

2020 총합

세 마장

세상의 중심
마포에서
장애인을 외치다!



마포장애인자립생활센터
www.mapoil.kr

Contents

2020년 마포장애인자립생활센터를 되돌아보며

센터장님 인사말	3
집단동료상담 「어울림」	4
개인별 자립생활기술훈련 개별ILP	6
집단자립기술생활기술훈련 소그룹ILP(사진모임, 체육모임, 틈틈배움)	7
개별권익옹호	11
2020 마포!	12
내가보안관	13
주거119(쾌적한 보금자리, 주거편의시설)	15
도도한 내가 아름답다	17
장애인활동지원서비스	18
자립생활주택	20
김장나눔행사	22
마을축제, 코로나 방역	23
후원안내	24

발 행 인 : 김동희
발 행 처 : 마포장애인자립생활센터
발 행 일 : 2020. 12.
주 소 : 서울 마포구 월드컵로 190 이안상암2차 206호(성산동)
전 화 : 02-337-6150
팩 스 : 02-337-6181
홈페이지 : www.mapoil.kr
인 쇄 처 : 한양애드(02-2279-0814)



세마장을 펴내며...



김동희 센터장
마포장애인자립생활센터

어느새 12월 중순에 접어들어 나뭇잎은 떨어지고, 사람들의 옷은 얇은 옷에서 두꺼운 옷으로 갈아입는 계절이 돌아왔습니다.

올 해 초 불어닥친 코로나의 여파로 인하여 여러분 모두 힘든 시간을 보내고 계신 줄 알고 있습니다.
그럼에도 불구하고 마포장애인자립생활센터에 관심을 갖고 계시는 여러분들께 머리 숙여 깊은 감사의 말씀을 드리지 않을 수 없습니다.

저희 센터도 휴관을 하는 때도 여러번 있었기 때문에 전체 일정 중 5개월 정도 소극적으로 사업을 운영할 수밖에 없었습니다. 때문에 거주시설연계사업은 올 한해 한 번도 진행하지 못하는 결과를 얻을 수밖에 없었습니다.

그러나 비대면 가운데도 틈틈이 사업을 진행하여 오늘의 결실에 이르게 되었습니다.
우리 모두는 마스크를 벗고 사람들을 만나 이야기하는 세상을 다시 만나게 될 것이며, 여럿이 모여 웃고 떠드는 세상이 다시오면 다시는 생활시설에서 사는 것이 아니라 거리에서 친구를 만나 차를 마시고 재미있는 이야기를 나눌 수 있는 사람이 될 수 있도록 마포장애인자립생활센터가 힘껏 그들을 도울 것입니다.

그런 살맛나는 세상을 위해 어렵고 힘들지만 매일 매일 열심히 일하는 것이라고 생각하며, 오늘도 서류를 넘깁니다.
우리 모두 함께 이 어려운 시기를 이겨냅시다.

밝아오는 2021 신축년에도 마포장애인자립생활센터에 많은 지지와 후원부탁드립니다.
신축년 여러분들의 가정에 행복과 건강이 함께 하길 기원하며 새해 복 많이 받으세요.

감사합니다.



집단동료상담『어울림』

지난 8월 5일부터 7일까지 2박3일 가평에 위치한 클로버리조트에서 집단동료상담 “어울림”을 진행했습니다. 코로나19로 외부활동도 힘들어지고 많이 위축되었던 발달장애인들이 활기를 찾는 계기가 되었습니다.

체험프로그램 중에서 식재료를 구입하기 위해 시장을 보고, 팀별로 요리를 해서 맛을 평가해보고, 팀워크도 발휘할 수 있는 기회를 통해 서로를 이해하게 되고, 평소 몰랐던 모습들을 보면서 참여자들이 친해지는 계기가 되었습니다.

특히, 올 3월부터 자립생활을 하고 있는 강미숙 참여자의 일상생활의 모습과 인터뷰 영상을 통하여 자립에 대해 이해할 수 있는 시간이 되었습니다.

또한 자립주택에 거주하고 있는 정솔 입주자는 작년에 종이접기 초급자격증을 따고, 올해 종이접기 사범과정을 배우고 있는데, 미래의 꿈이 강사라고 해서 그간 배운것들을 보여줄 수 있는 강의시간을 마련하여 강사로서의 새로운 모습을 볼 수 있는 기회가 되었습니다. 참여자들도 강의를 잘 한다며 정솔씨의 꿈을 응원했습니다.

- ① 식재료를 사기
- ② 음식만들기
- ③ 요리콘테스트
- ④ 종이접기
- ⑤ 수료식
- ⑥ 단체사진

“종이접기 강사가 되고 싶어요”

정솔(자립주택입주자)

종이접기를 배운지 2년째인데, 작년에는 종이접기 초급과정 자격증을 따고, 올해부터 사범자격증을 따기 위해 노력을 하고 있는데, 중간에 힘이 들어서 게을리 하기도 했습니다.

종이접기를 하면서 친구들과 같이 했으면 하는 생각도 해보고, 친구들과 같이 하면 내가 잘 알려줄 수 있을지 걱정도 되기도 했습니다.

동료상담 때 종이접기 강사를 하고 싶다고 말하니, 강사가 되려면 강의안도 짜 보아야 한다고 해서 센터에 나와서 타자 연습도 하고, 표 그리는 연습도 하면서 내가 왜 강사가 되고 싶은지 생각할 수 있는 시간을 갖게 되었습니다. 생각하면 할수록 ‘내가 잘 설명할 수 있을까? 친구들에게 친절하게 대할수 있을까? 내 설명을 친구들이 못 알아들으면 어떻게 하지?’ 걱정만 늘어났습니다.

내가 너무 많이 부족하다는 생각 뿐 어떠한 것들을 준비해야 할지 몰랐습니다. 주위에 조언을 들으면서 강의를 해보겠다는 생각이 들었습니다. 앞으로 강의를 하려면 사람들 앞에서 설명할 수 있는 능력이 필요하다는 생각이 가장 먼저 들면서, 나에게는 센터에서 마련해 주는 좋은 기회인 것 같았습니다.

이번 집단동료상담에 참여하는 분들을 생각하면서, 어떤 강의가 좋을까? 어떻게 설명을 해야 할까? 고민하면서 많은 것을 깨달을 수 있는 시간이었습니다.

앞에서 가르치는 것이 부담스럽지만, 이 또한 내 꿈에 조금 가까이 다가갔다고 생각합니다.

강의 후에 많은 칭찬을 해주셔서 더 힘이 났습니다.

2020년도는 가장 기쁘고 행복했던 시간들이었습니다.

앞으로도 함께 지켜봐주시고 많은 사람들에게 좋은 강사가 될 수 있도록 노력하겠습니다.





개인별자립기술훈련 개별ILP

올해 개인별자립기술훈련 개별ILP에 강미숙님과 김준님, 이재형님께서 참여하셨습니다.

올해 자립생활을 시작한 강미숙님은 ‘음식 만들기’ 프로그램에 참여하여 본인이 직접 음식의 레시피를 작성하고 음식 재료도 스스로 구입하여 음식을 만들며 자기결정과 금전관리의 방법을 체험하였습니다. 안먹어 본 음식에 대해서는 먹지 않는 습관이 있어 ‘맛 집 체험’을 통해 음식에 대한 선입견을 없애고, 건강한 식단을 만들 수 있는 체험을 하였습니다.

강미숙님
음식 만들기



학습욕구가 높은 김준님은 학습프로그램을 통해 글쓰기와 숫자쓰기 공부를 열심히 연습하고 학습스티커 붙이 기를 하며 “내가 했어요”하며 본인이 공부한 것을 보여주며 자랑했습니다.

김준님
학습프로그램



독거 생활을 하는 이재형님은 편의점 인스턴트 식품으로 식사를 해결했는데, 집밥이 그립다고 요리강습 프로그램에 참여했습니다. 평소 먹고는 싶었지만 조미료가 강한 식당 밥보다 본인의 취향에 맞는 음식을 고르면 요리강사가 레시피를 작성하여 똑같이 해보는 연습을 통해 집에서도 먹고 싶은 음식을 만들게 되어 기쁘다고 했습니다. 인스턴트 음식보다는 시장을 보거나 조리를 하는 과정이 시간이 걸리고 귀찮지만 건강을 위해서는 필요한 과정이라고 하셨습니다.

이재형
요리강습
프로그램





소그룹 자립생활기술훈련-사진모임

이선우 참여자 : 사진 액자를 거울 위에 올려놨는데 우리 딸이 보더니 “오 엄마! 괜찮네, 봐줄만 하네” 딸에게 인정받는 말을 드려서 행복했어요.



박상익 참여자 : 코로나19에 다양 한 곳을 못가서 아쉬웠는데 관내 그냥 지나치기만 했던 곳을 다시 둘러보고 자연을 보면서 힐링하는 시간을 가져서 즐거웠습니다. 전보다 사진 찍는 것이 즐거웠고 저도 요령이 생긴 것 같아요.

유은자 참여자 : 출사 장소에서 꽃을 봤을 때 우리 시어머니가 생각났어요. 시어머니께서 건강하셨을 때 꽃을 보고 사랑스러운 표정을 지었던 기억이 떠올랐습니다.



사진모임 전시회

2020년 11월 13일 마포구의회 1층 다목적실 앞로비 어울림마당에서 사진모임 전시회를 진행하였습니다.

참여자가 직접 사진을 선별하고 제목을 정하여 20점의 사진들을 전시하였습니다. 구청에 볼일이 있어서 방문하셨다가 전시회 사진을 보시고 놀라워 하시며 촬영 실력에 감탄하였습니다.





소그룹 자립생활기술훈련-체육모임

참가자 소감문

안녕하세요. 저는 마포센터에 자주 놀러오는 박상익이라고 합니다.

저는 이번 탁구교실을 참여하면서 처음으로 탁구를 접하게 되었습니다.

코로나19로 인해서 심심하고 따분한 일상에 기분 전환을 할 수 있는 것을 찾다가 센터에서 탁구를 한다고 해서 호기심에 참여하였습니다.

처음에는 제가 잘 하는 보치아, 슬런에 비해 힘조절이 어려웠습니다.

탁구공이 하늘을 날아가고 참여자들이 로켓이라고 말 할 정도로 공이 제 마음과 같이 움직이지 않았습니다.

하지만 선생님이 친절하게 가르쳐주셔서 올 때마다 기분도 좋았고 실력도 늘어난 것을 느꼈습니다.

오늘 마지막 수업을 하면서 저도 스스로 공을 전보다 전문가처럼 칠 수 있는 것을 배웠습니다.

제 실력이 처음에 0점이었다면, 지금은 10점 만점에 6점이라고 생각합니다.

내년에는 7점 이상이 될 것이라고 생각합니다.

이전에는 공 움직임이 보이지 않았는데 이제 공도 보이고 다른 곳도 보이는 여유도 생겼습니다.

내년에도 꼭 탁구교실을 참여하고 싶습니다.

감사합니다.





탁구 강습을 마치며



선미경 탁구강사

마포센터 탁구교실을 찾아준 장애인 회원들과 첫 미팅을 하던 때가 생각나네요. 탁구로는 장애인분들과 처음으로 호흡을 맞춰보는 거라 어떻게 코치해야 우리 회원분들이 즐겁게 잘 칠 수 있을까?

또 코치하는 대로 잘 따라와줬으면 좋겠다며 설렘 반 기대 반이었습니다.

첫 미팅 시 테스트해본 결과 그동안 배운 탁구를 꾸준히 쳐 왔더라면 기본자세가 잘 유지되어 자세가 좋게 나왔을 텐데라는 아쉬움과 서브나 어떤 자세를 가르쳐주고 시켰을 때

잘 안되면 금방 포기하려는 자세, 탁구는 혼자 하는 운동이 아닌 둘이나 넷이서 하는 운동으로 회원들끼리 서로 맞춰주는 자세도 중요한데 그것이 조금 부족하다는 걸 알았습니다.

따라서 기본자세를 중심으로 장애유형에 따른 개인별 맞춤 레슨과 1:1 개인지도를 하게 되었는데 느리지만 천천히 자세 교정을 시도하였고 원하는 자세가 나오면 칭찬과 격려를 아끼지 않았습니다.

그러다 보니 처음에 잘 안 나오던 스윙 자세도 가끔씩 나오고 상대에 맞춰 랠리가 될 정도로 향상된 모습과 가능성을 보고 뛸 듯이 너무나 기뻤습니다.

탁구라는 운동이 처음 배울 때는 자세 잡는 것이 어렵고 공도 원하는 곳으로 잘 안 쳐지니 실수도 하게 되는데 그 실수를 잡으려고 반복적으로 말하고 교정하다 보니 우리 회원들 중 그래서 내가 탁구를 안 하려고 한다며 힘들어 하는 모습에 그만두면 어쩌지 살짝 염려스러운 분도 있었는데, 다행히 수업이 진행될수록 기본자세도 잡히고 움직이지 않고 치던 자세도 움직이면서 치니 빠른 공도 다룰 줄 알게 되면서 자신감을 보여 좋았습니다.

우리 장애인 회원분들과 탁구를 같이 치면서 느낀 점은 포기하지 않고 노력하는 자세와 꾸준히 나와서 주어진 시간 만큼은 열심히 한다는 것에 감동받았습니다. 비장애인들조차 운동하려 가기 전 갈까 말까 고민하는 모습과 실제 수업을 빠지기도 하는 걸 많이 봤는데 꾸준한 열정이 향상된 좋은 결과로 나타나지 않았나 싶습니다.

회원들끼리 웃으며 친목도 다지고 스트레스 해소와 혈액순환 개선, 불면증, 근력 강화효과, 시력 개선 및 공을 예기 저기로 줘야 하고 머리를 써서 게임을 해야하기 때문에 치매 예방에도 많은 도움이 되는 탁구를 시작했으니 능숙하게 잘 칠 때까지 앞으로도 꾸준히 연습했으면 합니다.

코로나 단계가 올라가면 잠시 쉬다가 내려가면 다시 하고 그랬는데 이렇게 무사히 잘 끝나서 다행입니다. 이제 서로 익숙해져서 호흡이 척척 맞으려 하니 끝나서 아쉽지만 다음을 기약하며 몸이 기억하도록 배운 동작들을 열심히 집에서 익혀보세요. 다시 탁구를 시작하다 보면 몸이 그 동작을 기억해 내어 재밌고 즐겁게 칠 수 있을 겁니다. 그때까지 건강하게 잘 지내시길 바랍니다.



소그룹 자립생활기술훈련-틈틈빼움

공부도 하고, 숙제도 하고
좋았습니다.
내년에는 동화책을
배우고 싶어요.

박혜란 참여자



한글공부가 재밌어요.
색칠공부도 재밌어요.

김준 참여자



강미숙 참여자



내년에는 숫자공부도
하고 싶어요.
지금 선생님이 너무 좋아요.

박경미 참여자



한글공부가 더
배우고 싶고 내년에도
배우고 싶어요.





개별권익옹호 사례관리

강*근 님은 2018년 거주지(SH성산아파트)가 화재로 인해 전소되어 2019년부터 재난관리본부를 통해 도움 받은 임시거주지에서 최근까지 생활한 분이십니다. 임시거주지는 원 거주지보다 시설이 매우 열악하여 작년 겨울에는 추위를 유일하게 후원받은 겨울텐트와 이불 1채로 생활을 하였습니다.

SH아파트와 보험사 간의 분쟁으로 인해 본거주지 이동을 해야함에도 불구하고 2년동안 이루어지지 않아 정상적인 주거활동이 불가능한 상황을 올해 개별동료상담을 통하여 알게 되었으며 마포센터에 주거문제 도움을 요청하셔서 개별권익옹호활동을 진행하였습니다.

사례관리팀을 구성하여 사례회의 및 마포주거복지센터에 자원연계도 하였으며 관할 동 주민센터에도 강*근님의 상황을 전하여 도움을 요청을 하였습니다. SH아파트에도 몇차례 찾아가 강*근님의 입장을 대변하는 등의 3개월에 걸친 사례관리 및 권익옹호활동을 진행하였습니다.

그 결과 SH아파트 측에서 원거주지 이동을 인정하였으며 저희 센터는 주거문제 해결에 그치지 않고 강*근님의 편의를 위해 나누리사회적협동조합(마포나눔봉사회)과 함께 원 거주지로 무료이사지원을 진행하였습니다. 또 전소로 부족한 가구인 책상 및 테이블을 후원하였습니다.

앞으로도 마포센터는 관내 지역 장애인의 권리옹호를 위해 앞장설 것입니다.





'2020 마포'에 대한 짧은 생각

김동희 마포장애인자립생활센터 센터장

1. 서론

마포장애인자립생활센터의 많은 사업들이 주로 발달장애인의 자립을 돋고자 노력하고 있습니다. 동료상담을 통한 당사자의 어려움을 듣고, 공감하면서 필요한 프로그램을 할 수 있도록하는 매우 중요한 일을 하고 있습니다.

또한, 훨체어 청소와 이불빨래를 해 주는 것을 통하여 개인의 건강과 안전을 위해 일하고 있습니다. 음식점이나 카페는 물론이고 이면도로, 버스정류장에 이르는 편의시설을 점검하여 장애인의 이동권 확보를 위해 일하고 있는 점 또한 저희 센터에서 하는 일이라고 할 수 있습니다.

2. 본론

마포구 의회 의사록을 모니터하여 우리 생활 가운데 필요한 조례 중 차별적 조항은 없는지, 어떤 사업에 예산이 적절하게 사용되었는지를 꼼꼼하게 살펴보는 것이라 하겠습니다.

마포구에는 18명의 구의원이 있고, 운영위원회, 복지도시위원회, 행정건설위원회가 설치되어 각 부분에 맞는 의사록이 작성되어지고 있습니다. 각 위원회에 흩어져 있는 의사록 전체를 모니터하고 각 의원들이 얼마만큼 장애인 관련 질의를 했는지 살펴보고 질의한 의원이 질의를 맞게 했는지도 따져보는 일입니다.

회의록을 살펴보던 중 AAC마을 사업이 눈에 뛰었습니다. AAC 사업은 의사소통이 어려운 뇌병변장애인이나, 발달장애, 실어증, 치매노인 등 의사소통이 어려운 사람들을 위해 개발된 것으로써 자신의 의사를 전달하기 위한 도구입니다. AAC마을을 만들기 위해 AAC기기를 선정된 곳에 배포하는 등의 노력을 하고 있습니다. AAC가 배포된 곳에 직접 찾아가 보았고 사용빈도를 조사해 보니 아직은 배포 초기이다 보니 활용하는 사람이

적은 것을 알 수 있었다. AAC는 배포하는 것이 중요한 것이 아니라 교육과 홍보가 얼마나 되느냐가 성공의 성패를 좌우한다고 해도 과언이 아닐 것입니다. 찾아 가본 곳 중 한군데는 AAC가 무엇인지 모르고 있을뿐 아니라 어떻게 사용하는지 알지 못하는 등 사업 초기의 실수가 보이기도 했습니다.

3. 결론

AAC를 통해 언어 능력이 부족한 사람에게 도움이 되고 싶은 마음은 충분히 이해하지만 교육과 홍보가 제대로 되지 않을 경우 쓸모없는 것이 되어버릴 수 있기 때문에 좀 더 세심한 주의를 기울여야 할 필요가 있습니다. 또한, AAC를 제대로 사용하기 위해서는 단어의 개수를 확인하고 연구개발을 해야 할 필요성이 있어 TFT를 만들어 꾸준히 연구 개발해야 할 것입니다. 아울러 AAC가 활용될 수 있도록 주변에서도 많은 도움이 필요할 것입니다.



최우수 의원상을 수상한 김진천 의원님



마포구의회 의정활동 모니터링 토론회



내가보안관



내가보안관 모니터링 요원활동

2020년은, 지난 몇 년간 마포장애인자립생활센터에서 장애인 접근성 및 이동권 증진을 위한 내가보안관 모니터링 활동을 하며 개선 요구 사항들이 이루어졌는지, 유지되고 있는지에 대한 모니터링 활동을 재점검하였습니다.

내가보안관 사업은 마포구 내 주민센터·공공 화장실, 핫플레이스, 지하철역 인근 버스정류장 등 모니터링 활동을 통하여 장애인 편의시설 점검을 장애인 당사자 모니터링 요원과 함께 매년 진행했습니다. 올해는 그동안 모니터링 했던 곳을 재점검해보고 개선이 필요할 경우 유관기관에 다시 시정요구하였습니다. 총 마포구 내 주민센터(16곳), 공원 및 민간개방화장실 35곳, 식당 및 편의시설 61곳, 버스정류장 9곳 등 총 105곳을 모니터링 한 결과 민간개방화장실 7곳에서 휠체어 장애인이 화장실을 이용할 수 없음을 확인하여 마포구청 청소행정과에 시정 의견서를 제출하였습니다.

앞으로도 내가보안관 사업을 통하여 장애인의 이동권, 접근권 뿐만 아니라 정보접근, 문화예술, 체육활동 등 장애인 차별금지 및 권리구제를 위한 모니터링 활동을 진행할 예정입니다.

마포센터는 편의시설 모니터링 점검 뿐만 아니라 더 나아가 타기관과 협력하여 마포구 유니버설 업소를 찾아 장애인접근이 가능한 업소를 발굴하였으며 2019년은 22곳, 2020년은 20곳 발굴하여 장애인들의 편의성 및 접근성을 높이려 노력하고 있습니다.

서울관광재단 유니버설인증업소
현판과 책자





관광 특화에 걸맞는 편의시설 확충 필요

임종호 모니터링요원

안녕하세요. 내가보안관 모니터링 요원 임종호 입니다.

저는 횟수로는 세 번째 이 사업의 모니터링 요원으로 참여하여 버스정류장 및 식당 등의 모니터링을 해왔습니다. 전부터 장애인 편의시설에 관심이 있어 개인적으로도 성산동우체국이나 성산일교 등의 장애인 통행이 불편한 곳을 직접 개인적으로 건의하며 관심을 가져오다가 마포센터 장애인편의시설 모니터링 요원을 하게 되어서 상당히 기쁩니다.

제가 쭈욱 이 사업을 참여하면서 마포구를 지켜보니 아직도 훨체어나 실버카가 접근 가능한 곳이 턱없이 부족하였습니다.

그래서 올해는 전에 점검했던 곳을 다시 돌아보는 시간을 가졌는데 눈에 띠는 변화는 아니었으나 몇 년 전보다 편의시설이 늘어나고 접근 가능한 버스정류장도 늘어남을 몸소 느낄 수 있었습니다.

마포구는 관광이 특화된 구임에도 불구하고, 아직 장애인 당사자들이 접근 가능한 곳이 한정되어 다양한 식당 및 관광시설을 접근하기 어려우며 화장실도 아직도 너무 불편합니다. 조금만 더 장애인들, 나아가 모두가 이용할 수 있는 시설이 많아짐을 기대합니다. 그리고 저도 모니터링 요원을 꾸준히 하며 장애인 편의시설이 필요한 곳을 발굴하고 장애인 당사자의 목소리를 낼 수 있도록 힘을 실을 수 있도록 노력하겠습니다.





쾌적한 보금자리

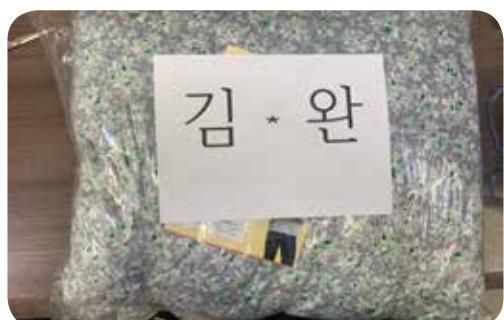
신*순님

저는 시각장애로 일상생활을 하는데 도움이 없으면 어느 하나도 할 수가 없는 상황인데 특히나 세탁기 사용은 점자로 되어있지 않아 도움을 받아야 합니다. 세탁기로 이불빨래를 해도 위생에 신경이 쓰였는데 좋은 기회에 이런 서비스를 받게 되어 쾌적하게 지낼수 있어서 좋아요. 만져보니 깨끗함이 느껴지고 향기도 좋네요. 고맙고 감사합니다.



김*완님

저는 지금 사정이 안좋아 원룸텔 같은 곳에 있는데 그러다보니 이불세탁이 제대로 이루어지지 않아서 항상 있던 이불을 그냥 사용했는데 이번 이불세탁 서비스로 코로나19에 겹나는 상황에 소독된 이불을 받아서 너무 좋았고 위생이 좀 더 나아지는 기분입니다. 잠도 잘 올 것 같아요.



세탁물수거작업



세탁업체전달



주거편의시설 지원 소감

박*옥님

전에 있던 전등리모콘은 너무 노후되어 전혀 반응을 하지 않았는데, 주거119 사업에서 전등리모콘을 지원받게 되어 설치하였는데 지금은 편하게 전등리모콘을 이용하고 있습니다. 저는 전동휠체어를 사용하기 때문에 집에서 휠체어를 사용하고 있지 않을 때 많은 불편함을 겪는데 리모콘이 있음으로 상당히 편리해졌고 리모콘만 바꿔주신 것이 아니라 전등도 더욱 밝은 LED 등으로 교체해주셔서 십여년 넘게 있던 집이 새 공간이 된 기분입니다. 정말 고맙습니다.



이*진님

저는 지체장애가 심하여 대개 평상시 외부활동은 스쿠터를 타고 다닙니다. 아들과 둘이 살고 있지만 아들이 출근하고 나면 혼자서 빨래를 널고, 걷고 하는 것이 불편했는데 전동빨래건조대는 상하로 조작을 할 수 있어 편하게 집안일을 하고 있습니다.

감사합니다.





도도(陶道)한 내가 아름답다

올해로 2년째 맞이하는 가죽공예교실은 참여자들이 직접 디자인, 커팅, 염색, 바느질을 통해서 퀄리티 있는 작품을 만들기 위해 노력한 한해였습니다.

설레이는 마음으로 11월 13일 마포구의회 1층 다목적실 앞 어울림마당에서 전시회를 개최하였습니다. 코로나로 인해 많은 분들이 관람할 수는 없었지만 작품을 사고 싶다는 문의가 올 만큼 호응이 좋았습니다.





활동지원서비스란?

신체적·정신적 장애 등의 사유로 혼자서 일상생활과 사회생활을 하기 어려운 모든 장애인에게 활동 지원급여를 제공함으로써 자립생활과 사회참여를 지원하고 그 가족의 부담을 줄임으로써 장애인의 삶의 질 증진 목적으로 합니다.

2021년 장애인활동 지원제도 무엇이 달라지나요?

장애인활동 지원에 관한 법률에 의거하여 장애인 활동지원 수급자가 65세 이후 장기 요양보험 수급대상으로 전환됨에 따라 급여량이 감소하는 경우가 있어, 65세 이후라고 하더라도 사회활동이 어려운 경우 급여 신청이 가능하도록 2021년 1월 1일부터 시행 합니다.

활동보조서비스 신청안내



장애인

- **신청자격** : 만6세 이상 만65세 미만의 자로 혼자 일상생활과 사회생활을 하기 어려운 [장애인복지법상 모든 등록 장애인]
- **신청방법** : 관할 주민자치센터 신청서 작성, 국민연금관리공단 심사
- **이용방법** : 센터방문 및 전화로 가능
- **이용시간** : 활동지원급여 내역에 따름
- **이용요금** : 수급자 무료, 차상위 · 일반은 복지부 규정에 따름

장애인활동지원 서비스 활동지원사

- **신청자격** : 만18세 이상 결격사유가 없으면 가능함
- **신청방법** : 센터방문 후 신청서 작성
- **제출서류** : 이력서, 수료증, 주민등록등본, 통장사본, 건강진단서(3개월 이내)
- **근무시간** : 시간제 근무
- **복리후생** : 사회보험, 배상보험, 퇴직금, 장기근속수당, 기타 복리후생

활동내용

- **신체활동지원** : 개인위생관리, 신체기능 유지, 식사도움, 실내이동
- **가사활동지원** : 청소 및 주변정돈, 세탁, 취사 및 식사
- **사회활동지원** : 등 · 하교, 출 · 퇴근, 외출지원
- **기타활동지원** : 정서지원 등



활동지원사 보수교육

코로나가 잠잠 해지던 8월, 10월 활동지원 제공인력 보수교육이 있었습니다.

기본서류 작성법, 장애인식개선 교육과 더불어 '안전'이 중요시 되는 지금, 안전하고 건강하게 서비스를 제공할 수 있도록 장애유형별 재난 대응 방법, 근골격계질환 예방 및 관리 교육을 했습니다. 9월은, 코로나 단계 격상으로 개인정보, 양성평등의 내용으로 서면교육을 했습니다.



얼굴로 말해 줍니다

임준섭 활동지원사

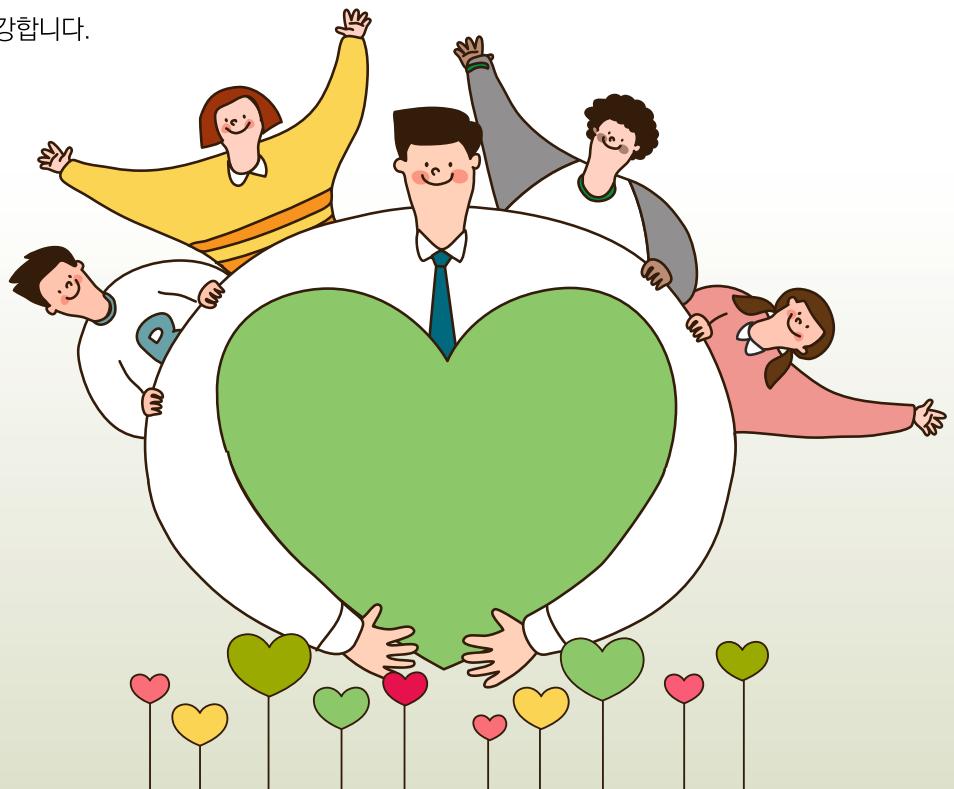
몸은 하나 병은 천 가지
그럼 어떻게 살 것인가

누구나 건강을 원하지만
모두가 건강할 수는 없기에
오직 꾸준한 노력만이
건강의 비결이라 할 수 있습니다.

병은 평범한 일상까지 침투하지만
몸은 자연적인 면역과 회복이 있어
극복하려는 의지는 강합니다.

등을 돌리며 무관심 했던 것
마음의 거리를 좁히며
살아있는 것에 대한
감사로 이어집니다.

속사람이 중요한 만큼
서로 관심과 존경을 받으며
언제나 밝은 얼굴로 말해줍니다.





자립생활주택이란?

장애인 거주시설에서 퇴소하여 지역사회 자립생활을 희망하는 장애인이 일정기간 동안 거주하면서 지역 사회 내 일상생활 및 사회적응을 체험하는 주거공간입니다.

마포센터 자립생활주택의 발자취

- 2014년 12월 자립생활주택 선정
- 2015년 자립생활주택 입주자 3명 입주
- 2015년~2020년 입주자 자립생활 연습

자립생활기술훈련

교육
(금전, 성, 정보 등)

지역네트워크

서비스연계,
교류회 등

자조모임

보치아 '마포쏠라'

개별ILS

- 2020년 3월 입주자 1명 지역사회 자립

→ 지역사회로 자립한 분의 자립생활 이야기를 보려면 QR코드를 스캔하세요!



입주자 인터뷰 내용

정솔

Q 자립생활주택에 입주하게 된 계기가 있었나요?

A 시설에서 다른 시설로 옮겨 다니며 사는 분들을 많이 봤었어요. 저는 스스로 선택하고 결정하고 싶었고 할 수 있을 것 같아서 자립생활주택에 입주하게 되었어요.

Q 자립생활주택에서 5년여 동안 생활하면서 가장 좋았던 것은 무엇인가요?

A 스스로 내가 원하는 시간에 밖에 나가 지하철을 타거나, 내가 하고 싶은 프로그램들을 한게 좋았어요. 그 중에서 특히 금전관리 교육을 받고 금전관리를 한 것이 제일 좋았어요.

Q 반대로, 가장 힘들었던 것은 무엇인가요?

A 프로그램 중에서는 무더위가 심할 때 사진 출사 갔을 때가 제일 힘들었어요. 일상적으로 힘들었던 것은 아무래도 다른 사람과 같이 살다보니 크고 작은 다툼이 있었던 것이 제일 힘들었어요. 그래도 지금은 사이좋게 잘 지내고 있어서 만족해요.

Q 자립생활주택 처음 입주할 때 '다른사람에게 따뜻한 마음으로 잘 대해주겠다'고 했었는데 생각대로 잘 한 것 같나요?

A 낯을 많이 가리는 성격인데 아직까지는 조금 힘든 것 같아요. 그래도 예전에 비하면 사람들과 친하게 지내려고 노력하는 것 같아요.

Q 앞으로 가장 하고 싶은게 있다면 무엇인가요?

A 종이접기 강사 자격증을 따게 되었기 때문에 강사로서 강의를 해보고 싶어요. 아직 많이 부족하기 때문에 아는 분들한테 가르쳐 주는 것을 시작으로 해보고 싶어요.

Q 마지막으로 자립을 준비하는 많은 분들에게 한마디?

A 자신감 있게 하고 싶은 것을 했으면 좋겠고 당당하게 살았으면 좋겠어요. 그리고 많은 것을 보고 배우고 느꼈으면 좋겠어요.

자립생활주택에 거주하셨던 강미숙 입주자께서는 이번에 SH임대사업에 당첨되셔서 이사를 가셨습니다. 현재 어떻게 생활하시는지 이야기를 나누었습니다.



Q 새로운 동네로 이사를 가셨는데 현재 기분은 어떠신가요?

A 너무 행복해요. 이제는 동생들이랑 같이 안 살고 진짜 혼자 살게 됐어요. 집도 제 이름이고, 나만의 집이 생긴게 너무 좋아요.

Q 이사하시고 어떤게 가장 좋으셨나요?

A 예전에는 집에서 물건 사용할 때 다 같이 사용하는게 많았는데 이제는 저 혼자 사용할 수 있어요. 지금 너무 행복하고, 저는 잘 지내고 있어요.

Q 요즘 생활하는데 불편한 것은 없으신가요?

A 다 좋아요. 근데 지금 코로나 때문에 바깥에 많이 안나가고 있어요. 끝나면 동네 구경도 많이 할꺼고, 센터에 가서 선생님들도 만나고 싶어요.

오늘은 자립생활주택에 거주하는 오○○ 님을 만났습니다. 최근에 프로그램을 시작하게 되셨다고하여 인터뷰를 진행해 보았습니다.



Q 어떤 프로그램을 시작하셨나요?

A 요리를 시작했어요. 제가 직접 책을 통해 레시피를 비교하며 만들 요리를 골랐어요.

Q 첫 수업을 진행하셨다고 하셨는데 어떠셨나요?

A 선생님이 집에서 연습을 많이 한것 같다고 칭찬을 해주셨어요. 그리고 다음 수업 할 때까지 배웠던 요리들을 복습하고 검사받기로 했어요.

Q 정성스런 답변감사합니다. 마지막으로 지금 인터뷰를 보고 계시는 분들께 하고싶은 말씀이 있으실까요?

A 제가 이번에 요리하는 모습을 동영상으로 촬영했어요. 선생님이 홈페이지에 올려주신다고 했으니 많이 구경 하러 와주세요!



2020 행복!! 기쁨!! 김장나눔



국제라이온스협회
354-C지구
뉴서울라이온스클럽
회장 김승준

안녕하십니까 국제 라이온스협회 354-C지구 뉴서울라이온스클럽 회장 김승준입니다.
국제 라이온스협회는 지구촌 곳곳 도움이 필요한 곳에 찾아가 지역사회를 위한 봉사활동을 전개하는 세계 최대 규모의 봉사단체입니다.

뉴서울라이온스클럽이 소속된 354-C지구는 서울 강북지역에 봉사와 지역사회를 강화하는데 앞장서며 1982년 나눔을 위한 첫 걸음을 시작하였고 저희 클럽 또한 39년동안 지구와 함께 봉사를 계속 하고 있습니다.

마포장애인자립생활센터와는 2014년 겨울 첫인연을 맺고 2015년 첫봉사를 시작하게 되었는데 벌써 6년이 되었네요. 매월 진행하는 클린휠체어 행사와 신년회 행사, 겨울에는 김장나눔행사로 지역에 작은 도움이 나마 드리기 위해 노력하였는데 올해는 코로나 19로 인하여 클린휠체어 행사도 한번 밖에 하지못해 많이 섭섭하고 아쉬웠지만 김장나눔 행사로 마음을 전달할수 있어서 다행이었습니다.

어려운 시기에 작은 실천이 모여 도움이 필요한 분들에게 희망이 되고 따뜻한 마음이 모여 모두가 행복한 삶을 누릴 수 있도록 우리 모두 노력한다면 이 시기를 잘 극복할 수 있을거라 생각합니다. 신축년에는 회원분들과 웃으며 얼굴보고 얘기 할 수 있는 평범한 일상이 회복되길 바랍니다. 저희 뉴서울라이온스클럽도 나눔의 실천으로 이웃분들에게 더욱더 다가갈수 있도록 노력하겠습니다.

새해에도 건강하시고, 가정에 행복이 깃들길 기원합니다.

새해 복 많이 받으세요.





마을축제

마포센터는 매 해 참석한 ‘NGO와 함께하는 자원봉사 박람회 & 공익바자회’를 코로나19로 인한 온라인 전환 개최에 따라 ‘소그룹ILP 사진모임’ 사진전시회와 구지원 사업 ‘도도한 내가 아름답다’ 가족공예교실 전시회를 온라인 전시회 형식으로 동영상을 통하여 참가하였습니다.



코로나 방역

마포장애인자립생활센터는 외부 전문업체의 방역과 더불어 매일 기관 자체적으로 소독 및 환기를 실시하고 있습니다.(오전 9시, 오후 1시 실시)

이용자분들의 손과 발이 닿는 곳을 중심으로 매일 소독을 하고 정기방역도 진행하고 있습니다.

이외에도 직원 및 방문자 문진표 기록, 발열체크, 손소독 및 이용제한, 마스크 착용 의무화 등을 진행하고 있으며, 센터 방역은 코로나19가 종식될 때까지 지속될 것입니다.

마포장애인자립생활센터는 언제나 코로나19에 대비하여 건강과 안전을 위해 노력하겠습니다.



후원 안내



마포장애인자립생활센터와 뜨거운 열정으로 함께 해주시는
따뜻한 후원의 손길입니다.

후원계좌 : 우리은행 1005-001-942840

예금주 : 마포장애인자립생활센터

CMS 후원자

김문수 | 김상주 | 김선희 | 김창주 | 김용주 | 강은미 | 남철우 | 이상신 | 윤수진 | 윤형민
안진환 | 정영만 | 정상훈 | 정은주 | 조창현 | 최선미 | 황현정 | 한상섭 | 흥순옥

지정 기부금

국제라이온스협회 354-C지구 뉴서울라이온스클럽 | 마포세무서 | 이송자

물품 후원

강일수 | 공현미 | 박복임 | 박명숙 | 임종호 | 임준섭 | 윤영희 | 윤선희 | 유은자 | 정연희
최선옥 | 최원철 | 마포주거복지센터 | 마포구장애인단체총연합회 | 사회복지공동모금회
중구길벗장애인자립생활센터 | 사)한국장애인인권포럼 | 한국장애인주거안정협회
한국재난안전진흥원



전동휠체어 : 임종호



전동스쿠터 : 최원철



온풍기 : 정연희



만두 : 마포주거복지센터



스타렉스 : 사)한국장애인인권포럼



수박 : 강일수