

2024 봄 · 여름 호

MAJUNG MUL

도남사회복지관



WELCOME

MAJUNG MUL

2024년 봄 · 여름호

마중물 편집부

- 통권 제49호 2024년 7월 발행
- 발행인 : 배은영
- 편집부 : 박승아 유상우 박지혜 김혜지
- 발행처 : 도남사회복지관
- 주 소 : 경남 통영시 발개로 153
- 전 화 : (055) 645-0645 ■ 홈페이지 : www.donamswc.or.kr
- 디자인 인쇄 : 인디자인 055) 648-2828

 <http://facebook.com/donamswc0521>

 <http://band.us/@donamswc>(도나우리)

 donam_swc

CONTENTS

04 # 마을이야기

- 가정의 달 5월 따뜻한 나눔데이
- 우리동네 당산나무로 ‘마실’ 나오세요
- 경로식당 생일밥상 ‘생신축하드려요’
- 시끌벅적 나눔한마당

16 # 만나다, 찾다

- 함께 그린(Green) 우리들의 여름
- 정이넘치는 나눔반찬
- 참 좋은 이웃과 도남사회복지관의 동행

22 # 만들다, 창작하다

- 노인사회활동지원사업 신규사업단 소개
- 2024 도남사회복지관 신규사업 소개
- 참 좋은 동행점 피로회복제 나눔

32 # 라이프

- 도남직원들의 알쓸신잡
- 신규직원소개
- 영양사님과 조리장님의 레시피
- 큰할자로보는 하반기 주요사업계획
- 상반기 주요사업보고
- 후원자 자원봉사자

※ 표지설명 : 본 사진은 청춘마을학교 프로그램 진행중 촬영된 사진입니다.

※ 마중물 : 펴프질을 할 때 물을 끌어 올리기 위하여 위에서 붓는 물

가정의 달 5월

따뜻한 나눔데이

건강하시고 행복한 하루 보내세요

65세 이상의 어르신들에게 나누는 작은 마음의 선물!
카네이션 생화를 손에 꼬~옥 쥐어드리면서 나누는 이웃 간의 정겨운 인사

카네이션 한 송이가 주는 온정, 주민들이 스스로 지키는 질서,
매번 진행하다보니 참여주민들의 의식도 향상되어 즐거운 나눔의 시간을
가졌습니다. 미수휴먼시아 관리소장과 입주민대표가 따뜻한 인사를 건네며
지역주민들에게 나눔을 실천했습니다.





함께여서 행복합니다

어버이날을 맞아 통영관광개발공사와 함께 지역내 어르신들께 인사를 드리며 감사한 마음을 담은 카네이션과 함께 선물을 전달하였습니다.

어르신들을 만나 뵙고 인사도 하고 이야기도 나누며 카네이션도 직접드리니 어르신들의 얼굴에 웃음꽃이 활짝 피었습니다.
어르신 항상 건강하시고 해피스마일하세요~

물품꾸러미를 전달받은 전○식 어르신은 “이런 날이 되면 항상 혼자여서 외롭고 서럽기도 했는데, 누군가에게 감사하다는 인사와 선물을 받으니 너무 기분이 좋다”며 눈물을 보이기도 하였다.





4·5월 놀이 한마당을 펼치다

우리동네 당산나무로 마실 나오세요

당산나무 복합문화공간에 위치한 “어르신 여가그가 놀이터 [마실]”에서는 !?

하나. 평일 오전9시부터 17시까지 상시운영하며 놀잇감을 대여해주고 있습니다.

둘. 매주 목요일 10시 30분 건강·힐링 프로그램으로 단체 놀이 활동을 진행하고 있습니다.

셋. 분기별 1회 총 4회 마실 놀이한마당으로 놀잇감을 활용한 소규모 대회가 진행됩니다.

이번 2024 마실 놀이한마당에서는

단체 협동놀이로 족방울, 소쿠리 탁구공 옮기기, 파라슈트 제기놀이 3가지 놀이를 진행하고,
개별 참여놀이로 파크골프, 대형윷놀이, 다식 만들기 체험 3가지 활동도 하여
다함께 즐거운 시간을 보냈습니다.



참여 어르신 소감

“평소에 지나가면서 봤던 동네 이웃주민들과 팀을 이뤄 놀이를 하고
함께 웃으며 즐기니 살맛나는 동네가 된 거 같다.”

“화려한 행사는 아니지만 우리가 편하게 참여할 수 있는
오늘과 같은 즐거운 행사를 종종 복지관에서 해주었으면 좋겠다.”

*어르신 놀이터 마실 사업은 고령친화도시 인증에 따른 통영시 노인장애인과 예산 지원으로 진행됩니다.



생신 축하드려요

매년 봄 나들이 대신으로 올해부터 경로식당 어르신들을 위해 생신 밥상을 준비하였습니다.
매월 생일을 맞이한 어르신에게 소소한 선물과 생일밥상 (미역국, 나물, 생선구이)을 준비하여 복지관 직원들이 함께 생일 축하곡을 불러드리며 축하해주고 있습니다.



“혼자여서 누가 이렇게 챙겨주는 사람도 없는데, 자식보다 낫다, 감사하다”

- 생일을 맞이하신 어르신 중 -

앞으로도 생일을 맞이하는 어르신들의 행복한 웃음을 위해
즐거운 하루가 될 수 있도록 준비하겠습니다.

시골벽적 나눔 한마당

마을에 모여, 보고, 구경하장(場)



도봉새마을금고 ESG운영단, 통영시니어클럽, 봉평동행정복지센터, KBS 아트비전 거제 미용학원, 숲 자전거, 종합전자전기수리와 함께하며 뽐내는 사진 동아리 참여로 사진 전시, 다양한 놀거리, 볼거리, 먹거리를 준비하였습니다.



여가그가 어르신 놀이터 ‘마실’

“어르신들이 좋아하는 건강 체조로 활기차게 행사를 시작합니다.”



똑딱똑딱 수리 대장간

“하루 만에 끝내는 똑딱! 똑딱! 만물소생 대장간”



어게인! 청춘 장수 사진 촬영

“메이크업, 머리도 해주고 장수 사진도 찍고 하니
몇 년은 젊어진 듯하다.”



마음병원·씨앗 처방

“정성스럽게 키우면 마음에 병이 낮는데요.”



정(情)이 넘치는 떡 나눔·찾아가는 보건복지 상담소

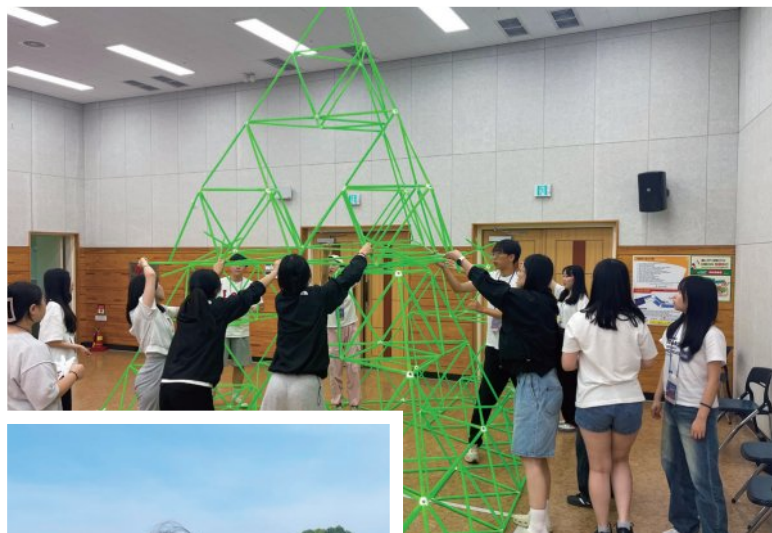
“맛난 떡 받아 가시고 건강도 챙기세요.”

2024년 월드비전 특별활동(여름캠프) 함께 그린(Green) 우리들의 여름



2024년 6월 5일(수)~7일(금) 2박3일간
전라북도 변산반도일대로 조금 이른
여름캠프를 다녀왔습니다.

이번 캠프에서는 다양한 공동체활동,
봉사활동, 체험활동 등을 함께 진행하면서
보다 새롭고 다양한 경험으로 꿈을 발견하는
기회가 되었습니다.



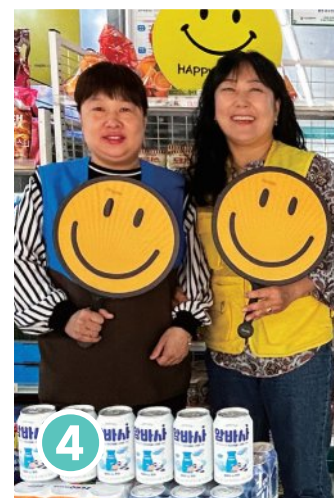
특별활동(여름캠프)을 통해 다양한 프로그램과
새로운 경험을 제공하여 꿈을 확장시키고
함께 도전하고 나누며 서로(환경-사람)의 이해를
통해 긍정적으로 성장할 수 있는 기회가 되었습니다.



정^情이 넘치는 나눔 반찬

이웃과 더불어 살아가기 위해
나눔을 실천하는
아름다운 손길을 소개합니다.

통영지역자활센터(센터장 김근열) 풍성한 먹거리 사업단과 참좋은 동행점인 고려당 베이커리(대표 오명임), 도은반찬(대표 문정숙), 동신찬나들이(대표 노순덕), GS25 유수안점(대표 강수영), 빵굽는아빠(대표 최희정), 성림(대표 안미정), 스카이마트(대표 이종근)에서 정성껏 만든 음식과 간식, 생활용품 등을 후원하여 지역주민들과 따뜻한 나눔의 시간을 가졌습니다.



참좋은 동행점의 따뜻한 나눔으로 놀거리,
먹거리가 있는 행사를 통해 복지관과 지역주민들이 함께 작은 어울림으로
한바탕 웃고 고마운 마음을 느끼는 시간을 가졌습니다.

- ① 고려당베이커리
- ② 동신찬나들이
- ③ 성림
- ④ GS25 유수안점
- ⑤ 도은반찬
- ⑥ 빵굽는아빠
- ⑦ 풍성한 먹거리 충무김밥
- ⑧ 스카이마트

참 좋은 이웃과 도남사회복지관의 동행

참 좋은 동행점은 도움이 필요한 이웃과 함께하는 후원자입니다.



우리동네 신규 참 좋은 동행점을 소개합니다!



STEP 1
후원신청



STEP 2
참 좋은 동행점
현판 제작



STEP 3
참 좋은 동행점
협약



STEP 4
참 좋은 동행점
등록 및 홍보

연 번	매장명	업 증	주 소	전화번호	협약일
1	압구정화로구이 통영 죽림점	요식업	통영시 죽림해안로 138, 2층	0507-1361-8598	2024.1.16.
2	현승엘리베이터	기계설비	통영시 용남면 삼화음촌길 17-42	055-648-8253	2024.2.6.
3	원광태권도	체육도장	통영시 도남로 171	055-645-6362	2024.2.28.
4	꽃시루	요리수업	통영시 광도면 죽림5로 56 상가 가동 105호	010-6686-1912	2024.2.28.
5	수잔요가	스포츠 교육업	통영시 무전대로 6, 3층	010-5652-6375	2024.5.24.

노인사회활동지원사업 신규 사업단 소개



자원순환에 앞장서는 시니어 환경지킴이 『우리동네 플라스틱 자원순환단』



2024년 1월 신규 노인 사회활동 지원 사업으로 시작된
『우리 동네 플라스틱 자원순환단』은 지역 주민들이
올바른 플라스틱 및 재활용 분리배출을 할 수 있도록
도와주는 시니어 환경지킴이들입니다.

올바른 분리배출은 깨끗한 자연환경을 다음 세대에 물려주기 위한
가장 작은 시작이라고 생각합니다.
이러한 환경보호에 앞장서고자 하는 『우리동네 플라스틱 자원순환단』
시니어 환경지킴이들의 활동에 따뜻한 시선과 관심을 부탁드립니다.





2024 도남사회복지관 신규사업 소개

2024년 도남사회복지관에서는
새롭고, 다양한 프로그램으로 이웃들과
함께합니다.

우리 마을, 우리 지역의 아동부터 어르신들
만나며, 소통하고, 웃음이 가득한
하루하루를 만들어가기 위한
프로그램들을 소개합니다.



신규사업소개. 첫번째

기억속의 숨은 이야기 찾기



마을 중앙에 자리하여 주민들의 시선을 모으고 마을을 지키는 300년 넘는 당산나무가 있습니다. 현재는 2017년 통영 봉평지구 도시재생사업의 마중물 사업으로 조성한 공간으로 문화 활동의 중심지로 재탄생한 당산나무 복합문화 공간입니다. 이러한 역사적 공간 속에서 삶을 꾸려가고 살아가는 분들은 마을 주민이었습니다. 당산나무 공간에서 주민들의 삶의 이야기를 남겨 보기 위해 이번 사업을 시작하게 되었습니다. 본 프로그램은 매주 경로당에 방문하여 어르신들의 삶에 대한 이야기를 수집하여 소중한 이야기 책으로 만들어가고 있습니다.

신규사업소개. 두번째

꼼꼼UP 성장터



꼼꼼UP 성장터 프로그램은 2024년 복권기금 지원사업의 일환으로 24년 3월~ 11월(9개월) 진행되는 사업입니다. 느린학습 아동들을 대상으로 인지학습프로그램·사회향상성프로그램·특별활동·사례관리 및 자원연계를 진행하고 있습니다. 지역내 자원과 연계하여 아동들에게 보다 나은 환경 제공으로 아동들의 개별화된 맞춤 학습제공으로 학습동기를 부여하여 학습능력을 향상시키고, 다양한 참여·체험활동을 통한 사회성 향상으로 긍정적인 또래 관계를 형성시킬수 있는 기회를 제공합니다.

신규사업소개. 세번째

동백꽃 베란다 농부



베란다 농부는 외로움과 일상에 지친이들에게 휴식과 여가를 보낼 수 있도록 돕는 활동으로 식물을 기르며 스트레스를 해소하고 정신적 안정을 얻기 위한 프로그램입니다.
또한 베란다나 마당에서 직접 신선한 채소를 키워 먹을 수 있어 보람과 성취감을 느끼며, 집으로 찾아가 이야기도 나누고 소통하며 기초건강검진(혈압, 혈당) 체크를 통해 건강도 챙기는 일석이조 활동입니다.

신규사업소개. 네번째

사회복지 종사자 네트워크 모임



복지관 인근 아동·청소년 복지시설 종사자들과 정기적인 모임을 통하여 소통하며 네트워크를 구축하고 업무로 인한 스트레스 해소와 소진을 예방할 수 있는 다양한 활동을 통해 사회복지사로서의 삶의 질을 높이고자 합니다. 나아가 참여 기관별 또는 함께 협력하여 진행할 수 있는 사업이 무엇인지 논의하고 계획하여 사회복지의 장을 마련하려고 합니다.

신규사업소개. 다섯번째

통합돌봄



‘2024년 경남형 희망나눔 통합돌봄 시범사업’은 지역 내 통합돌봄 체계구축을 위해 경상남도과 통영시가 함께 진행하는 사업으로 수행기관으로 본 복지관이 선정되어 24년 6월~ 12월(7개월) 진행됩니다. 사업대상은 구도심지역인 3개동(도천동, 명정동, 중앙동)의 노인, 장애인 등 돌봄이 필요한 1인 가구로 주거·일상돌봄·보건의료·서비스 연계 분야에서 지역주민으로 구성된 돌봄활동가의 활동을 통해 서비스가 지원되며 우리 지역 특성에 맞는 돌봄모델 개발을 통해 향후 통영시 전 지역의 돌봄 보장으로 확대될 수 있게 노력할 계획입니다.



5월 3일과 8일, 2회에 걸쳐, 후원자들에 대한 감사의 마음을 전달하기 위해 '참 좋은 동행점'에 찾아가 직원들이 작성한 손편지와 함께 피로회복제를 전달했습니다.

직원들이 작성한 손편지에는 일상 속에서도 긍정의 에너지를 잃지 않기를 바라는 마음과 언제나 감사하고 있다는 메시지를 담았습니다. 이러한 노력을 통해 후원자들의 지속적인 나눔과 실천이 지역사회에 어떠한 긍정적인 영향을 미치고 있는지 공유하였습니다.

「손편지와 피로회복제를 전달받은 참 좋은 동행점 대표님의 목소리」

TO. 참 좋은 동행점 대표님

일상 속에서도
스마일이 넘치시길 바라며
피로회복제를 전합니다.
맛있게 드시고,
언제나 감사합니다.

From. 도남사회복지관 드림.

도남사회복지관
Donam Community Welfare Center

「복지관에서의 작은 관심들이
큰 힘이 돼요.」

Happy Smile

「직접 찾아와서
손편지와 피로회복제를 주시다니
마음이 따듯해지네요.」

후원자님을 위한 피로회복제

「요즘 같은 때에 이런 관심과 배려를
받을 수 있어서 너무 좋아요.」

도남사회복지관은 지역사회와의 따뜻한 연결과 관계의 중요성을 강조하며 앞으로도 참 좋은 동행점, 자원봉사자, 후원자 등의 지역사회와 함께 성장할 것임을 다짐합니다.



도남직원들의 알쓸신잡



재활용 비닐 분리배출

이, 라면봉지는 비닐쓰레기?

라면, 과자 봉지
이제는 모두 재활용 쓰레기!



라면봉지는 스포트라이트까지 모두 재활용 대상입니다.
스포츠봉지는 깨끗이 씻어서 재활용쓰레기로 버려주세요.
과자봉지 또한 색상과 크기에 상관없이 모두 재활용
쓰레기로 버려주세요.
과자봉지 박지 잡기는 안됩니다.
쓰레기 선별 시 비닐은 바람에 날려 선별을 하는데
막지를 얹은 비닐은 선별이 불가능해요.

비닐은 재활용품으로 버리기

2024년 1월부터 시행되는 재활용분리
배출! 이제부터 비닐은 플라스틱과 함께
배출할 수 없으며 비닐은 비닐 수거함에
따로 버려주세요!

2024년 바뀌는 복지제도

2024년 바뀌는 복지제도

1. 공적급여(수급비)

2024년 기초생활 수급자 급여종류별 기준(단위:월/원)					
구분	1인가구	2인가구	3인가구	4인가구	5인가구
교육급여(50%)	1,114,223	1,841,305	2,357,329	2,864,957	3,347,868
주거급여(48%)	1,069,654	1,767,652	2,263,035	2,750,358	3,213,953
의료급여(40%)	891,378	1,473,044	1,885,863	2,291,965	2,678,294
생계급여(32%)	713,102	1,178,435	1,508,690	1,833,572	2,142,635

2024년도에 새롭게 변경되는 복지제도를
숙지하셔서 필요한 이웃들에게 안내하면
좋을듯합니다.

사상체질 특징과 건강관리 방법



체질에 따라 체형이나 얼굴, 식습관, 성격
등을 분석해 볼 수 있는데요! 자신의
체질에 맞는 건강관리방법을 알아보고
실천해 보아요!

탈모예방 자연요법



탈모예방에 좋은 자연요법들!
늘어나고있는 탈모인의 시대!
함께 지켜요 우리들의 소중한 머리카락

올바른 걷기 자세

• 올바른 걷기 자세



바르게 걷기는 발사이에 주먹이 들어갈 수
있을 정도로 간격을 유지하며 엉덩이와
아랫배에 힘을 주고 발이 안, 밖으로 가지
않게 11자로 유지하여 걷는 것으로 우리
몸에 무리가 가지 않게 걸을 수 있는 좋은
방법입니다.

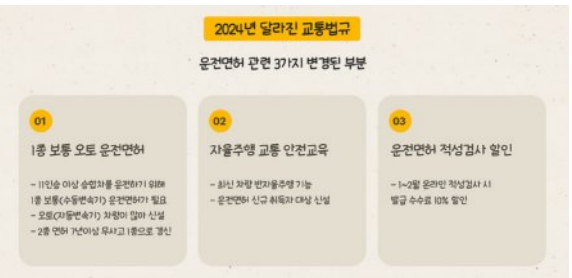
퇴직연금

퇴직 연금(2편)



‘희망하는 은퇴 나이 65세VS실제 은퇴
나이 75세’ 한 개인의 라이프 사이클은
크게 연령대별 4단계로 구분 각 단계별
맞춤형 투자설계가 이뤄져야 합니다.

2024년 달라진 교통법규



2024년 신규로 개정되는 차량(운전)관
련 교통법규에 대해 알아보는 시간을 가
지며, 개인이나 기관차량을 운전하고 다
니면서 범칙하지 않도록 유의할 필요가
있습니다.

유형별 살 빼는 법



‘나는 물살일까? 지방살일까?’ 수많은
다이어트 식품과 약이 쏟아져 나오지만
자신의 몸매를 유지하기란 쉽지가 않습니다.
내 살의 유형을 알고 거기에 맞게 건강한
유산소운동을 꾸준히 해보세요 작은 변화를
느끼실 거예요!

고양이의 식빵자세



고양이의 식빵자세 “왜 이러고 있지?” 양발을 몸 밑으로 쏙 숨기고 발이 실종된 엎드린 자세 ‘식빵자세’라고 합니다.

대부분 고양이들은 식빵자세를 자주, 오래 유지하고 있는데, 왜 이 자세로 있을까요?

1. 나는 휴식시간

좋아하는 장소에서 안정감을 느낀 상태에 식빵을 굽고 있어요. 특히, 신뢰할수록, 신뢰하는 공간일수록 더 자주 식빵자세를 취합니다.

2. 따뜻해요

높은 체온이 중요한 고양이는 춥거나, 주변이 싸늘할 때 식빵을 구우며 체온을 유지합니다. 몸을 따뜻하게 만들기 위해 식빵을 굽기도 합니다.

에너지 쓰임에 따른 성격 유형

성격 유형

머리형

가슴형

장형



miracle

에너지의 쓰임에 따라 성격 유형을 구분해 보는 방법으로 상대방이 틀린 것이 아니라 서로서로가 다를 수 있음을 이해해 보는 시간을 가졌으면 합니다!



신규직원 소개

앞으로 함께 할 새로운 직원들을 소개합니다!

홍선주



마을돌봄팀 안녕하세요. 경로식당 조리사로 일하게 된 홍선주입니다. 정성가득, 웃음가득 담은 건강한 밥상으로 어르신들과 함께 하겠습니다.

#경로식당조리사



원연식



마을돌봄팀 안녕하세요 마을돌봄팀 경로식당에서 조리사로 일하게 된 원연식입니다. ^^ 우리 어르신들의 눈과 입이 즐거운 건강하고 행복한 식사시간이 될 수 있도록 노력하며 경로식당에서 웃음이 떠나지 않도록 행복한 일터가 되도록 하겠습니다.

#경로식당조리사



김보영



마을성장팀 반갑습니다.^^ 노인 일자리 및 사회활동지원사업 담당자 김보영입니다. 앞으로 참여어르신들 자주 찾아뵙고, 소통하며, 항상 감사한 마음으로 맡은 업무 수행하겠습니다.

#노인사회활동지원



권인숙



마을공동체팀 안녕하세요. 1·3세대 통합 청춘마을학교에서 오감교실과 상상플 텃밭활동 프로그램을 진행하고 있는 권인숙입니다. 할머니선생님과 아이들이 함께 배우고 성장하며 건강한 웃음으로 하루를 보낼 수 있도록 하겠습니다.

#1·3세대통합 청춘마을학교



나정아

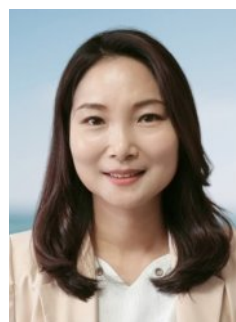


마을공동체팀 당산나무 복합문화공간에 위치한 어르신여가그가 마실놀이터에서 지역주민 누구나 자유롭게 놀잇감을 대여하고 매주 목요일 건강&힐링 프로그램을 강사와 함께 진행하면서 여가 문화공간을 어르신들과 함께 만들어 가겠습니다.

#어르신여가그가마실놀이터



이정미



마을성장팀 안녕하세요. 꿈꿈up 성장터 학습실에서 교육지도를 맡고 있는 이정미입니다. 아이들의 학습 수준을 파악한 것을 바탕으로 국어, 수학의 기초적인 인지학습 능력이 발전될 수 있도록 돕겠습니다.

#꿈꿈UP성장터



김수연



마을돌봄팀 안녕하세요. 희망나눔 통합돌봄 사업 담당자 김수연입니다. 돌봄활동과 분들 또는 대상자분들 에게 마음으로 관심을 기울려 서비스를 지원해 발전할 수 있도록 하겠습니다.

#희망나눔통합돌봄





무더운 여름 기력 회복을 위한 영양 가득한 음식

전복삼계탕

누구나 쉽게 만들 수 있는
정경화 영양사님과 원연식 조리장님의 레시피

삼계탕의 효능

면역력 강화

닭고기의 지방은 대부분 불포화지방산으로 이루어져 있어, 혈액순환을 돕고 면역력을 높여주는 효능이 있어요.

노폐물 배출

삼계탕의 마늘에 있는 알리신 성분이 강력한 살균 효과로 체내 염증 수치를 줄여주고 각종 유해 바이러스를 막아주며 체내 나쁜 노폐물 배출에 도움을 줘요.

피부미용

고단백 식품인 삼계탕은 지방 함량이 적어 담백하고 다른 육류에 비해 소화가 잘되며, 콜라겐 성분이 많아 피부 미용에도 도움이 돼요.



재 료

생닭, 전복, 한약재, 통마늘, 대추, 대파

삼계탕 만들기

- 1 닭은 기름기가 많은 부분은 먼저 제거를 한 후 끓여야 깔끔한 맛의 삼계탕을 드실 수 있어요. 특히 꽂지와 닭날개 끝부분을 필히 제거해 주세요.
- 2 닭의 기름기를 제거 후 안쪽의 핏덩이와 각종 이물질을 깨끗이 씻어 주세요.
- 3 전복은 살의 거뭇한 부분을 솔로 문지르면서 씻어 주시고, 껍질 부분은 굵은 소금을 묻혀서 솔로 구석구석 잘 닦아서 흐르는 물로 헹궈주세요.
- 4 재료 손질이 끝나고 나면 냄비에 닭이 잠길 정도로 물을 담고 닭과 재료(한약재, 전복, 통마늘, 대추)들을 넣고 30~40분 정도 푹 끓여 주세요.



큰활자로 보는 하반기 주요사업계획

7월

통합돌봄 발대식

담당자 허수원

● **프로그램만족도 및 주민욕구조사**

담당자 김경선

8월

MG새마을금고 냉방비지원사업 진행

담당자 차현정

● **뽐내는 마을전시관**

담당자 유동익

9월

뚝딱뚝딱 수리대장간

담당자 유동익

● **추석맞이 정 나눔데이**

담당자 김경선

● **마실 놀이한마당**

담당자 유상우

10월

꼼꼼UP 성장터 꼼꼼한 마을전시회 진행

담당자 박승아

● **뚝딱뚝딱 수리대장간**

담당자 유동익

● **지구를 지키는 페스티벌**

담당자 서효승

● **건강한 키칭데이**

담당자 김경선

11월

뚝딱뚝딱 수리대장간

담당자 유동익

● **마을로 찾아간 전시관**

담당자 김경선

● **소소한 일상 소중한 일상 공예작품 전시회**

담당자 김정숙

● **개관 30주년 나눔의 밤**

담당자 전직원

12월

동지팔죽나눔데이·행복산타

담당자 김경선

● **월드비전꿈꾸는 아이들3기**

‘8년간의 동행 마무리’

담당자 유상우

상반기 주요사업보고

정월대보름 부럼나눔 한마당

행복위원들이 스마일마켓에서 판매한 수익금으로 지역주민들을 위해 준비하는 행사입니다. 부럼세트를 준비하고 정월대보름을 맞이하며 지역주민들에게 건강과 안녕의 소원을 빌어주며 ‘정월대보름 부럼나눔 한마당’ 행사를 진행하였습니다.



행복 나눔 장터



통영수도센터와 연계하여 도남주공아파트 스마일마켓 앞에서 야채파лум이 나눔과 주민들의 욕구를 반영한 국산콩으로 만든 콩우묵 나눔행사를 진행하였습니다. 기후환경변화의 작은 실천으로 용기는 직접 집에서 가지고 나와서 함께 마시며 서로의 안부를 확인하고 소통하는 시간을 가질수 있도록 사전에 안내문을 배부하고 안내방송을 하였습니다. 참여 주민들도 작은 것부터 실천할수 있는 계기를 제공해 주었습니다.

사회복지 종사자 네트워크



지역 내 사회복지 종사자 8명이 정기적 모임을 참여하여 사회복지 관련 이야기를 나누며, 업무에 지친 몸과 정신을 회복하는 소진예방 활동을 통해 조금 더 원활한 복지서비스 제공과 소통의 장을 마련하여 사회 복지사로서의 삶의 질을 향상하고자 합니다. 매월 정기적 모임과 분기별 소진예방활동을 진행하고 있습니다.

어르신 여가그가 놀이터 ‘마실’



참좋은 동행점과 8곳과 연계하여 도남주공아파트 101동 스마일마켓 앞에서 지역주민들에게 반찬, 빵, 과자, 음료등을 한가득 만들어 나눔 행사를 진행 하였습니다. 작은 정성들이 모여 큰 기쁨을 주는 보람있는 시간이였습니다.

동백꽃 클래스

주 1회 금요일 14시부터 16시까지 그림그리기 교실이 진행됩니다. 마을선생님(박영희)의 재능기부로 진행되는 동백꽃 클래스는 그림그리는 활동부터 다양한 체험까지 학습자들의 욕구를 반영한 수업을 진행하니 만족도가 아주 높습니다. 16명 정원에 평균 13명 정도 출석하고 있으며 실력이 일취월장하고 있어 하반기에는 마을로찾아간 전시관을 진행할예정입니다.



세대통합 청춘마을학교

1세대어르신 '할미선생님' / 2세대담당자 '사회복지사' / 3세대 당사자 '유아기관 참여아동' 1세대부터 3세대까지 함께 어우러지며 다양한 체험 활동을 하는 청춘마을학교입니다. 올해 7개 기관들이 참여하여 120여명의 아동들이 방문하여 텃밭활동, 만들기 체험활동, 신체놀이 활동 등 회기별 주제에 맞춰 오감을 체험할 수 있는 활동을 진행하고 있습니다.



카네이션 정 나눔데이

어버이날을 맞이하여 미수휴먼시아 2단지에서 카네이션과 생필품 나눔 행사를 진행하였습니다. “자식들도 나를 안챙겨 주는데 이렇게 마음써주니 눈물이 날 정도로 고맙습니다”라고 인사를 전하는 주민이 있어 마음이 훈훈하였습니다.



열린청춘학교 - 한글교실 특별문화체험

국가평생교육진흥원과 통영시의 지원을 받아 진행되는 성인문해 교육은 한글을 모르는 분들에게 새로운 인생을 열어주는 디딤돌이 되는 사업입니다. 학습자들과 특별문화체험을 통해 어울리고 소통하면서 관계망을 돈독하게 하는 시간을 가졌습니다.

모두가 신나는 놀이터



지역 내 아동들의 놀 권리 증진을 위한 마을놀이터 프로그램입니다. 불특정 다수의 아동들을 대상으로 신체놀이 활동 및 체험활동을 진행하는 마을 놀이터와 지역 내 아동복지기관(지역아동센터, 다함께돌봄센터)들과 연계하여 함께 진행하는 여기모여 놀이터 프로그램으로 매월 1회 도남제2공원과 당산나무 복합문화공간에서 진행하고 있습니다.



경로식당&식사배달사업

지역 내 결식 우려가 있는 저소득 어르신들의 균형잡힌 식사제공을 위해 주 5회(월~금) 경로식당 운영 및 도시락 배달사업을 진행하고 있습니다. 중식제공과 더불어 안전확인과 정서지원 등으로 어르신들의 건강한 노후에 도움을 주고 지역사회 안전망구축에도 도움을 줄 수 있었습니다.

동백꽃 베란다 농부



혼자있는 외로움과 일상에서의 다양한 어려움을 작물재배 프로그램 참여를 통해 심리적 불안과, 스트레스 해소에 도움을 주고자 합니다. 직접 식물을 가꾸고 키우는 경험을 통해 성취감과 보람을 느끼며, 기초건강검진(혈당, 혈압)을 통해 자기관리가 이루어져 건강한삶을영위하는데 도움을주고자합니다.

명절맞이 정(情)나누기



설 명절을 맞이하여 우리지역에 도움이 필요한 이웃 80명에게 명절 음식과 선물을 전달 하였습니다. K-water통영수도센터, 참 좋은 동행점 4곳(통영식도락, 성림, 청원정육, 꽃시루)과 통영지역자활센터에서 풍성한 명절 음식을 준비해 주어 이웃에게 전달 할 수 있었습니다.

동백꽃 건강충전소



정신건강(우울증)과 만성질환으로 어려움을 겪는 65세이상의 어르신을 대상으로 하는 공동체 활동입니다. 인지재활프로그램, 기초건강검진(혈압, 혈당), 바르게 걷기 등의 다양한 신체활동과 태블릿 PC를 활용한 기억력 향상 운동으로 건강한 노후생활에 도움을 드리고자합니다.

어깨동무 네트워크 ‘나눔마을’

통영관내 어깨동무네트워크 나눔권역 산양읍,육지면,도천동,미수동,봉평동 지역민을 대상으로 주거환경 개선을 진행하였습니다. 하반기에는 주거환경 개선 및 나눔권역 경로당에 방문하여 소통 나눔활동을 진행하여 사회관계망 형성으로 지역내 안전망을 구축하고 지역사회 이웃간 소통에 도움을 주고자 합니다.



희망나눔 통합돌봄



통영관내 구도심 권역인 도천·명정·도천 3개동에 거주하는 노인, 장애인, 고위험1인가구, 퇴원환자 등 돌봄이 필요한 세대에 케어매니저와 돌봄활동가 9분이 주거·보건의료·일상돌봄·서비스연계 지원으로 지역특성과 주민욕구를 반영한 통영다운 통합돌봄 모델을 구축하려 합니다.



장애인활동지원사업

이용자들의 신체, 가사, 사회 영역의 활동지원 서비스를 제공하는 장애인활동지원사를 대상으로 매월 간담회를 진행하고 있으며 주 1회 방문을 통하여 활동점검 및 애로사항을 공유하고 제공일정표 배부 및 공지사항 안내를 하고 있습니다.

소소한 일상 소중한 일상



1인가구 중장년층들의 사회활동 참여를 위한 프로그램으로 자조모임을 통해 양말목 방식과 손뜨개질 수세미를 함께 만들어 하반기 나눔활동을 위한 준비를 하고 있습니다. 하반기에는 참여자들이 마을선생님으로 경로당에 방문하여 공예작품과 재능 나눔으로 함께 실천할 계획입니다.

경제적지원



한국수출입은행 난방비, 개인후원자 즉석밥, 적십자 병원 페렴무료접종, 통영관광개발공사 어버이날 스마일 나눔, 세이브더칠드런 ICT교육지원, 개인후원 라면 등의 다양한 후원으로 저소득 취약계층 이용자에게 전달 할 수 있었습니다.

도남사회복지관 후원자·자원봉사자 명단

[현금] (2024.1.1~2024.6.30)

강동림 강분애 강석주 강수연 강순희 강예나 강은빈 강지겸 강창우 강혜원 고정혜 공명숙 공윤주 공태원 공혜나 국민은행통영점 권수경 권순삼 권시는 권시준 권영학 김가람 김가영 김가온 김갑석 김경선 김경숙 김경숙 김광석 김광웅 김기선 김기철 김나윤 김노경 김단아 김대운 김도겸 김도성 김도영 김두선 김레아 김로아 김미자 김미화 김미화 김민규 김민영 김민지 김민창 김 별 김봉희 김셋별 김석금 김성련 김성옥 김수희 김시훈 김영남 김영세 김예강 김예원 김예주 김용우 김이든 김인숙 김정숙 김정현 김종옥 김중현 김지수 김지영 김지윤 김지현 김진성 김채운 김춘선 김태화 김한별 김한솔 김한준 김현길 김현철 김혜란 김혜림 김 환 김희진 나기석 남경연 노성진 노주아 대우소방공사 동백투어 류재식 문울림 문이순 박갑득 박건를 박명숙 박미옥 박설아 박성철 박소명 박순한 박승아 박시는 박시후 박영웅 박예안 박용식 박윤비 박점보 박 정 박정원 박주언 박찬울 박하영 변대운 변재수 변종태 서성록 서영우 서효승 성봉중 소예진 소우준 손미숙 송경영 송은혜 신서연 신소는 신외순 씨제이프리시웨이주식회사 아혜련 안다솜 안다울 양선정 양승만 양시온 양정훈 여호영 오임숙 옥태형 유소연 유연경 유위숙 윤경순 윤병웅 윤병철 윤선미 이강종 이나현 이덕희 이미리 이미숙 이성룡 이성림 이 수 이수진 이순자 이승찬 이승현 이쌍화 이예솔 이유경 이윤선 이은숙 이인우 이정민 이정현 이진용 이진화 이채은 이춘수 이춘희 이현아 이해림 이해수 이 호 이화영 임도현 임병철 임봉선 임서후 임성돈 임시는 임윤철 임지에 임화영 임희연 장석철 장하은 전상영 전창환 정기주 정덕순 정민호 정보배 정봉식 정부영 정삼근 정순정 정에지 정이우 정재익 정재현 정정빈 정종근 정주홍 정총식 정하람 정하린 정혜원 조광일 조길훈 조대현 조동수 조민정 조양우 조은선 조은숙 조재형 조정연 조정현 주수선 주순희 주은숙 주추희 지현서 지현아 최광호 최랑호 최문경 최삼림 최상률 최 시 최연옥 최영진 최예령 최우영 최윤정 최은열 최지혜 추동숙 추두연 추영진 추희준 통영이마트 한바빈 한희영 한효주 허수원 허정웅 허태석 홍영숙 황순현 황지영 황지희 황현자

[자원봉사자명단]

강수진 강영현 강정화 강현진 공혜나 구성모 구예림 김동완 김민제 김서연 김슬기 김재민 김전옥 박영빈 박영희 박주현 설용진 송연우 이다경 이형윤 전소민 정태준 정하연 제동우 이태경 김규리 배유빈 김태리

[참좋은 동행점]

연양본갈비죽림점 신한금융플러스 신세계주방그릇 세진의원 향토집 보성녹돈 걸망개식당 25시분식나라 바다와시인 무전한우 자연채식당 서울미용실 봉평삼계탕 농축협도남지점 도봉새마을금고 강복삼계탕 고봉민김밥죽림점 한마음식당 송화집 GS25통영문화점 바다정보통신 한려식당 미수주공어린이집 충무어린이집 전원새움어린이집 이삭어린이집 통영관광개발공사 안정어린이집 도남사회복지관어린이집 블루핸즈봉평점 통영농협하나로마트북신점 고봉민김밥무전점 통영IC충전소 카페0126 거북선꿀빵 한일식당 도담어린이집 봉평우체국 CU도남사랑점 BRILLANT GS25통영온화점 고려당도남점 달라스도남점 낙원찜 GS25통영유수안점 영재어린이집 리틀영재어린이집 성림 서피랑떡볶기집 엔젤어린이집 가구를만드는사람들 블랙제빵소동호점 스카이라인루지통영 통영시청어린이집 이슬어린이집 천사꽃집 1990후 뚜레쥬르한진로즈힐점 스카이마트도남점 통영루지김치쌈 빵굽는아빠 뉴그린마트 고바우식당 떡시루 123삼계탕 피앤아이소프트 당포구스토 엔젤유치원 인디자인 통영식도락 언제라도봄 훈이정육점 해다언어업회사 동원해물천국 하애스디저트하우스 산청침낭면 공이점이클라이밍집 성민유치원 먹자골목 청원정육 컴포즈 도남점 정아실비 심가네 해물짬뽕 린스킨앤바디 고양이회관 소매물도 송도회시장 브라운핸즈 마실 설맥통영죽림점 스피드모터스 재은호 코카모메 406고깃집 GS25통영미동점 압구정화로구이죽림점 현승엘리베이터 원광대권도 꽃시루 수잔요가

노인사회활동지원사업 발대식

2024년 1월 노인사회활동지원사업 참여자 275명은 통영리스타트플랫폼에서 노인일자리 활동을 시작하는 발대식을 진행하였습니다. 이번 발대식을 통해 노인일자리사업 안내 및 각 사업단 소개와 안전교육이 이루어졌으며 어르신들의 활기차고 건강한 활동을 위한 발걸음을 내딛는 시간이 되었습니다.



노인일자리 문화활동



도남사회복지관 노인일자리 참여자 191명은 5월 16일, 17일 이틀에 걸쳐 울산 장생포 고래문화특구를 방문하여 고래박물관과 고래생태체험관을 둘러보며 울산 고래잡이 문화를 탐방하였습니다. 또 화창한 봄날, 일상에서 벗어나 다양한 체험프로그램에 직접 참여하는 경험을 하며 참여자 간 친목 도모의 시간을 가졌습니다.

꼼꼼UP 성장터

도남사회복지관에서는 복권기금지원사업의 일환으로 느린학습아동들을 위한 맞춤형 지도 및 지원프로그램을 진행하고 있습니다. 느린학습 아동들을 4명을 대상으로 개별 단계에 맞는 1:1 학습지도 및 다양한 특별활동을 통해 학습동기를 부여로 학습능력을 향상시키며 긍정적인 또래관계를 형성하고자 합니다.



시골벽적 나눔 한마당

‘마을에 모여, 보고, 구경하장(場)’라는 슬로건 아래 도봉새마을금고 ESG운영단, 통영시니어클럽 후원 및 봉평동행정복지센터, KBS 아트비전 거제 미용화원, 숲 자전거, 종합전자전기수리, 뽕내는 사진 동아리 참여로 다양한 놀거리, 볼거리, 먹거리를 제공함으로써 지역 주민들의 자발적 참여를 통해 이웃과 함께하는 교류의 장을 마련하고 환경과 나눔의 가치를 확산으로 정이 넘치는 시골벽적한 나눔 문화 생활공동체를 형성하고자 하였습니다.

2024년 갑진년 떡국 드시고 값진 한 해 되세요



설 명절을 앞두고 지역 내 참 좋은 동행점에 방문해 명절 인사와 스마일 복주머니에 담겨진 떡국떡을 전달하며 감사의 마음을 전달하는 시간을 가졌습니다.

뽕내는 마을 전시관

통영의 다양한 볼거리, 일상생활의 사진들을 모아 당산나무 복합문화공간에서 뽕내는 사진 전시회를 열었습니다. 주민들이 생활 속에서 문화를 공유하고 향유 할 수 있는 장(場)을 마련 참여하고 즐기는 주민 참여형 생활문화공동체를 형성하고자 하였습니다.

기억속의 숨은 이야기 찾기



도남사회복지관은 마을 어르신들의 이야기를 엮어 이야기 책으로 만드는 활동을 위해 매주 화요일 데 메 경로당에 방문해 인터뷰, 레크레이션 등 다양한 활동들을 진행하고 있습니다.

똑딱똑딱 수리 대장간



매월 둘째주 목요일 봉평동 당산나무 복합문화 공간에 지역 주민들의 일상생활에 필요한 다양한 수리(시계, 선풍기, 자전거, 화분, 손톱 등) 활동으로 이웃 간의 소통의 장을 마련하고 생활복지공동체를 형성하고자 하였습니다.

마을을 마을답게 마을로 나온날

매월 1회 복지관이 마을로 나갑니다. 우리마을 안에서 우리마을 지역민들을 만나며 소통하는 시간을 마련하기 위해 마을로나온날 프로그램을 진행 합니다. 마을로 나온날 프로그램은 나눔·체험·소통이 있는 프로그램으로 우리마을 지역민이라면 누구나 참여 할 수 있습니다.



도남사회복지관

Donam Community Welfare Center

경상남도 통영시 발개로 153

Tel 055-645-0645 Fax 055-641-0645

<http://www.donamswc.or.kr>

E-mail : donam-swc@hanmail.net



<http://facebook.com/donamswc0521>



<http://band.us/@donamswc>(도나우리)



donam_swc