우마늘종볶음은 건새우를 기름에 살짝 볶아 준비한 다음 마늘종을 넣고 볶아준다. 그다음에 소스를 넣어 볶아주면 완성된다. 요리 초반에 건새우를 미리 볶아 바삭하게 만들어 주는 것이 꿀팁 이다. 맛도 있고 건강에 좋은 요리인 것 같다.



일시 : 2025년 5월 25일(일) 5:30~6:30

활동내용 : 깍두기-이O승

소감 : 깍두기는 자칫 만들기 어려운 요리로 인식하기 쉽다. 그러나 초간단 레시피를 응용하여 깍두기를 담아보았다. 배춧값이 올라서 김치를 담기 힘든 시기에 맞추어서 싼 무를 이용한 깍두기를 담아보았다. 회원들은 쉽고 빠르고 만들기 편한 요리 방법을 알게 되어서 정말 기뻐했다.



일시 : 2025년 6월 8일(일) 5:30~6:30

활동내용 : 콩나물무침-남O옥

소감 : 콩나물무침은 누구나 쉽게 접근할 수 있는 요리이다. 그래서 이번 우리요리방에서는 콩나물에 고춧가루를 가미한 요리를 해보았다. 요리를 해보니 매콤한 콩나물 요리가 완성되었다. 회원들은 고춧가루가 들어간 매콤한 콩나물무침을 알게 되었다. 회원들 모두 만족하였다.



일시 : 2025년 6월 15일(일) 5:30~6:00

활동내용 : 계란말이-남O옥

소감 : 계란말이는 가정식 한식 요리에서 인기 있는 반찬 중 하나다. 계란을 응용한 요리로 맛술이 살짝 들어가 달콤하면서 단백한 요리가 완성되었다. 회원들의 취향에 따라 레시피를 조금씩 달리하여 맛이 달랐지만 흡족하였다.



25년 2분기 요리조리 레시피

-김미선기자-

4월 간장 진미채 볶음

요리사 : 김O선

재료 : 진미채150g 2봉(조양마트)
양념 : 간장 4큰술, 맛술 4큰술, 마늘 2큰술, 매실청 1큰술,
설탕 1큰술, 식용유 1큰술, 올리고당 1큰술, 마요네즈
1큰술, 참기름 조금, 참깨 조금

순서 :

- 1) 진미채를 먹기 좋게 가위로 잘라준다.
- 2) 양념을 만든다. 간장 4큰술, 마늘 2큰술, 매실청 1큰술, 설탕 1큰술, 식용유 1큰술, 올리고당 1큰술 넣고 끓인다.
- 3) 바글바글 끓으면 진미채를 넣고 섞어가며 볶는다.
- 4) 물기가 어느 정도 줄어들면 부드러우라고 마요네즈 1큰술을 넣어 볶고 불을 끈다.
- 5) 참기름과 깨소금으로 마무리한다.



5월 양배추 김치

요리사 : 이O승

재료 : 양배추600g(반통), 쪽파4개
양념 : 고춧가루 2.5큰술, 굵은소금 반주먹, 마늘 1스푼,
새우젓 0.5큰술, 매실청 0.5큰술(설탕으로대체가능),
액젓 0.5큰술, 생강 0.5큰술

순서 :

- 1) 양배추를 한입 크기로 썰어 2~3번 씻어준다.
- 2) 양배추를 씻어서 소금 30g 정도에 1시간 30분 (여름에는 1시간)절인다.
- 3) 물에 1~2회 씻어주고 채에 물기를 빼준다.
- 4) 쪽파를 2cm 길이로 썰어 준다.
- 5) 분량의 양념에 양배추와 쪽파를 넣어 버무린다.



6월 골뱅이 무침

요리사 : 최O영

재료 : 골뱅이 통조림, 깻잎 3장, 홍고추2/1개, 대파1/2대,
양파4/1개, 당근 6/1개
양념 : 통깨 약간, 고춧가루 2.5큰술, 통조림 국물 3큰술,
맛술 2/1큰술, 간장 1큰술, 설탕 2큰술, 식초 3큰술,
다진 마늘 2/1큰술, 참기름, 후추

순서 :

- 1) 골뱅이는 체에 밭쳐 물기를 빼고 통조림 국물을 3큰술 정도 남겨둔다.
- 2) 골뱅이를 2등분 한다.
- 3) 깻잎(3장), 양파(4/1)개를 체 썬다.
- 4) 당근(6/1개), 대파(2/1개), 홍고추(2/1개)를 어슷하게 썬다.
- 5) 고춧가루 2.5큰술, 통조림 국물 3큰술, 간장 1큰술, 설탕 2큰술, 식초 3큰술, 다진 마늘 2/1큰술, 참기름, 후추 약간, 통깨 약간을 모두 섞어 양념장을 만든다.
- 6) 양념장과 골뱅이, 채소를 모두 고루 버무려 섞으면 완성!



25년 2분기 요리조리 만찬

-요리 18인분 만들기 (과정&소감)-

-이희승 기자-

4월 요리조리만찬 - 찜닭

4월 12일 돌봄사랑채에서 이O승님이 찜닭 18인분을 요리해 오후 6시경 회원들이 모여 저녁 식사를 했다. 닭볶음탕용 닭 8팩으로 대용량 요리를 준비하였다. 커다란 솥 3개로 청양고추, 홍고추, 새송이버섯, 당근, 고구마, 감자를 넣고 맵지 않은 찜닭 요리를 준비하였다. 찜닭 요리의 재료를 준비하기 위하여 회원들의 노고가 있었다. 선생님들과 자원봉사를 해준 회원들의 분주한 요리활동으로 훌륭한 만찬이 준비될 수 있었다. 이번 행사는 단순히 음식을 나누는 차원을 넘어 돌봄사랑채 회원들의 협동심을 찾아볼 수 있었다.



5월 요리조리만찬 - 제육볶음

5월 13일 화요일 돌봄사랑채에서는 김O선님이 제육볶음 18인분을 만들기에 도전하여 저녁 6시 30분경에 회원들이 모여 식사를 했다. 요리의 재료는 돼지고기 목살 7인분과 당근, 호박, 가래떡으로 대형 솥에 재료들을 넣어 볶아 요리했다. 먹음직스러운 요리와 함께 시설장님의 레시피로 완성된 유자 샐러드는 제육볶음과 먹으면서 인기를 차지하였다. 이번 요리는 나른해지기 쉬운 계절에 맞는 요리로 회원들의 원기를 되찾게 해주었다.



6월 요리조리만찬 - 두부김치

6월 25일 수요일은 홍O레님이 두부제육김치 18인분 만들기에 도전하여 저녁 6시 30분경에 회원들에게 제공하였다. 요리의 주재료는 두부와 김치, 돼지고기였다. 대형 솥에 재료들을 넣어서 볶아주었다. 두부는 딱딱하게 데워져서 중점시에 담겨졌다. 홍O레님의 정성과 사랑이 담긴 푸짐한 음식을 회원들은 받고 정말 좋아하였다. 회원들의 먹으면서 담소도 나누고 좋은 시간이었다.



25년 제2차 돌봄사랑채 운영위원회

-김미선기자-

돌봄사랑채 운영위원들은 2025년 6월 16일(월) 10시~12시에 돌봄사랑채 402호에서 25년 제2차 돌봄사랑채 운영위원회를 가졌다. 주로 시설장님의 설명으로 진행되었고 2분기 사업 보고를 들을 수 있는 시간이였다. 재적위원 8명 중 6명 참석하였고, 과반수 이상의 참석으로 성원 되었음을 보고하고, 개회를 선언하였다. 특히 정나래 광진구보건소 건강관리과 마음건강팀 팀장이 참석하여 돌봄사랑채에 대한 각별한 관심을 보였다. 기능보강비로 에어컨 2대 설치하였고, 냉장고 2대도 구매 예정이다. 시설 내 기기들 노후로 내년에 세탁기 교체 위한 기능보강비를 신청하기로 했다. 2025년 상반기 결산보고와 3/4분기 사업계획을 보고하며 신성희 위원장이 폐회를 선언하였다. 다음 운영위원회 일시는 9월 22일 10시 반이다.



신규 입소 회원 소개

-최은혜 기자-



김O우님

전환시설에서 훈련을 받고 6개월이 지나 퇴소를 해야 했고, 갈 주거지를 찾는 중에 돌봄을 만났다. 나의 직장생활을 유지 위해 안정적인 주거 환경을 원했다.

입소하면서 1인 1실이라는 것도 마음에 들었다. 건물이 깨끗하고 잘 정돈되어 있어서 마음이 편하다. 입소 한지 한 달이 되었고 적응중이다



석O진 님

새오름터에서 만기를 채웠더니 돌봄사랑채를 소개 받아 오게 되었다. 집이 그림지만 아주 느리게 적응하고 있다. 아침 주차장 청소 활동은 너무 졸려서 불편하다. 하지만 규칙적인 프로그램이 있어, 게으른 일상에서 조금 탈출한 것 같다. 일과가 사람을 부지런하게 해주는 것 같다.



홍O지 님

돌봄사랑채는 무료라는 말에 입소하게 되었다. 바라는 점은 딱히 없다. 워낙 야무지게 회원들이 공동체 생활을 하니, 자주 모여 담소를 나누고 싶다. 자녀와 떨어져 있어 아쉽고, 퇴근후 시간이 남아 오후에 영어 단어를 외우고 있다. 이곳에서 지내는 것이 많은 도움이 되고 있다.

돌봄사랑채를 후원해 주셔서 진심으로 감사드립니다.

여러분들의 따뜻한 도움은 돌봄사랑채 운영 및 회원들의 프로그램 활동비로 사용되고 있습니다.

구숙희 김모아 김미숙 김미순 김숙자 김연하 김정희 김현중 김혜진 남민옥
박은자 박정미 손모아 송예울 송지영 신명진 안영미 오영미 이강순 이기현
이미순 이숙희 이은주 이은희 이혜윤 임영희 임희영 전보영 정종우 정혜경
지민주 최지애 한정혜 허량 허필화 홍현주 황다영

2025년 2분기 후원금 수입 총1,868,100원 (총37명)
2분기 후원금 지출 총3,070,895원 (임차료, CMS 수수료)

돌봄사랑채 후원 신청

후원계좌 우리은행 1005-602-708110

* 후원금은 소득세법에 의거 연말정산시 세액공제를 받을 수 있습니다.

2025-2호 통권 41호
독립주거형 공동생활가정 돌봄사랑채 소식지

❖❖ 발행일	2025년 6월 30일
❖❖ 발행인	이숙희
❖❖ 발행처	사단법인 사람사랑
❖❖ 편집	돌봄사랑채 홍보동아리
❖❖ 편집장	최은혜
❖❖ 주소	서울시 광진구 아차산로26길 28, 성원하이츠 B동
❖❖ 전화	02-3409-9444
❖❖ 팩스	02-3409-9443
❖❖ 홈페이지	http://www.dolbom2014.or.kr
❖❖ 전자우편	dolbom2014@hanmail.net

이 소식지는 돌봄사랑채 홍보동아리 멤버들에 의해 제작되었으며
저작권은 독립주거형 공동생활가정 돌봄사랑채에 있으므로 무단복제를
금합니다.