

2022년
상반기

사랑발 소식지



매일 떠나는 오산천 한바퀴, 라이딩 중
꾸준한 라이딩을 통해 건강한 신체는 물론, 기분전환까지!
함께 맑은 공기를 마시며 즐겁게 달려온 우리들을 담아보았습니다.

CONTENTS

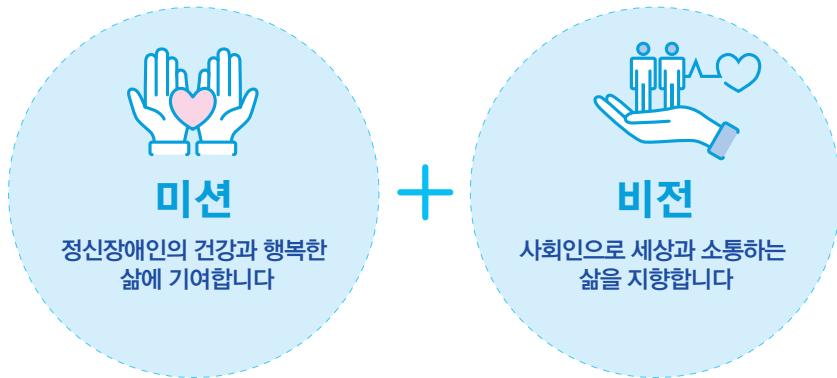
사랑발 회원&직원 이야기	3	핵심사업	6
사랑발 취업 이야기	4	후원현황	19
사랑발 활동	5	후원안내	20



사회복지
법인

경산복지재단 사랑발

사랑받은 정신장애인 종합시설(임소)입니다



사랑받은...

정신질환으로 어려움을 겪는 당사자들의 지역사회 자립 및 회복을 위하여
주거지 제공 및 지역사회 활동을 실시함으로써, 개인 및 가족의 삶의 질을 향상하고,
지역사회에서의 건강한 생활을 영위할 수 있도록 지원하는 정신재활 종합시설입니다.

사업안내



신입회원 이야기

뜻밖만 스쳐도 인연인데, 사랑밭에서 피어나는 인연 한 가닥, 만나서 반가워요!

- 김○훈** “사랑밭에 와서 취업하고 실패도 해봤는데 지금은 다시 도전하여 취업활동을 잘 유지하고 있습니다. 앞으로도 열심히 다니겠습니다.”
- 오○석** “막상 자립을 준비하니 부담스럽고 부서활동이나 프로그램에 적응하기 힘들었던 시기도 있었지만 그 세월이 지나보니 점점 익숙해져 기분이 좋습니다. 앞으로도 이곳에서 최선을 다하고 싶습니다.”
- 박○영** “사랑밭에 처음 왔을 때부터 분위기가 너무 좋고 마음에 들었습니다. 앞으로도 잘 생활하겠습니다.”
- 김○준** “이곳에 와서 취업준비를 하는 중인데 꼭 취업하고 잘 지내겠습니다.”
- 허○범** “사랑밭에 있는 동안 무사안녕하길 기원합니다. 나쁜만이 아닌 사랑밭의 모두가 그러길 바랍니다.”
- 최 ○** “요즘 즐겁고 행복합니다. 여기서 잘 지내고 사람들과도 친하게 지내려고 하고 있습니다. 내년에 퇴소를 하게 되면 아껴주셔서 감사한 마음으로 잘 살 수 있을 것 같습니다.”
- 정○수** “입소하신 모든 분들 축하합니다! 사랑해요~~”
- 정○원** “사랑밭에서는 하고 싶은 활동을 할 수 있을 것 같습니다. 컴퓨터와 운전하는 법을 잘 배우는 것을 목표로 하고 잘 지내겠습니다.”
- 우○민** “온 지 얼마 되지 않았지만 많은 것을 느낄 수 있어서 좋았어요.”
- 임○봉** “환영해주셔서 감사합니다. 열심히 잘 활동할 수 있을 것 같아요 다시 한 번 환영해주셔서 감사합니다.”

* 자립지원부에서는 신입회원들의 안정적인 적응을 위해 동료지원을 통한 멘토링 서비스를 제공하고 있습니다.

신입직원 이야기

봄바람과 함께 사랑밭에 찾아온 싱그러운 신규직원~



자립지원부
정범수

2022년 1월 1일 새해와 함께 사랑밭의 한 사람이 되었습니다. 타지에서 홀로서기를 준비하는 만큼 걱정도 많았으나, 지금은 여러 고마우신 분들의 도움을 받고 제 꿈을 펼쳐나가고 있는 것 같아 느껴집니다.

항상 고민도 걱정도 많았던 제게 이곳은 자신감과 용기를 주었습니다. 저도 받은 만큼, 받은 것보다 더 많이 베풀겠습니다. 모든 분들께 감사드리고 또 행복하시길 바랍니다.



교육취업지원부
강재화

3월 1일 설레는 첫 발을 내디뎠던 순간 가장 눈에 띄었던 건 보드에 적혀있는 ‘사랑밭의 새로운 가족이 되신 것을 환영합니다.’ 라는 문구였습니다. 따뜻함을 느낄 수 있었던 그 날이 엇그제 같은데 벌써 네 달이라는 시간이 흘렀습니다. 입사 초기 “잘 할 수 있을까?”, “혹시 근무를 하며 큰 실수를 하진 않을까?”라는 스스로 많은 걱정과 우려가 있었지만 사랑밭은 저에게 더 큰 열정과 자신감을 만들어 주었습니다. 어쩌면 그동안 경험하지 못했던 어려움과 마주할지도 모릅니다. 하지만 그때마다 제 옆에 계시는 사랑밭의 가족 분들과 함께하며 어려움을 이겨내고 그 어려움을 발판삼아 성장하는 직원이 되겠습니다.

퇴소회원 이야기

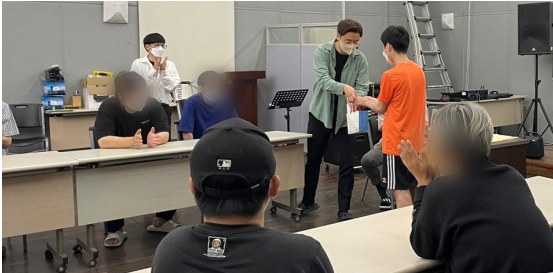
사랑밭에서 심은 씨앗에서 열매가 되기까지

저는 사랑밭에서 퇴소하고 공동생활가정으로 왔습니다. 사랑밭을 떠나 온지 벌써 7개월이 다되어 가는데 잘 지내고 있습니다. 오늘도 비가 오는데 무사히 낮에 잘 돌아다니고 들어왔어요. 이곳에서 원장님과 식구들과 다 함께 장도보고 그러고 있어요. 제가 사랑밭에 있을 때는 많은 사람들과 지내던 게 불편하기도 했고, 어느 부분에선 다 같이 살다보니 지저분하다고 느끼던 것도 있었는데, 나와서 보니 “사랑밭 시설이 참 깨끗하고 좋았구나.” 라고 느낄 때도 있었습니다. 사랑밭에서 지내는 동안 사람들이 자주 바뀌기도 해서 적응하는데 힘들긴 했지만, 같이 생활하던 여자 회원들도 생각나고 잘해주셨던 것도 생각나서 그립기도 합니다. 그래도 지금 여기서 생활하면서 사랑밭에서 배운 것들을 잘 쓰고 지내고 있습니다. 이곳에서는 밥도 직접 해먹어야하고 이런저런 생활을 하는데, 주방에서 배웠던 것들, 나물 뜯고 하는 것들... 이렇게 자립에 생활에 필요한 요리와 같은 것들이 기억나서 문제없이 잘 지내고 있습니다. 제가 사랑밭과 거리가 좀 먼 곳으로 와서 볼 수도 없고 연락도 잘 하지 못해서 아쉬운 점이 많지만 조만간 휴대전화를 구매할 예정이라 그리운 분들과 연락하면서 지낼 수 있으면 좋겠습니다.



이*미 회원, 퇴소회원 송별회 중
(2022. 2. 15. 퇴소)

직장은 다르지만 직장인끼리 나누는 이야기 한마당! '취업자 자조모임'



자조모임 중 신규 취업자 축하 및 선물전달



자조모임 중 화식 및 소식공유

자조모임에 참여하면서 다른 분들이 어떤 일을 하는지, 좋은 점은 무엇인지, 힘든 건 무엇인지 공유할 수 있고, 서로 알아가는 점이 좋았습니다. 어려운 것이 있으면 도와주시고, 이를 통해 저도 하는 일에 조금 더 집중해서 열심히 해야겠다는 자극을 받아 지금도 취업을 유지하고 있습니다. 지금 취업을 하지 않으신 분들도 어떤 일을 하고 싶은지 잘 준비하고 합격하셔서 꾸준히 다니시길 바랍니다. 일이 어려우면 직장 내 직원분이나 주변 사람들에게 말하고, 자기가 어떤 것이 부족한지 조언도 해주시고 잘할 수 있도록 도와주시니 어려운 점이 크게 없었습니다. 저도 이렇게 변화가는 모습을 많이 느껴요. 여러분들도 파이팅 하셨으면 합니다.

- 취업회원 김*용



<취업회원 이야기>

눈앞에 다가와 있던 위기, 소중한 일상을 깨닫게 해준 '코로나 극복' 수기

저희는 지난번에 코로나로 인해 격리를 했는데요, 코로나에 걸린 사람들이 있어서 나머지 사람들도 밀접 접촉자라 고생을 많이 했어요. 흡연자들은 흡연 시간을 정해놓고 2시간에 한 번씩 담배 피러 나가야했고 식사도 분리해서 하고 이런저런 고생도 많이 했죠. 당연히 나가지도 못하고 했는데 다행히 조기에 종료되어가지고 다행스럽게 마무리가 잘 된 게 좋았습니다. 그리고 2층 분들은 걷기운동 나가는 시간이 있는 것으로 알고 있는데, 운동도 못 나가시고 많이 고생하셨고요. 우리는 취업하느라 외부로 나갔다 들어왔다 많이 하는데 일부 회원분이 출퇴근 경로를 벗어나서 개별적으로 이동하시고 하셨던 것도 있었나 봐요. 저도 원인도 경로도 모르게 코로나에 걸리게 됐었고, 이 때문에 10일정도 격리를 했습니다. 제일 힘들었던 건 흡연을 못하던 것 이었고, 그냥 어쩔 수 없이 힘들어하다보니 자연스럽게 넘어간 것 같아요. 그렇게 아무렇지 않게 흡연하는 것 일하러 출근하는 것 등 모든 게 다 정상화 되었고, 일상으로 돌아오니 너무나 좋고 소중함을 느꼈습니다. 지금도 여전히 코로나가 우리 주변에 있는데, 혹시나 코로나에 걸려 지금 현재가 어렵고 힘들다고 느껴지더라도 잘 참고 지내다보면 일상으로 무사히 돌아오니 다 같이 이겨냈으면 좋겠습니다. 와 달지 않다가 직접 겪어보니 누구나 코로나가 걸릴 수 있다는 것을 깨달았고 기본적으로 지킬 수 있는 것을 잘 지켰으면 좋겠습니다. 특히 외출할 때에도 필요한 거만 해야겠다는 것과 은연중에 여러분들에게 피해를 줄 수 있는 행동이 될 수 있으니 저부터 잘해야겠다는 생각을 했습니다. 저는 이제 어려움도 다 지난 것 같고 코로나 감염도 많이 누그러지는 모습도 보이니까, 앞으로 바깥 활동이 많이 이루어지는 일상으로 돌아와 모두에게 힘이 되었으면 좋겠습니다.

- 취업회원 이*향

취업 소식

취업종결

송*수, 김*윤

★그 동안 수고 많으셨습니다!
새로운 출발을 응원하겠습니다.

신규취업

01월 : 문*환
03월 : 이*국
04월 : 김*훈
05월 : 장*진
06월 : 김*훈

취업현황

한국사회적일자리개발원(ICT),
어울림에프,오산한국병원,삼신상사,맛정,
우리F&F,수원여자대학교,코닉오토메이션

취업장 : 8곳

마추지밴드 2차 공연



갈 땀 가더라도 야외 공연 한 번쯤은 괜찮잖아?

마추지밴드 활동을 하면서 항상 느끼는 점은 먼저 연습을 더 열심히 하지 못한 것이 가장 후회됩니다. 합주를 준비하는 과정이나 연습하면서 못하던 곡을 할 수 있을 때 자신감이 붙고 멤버들과 즐거운 시간을 보낸다는 것이 좋았습니다. 공연이 끝난 후에는 “한번 또 해냈구나.”하는 기쁨과 성취감이 몰려왔습니다.

- 마추지밴드 박*범

밴드 공연은 전문성을 요구하고 그 전문성은 오랜 시간을 거쳐서 만들어지곤 합니다. 이 오랜 시간을 함께한 회원 분들과 직원 분들께서 오랜 기간 동안 연습하고 좌절하고 그럼에도 다시 열정을 다하신 결과가 완벽하진 않더라도 거친 과정을 거치고 나서 얻은 것이고, 그것이 바로 노력하면 뭐든 할 수 있다는 자신감과 할 수 있다는 자존감이지 않을까 생각이 들었습니다. 저 역시 다른 부원들과 마찬가지로 공연에서 긴장하고 실수하시는 것이 아쉬웠고, 곡의 구성을 알차게 준비하지 못했다는 아쉬움도 남았지만 함께 봐주시는 분들이 많이 응원해주시고 꽃도 준비해주시고 많이 즐겨주셨던 것이 저희 입장에서 큰 감동이었습니다. 감사합니다.

- 마추지밴드 김*현

우리 동네 나들이 with 걷기운동



코로나19 이후 오랜만의 자유로운 외출!

걷고 나서 시원한 커피한 잔사들고 가요~

돌아온 일상생활이 감사하고 또 감사합니다

이전에 “별일 없겠지, 별 일이겠어” 하는 동안 한 해가 지나가기도 하고, 산 너머로 넘어가는 일상 하루의 해도 바뀌었습니다. 코로나19로 인해 잃어버린 일상을 돌이켜보면 지나가는 사람들과 인사하는 것도, 맛있는 음식들도 마치 잡하지 않는 날아가는 새처럼 느껴졌습니다. 하루하루를 소중히 여기고, 그 하루를 저녁마다 잘 정리해가며, 언젠간 돌아올 해답도 생각했습니다. 이렇게 보내왔던 것이 어느 순간부터 자리 잡았던 일과 중 하나였겠지요 그 동안 힘들었던 청소도, 항상 깨끗이 손을 씻었던 작은 것들도 일상을 찾기 위한 중요한 일이었을 것 같습니다. 변했던 만사가 지금은 잘 마무리가 되어가고, 일상으로의 자연스러운 회복이 일어나고 있는 것 같습니다. 늘 그 자리에 있던 카페를 오랜만에 들러, 커피 한잔 사서 사랑발로 돌아오는 길이 더더욱 즐거웠던 날이었던 것 같습니다. 여러분들도 항상 돌아오는 일주일이 자연스럽게 일상으로 다가오기를 기원하겠습니다. 김*영이었습니다. 감사합니다.

- 자립지원부 김*영

교육취업지원부 <교육지원사업>



〈교육지원사업-당사자 강의 참여소감〉

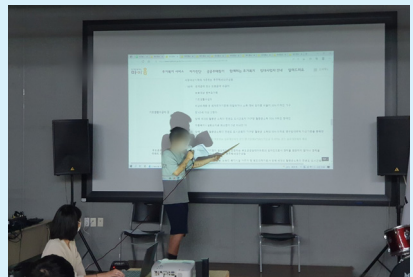
어릴 때 꿈꿔왔던 내 젊음은 아직 현재 진행 중



4월 스마트폰 강의,
어려운 기능도 잘 배우면 됩니다



대학생이 된 것처럼
당사자 강의 공부준비



당사자 강의 중,
오늘은 내가 교육 강사~

학교 다닐 때 배웠던 영어나 한문을 이곳에서 배운다는 것으로 시작하여 배운 것을 직접 동료 분들께 강의해보았는데 어렵지는 않았습니다. 매번 할 때마다 열심히 하려고 했습니다. 왜냐하면 옛날부터 하고 싶었던 것이기도 하며 특히 저는 이런 일들이 저에게 도움이 될 거라는 생각을 가졌기 때문입니다. 비록 강의에 활용한 정보수집 및 내용 작성 등은 선생님들이 도와주어 했으나 젊었을 때 할 수 있는 것을 지금 해보는 것으로 만족합니다. 도움을 청하여 같이 할 수 있다는 것도 좋았습니다. 다른 곳이었으면 해볼 수 없는 것을 사랑발에서 경험하게 되어 좋았고, 다들 저처럼 개인적으로 목표한 것을 이루는 활동을 하셨으면 좋겠습니다.

- 교육취업지원부 유*숙

2022년
상반기

희망샘 소식지



오리의 상상 그림 이용재 회원

인생은 나무의 생과 비슷하다 생각합니다.
나무는 모든 것을 주고도 모자라
뿌리마져 주는 생을 살아갑니다.
우리도 비슷한 것 같습니다.
오리는 누군가를 기다리는 듯합니다.
그렇게 하루 종일 기다리는 시간보다
보람된 삶에 가까워지길
기도하고 싶습니다.

CONTENTS

인지행동 프로그램('스트레스야 안녕')	8
평생교육사업(비대면 Healing 홈 트레이닝, 우쿨렐레 교육)	8
문화예술활동(그림 그리기, 도예 활동 '흙을 빚다')	9
지역문화활동(벚이 미술관, 별빛정원 우주)	10
희망샘 바자회	11
세대별 모임(2040, 5060)	12
직업재활사업(취업자 모임, 취업현황)	14
클럽하우스 스터디가 주는 의미	15
클럽하우스 실록을 하면서	16
나의 취미 그림	16
나의 독서록	17
나도 작가	18

스트레스야 안녕

태양이 뜨겁게 내리쬘기 시작하는 6월, 희망샘에서 수련을 시작한지 3개월이라는 시간이 흘렀습니다. 어떠한 내용으로 서두를 여는 것이 좋을지 생각하다가 좋아하는 명언 하나를 가져와봤습니다. “You cannot be happy everyday, but there are happy things everyday.”, “매일 행복할 수는 없지만, 행복한 일은 매일 있어.”라는 뜻입니다. 희망샘에서 우리가 함께하는 활동들이 일과 중, 행복한 추억으로 느껴지기를 바랍니다. 현재 진행하고 있는 인지행동프로그램 ‘스트레스야 안녕’도 회원들에게 좋은 기억으로 남겨지기를 바라는 마음에서 이 명언을 가져왔습니다.

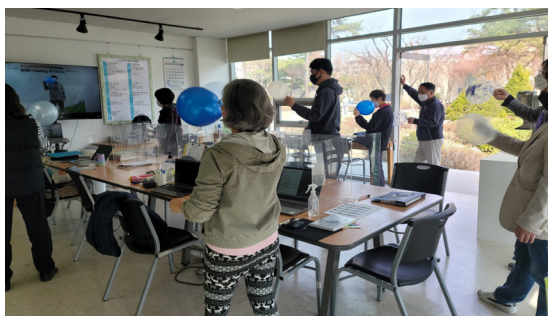
5월 희망샘에서는 집단 활동을 통해 본인이 평소 스트레스 받는 상황을 파악하고 긍정적인 사고를 가질 수 있도록 하는 인지행동프로그램을 시작하게 되었습니다. 1회기에는 집단 내 친밀감을 형성하는 시간이 있으면 좋겠다는 생각에 ‘얼굴 그려주고 칭찬 나누기 활동’을 준비했습니다. 다른 사람의 얼굴을 그려주는 것에 대해 부담감을 느끼던 회원도 있었지만 일상적인 대화를 나누며 자신만의 표현으로 그림을 완성해나갔습니다. 또한, 지금의 기분을 담아 쓴 시를 짝궁에게 선물한 회원도 있었습니다. 이후, 서로에게 해주고 싶은 칭찬 한마디를 발표했습니다. 부끄러워하면서도 모두 함께 웃으며 칭찬을 주고받을 수 있는 시간이었습니다. 한 회원은 “몰랐던 회원들과 이야기를 나누면서 상대방에게 관심을 가져야겠다는 교훈을 얻게 되었다.”라고 소감을 말씀해주셨습니다. 얼마 남지 않은 5회기 동안, ‘나’에 대해서 알아갈 수 있도록 하는 활동들을 실시할 예정입니다. 앞으로도 꾸준히 이어나갈 희망샘의 활동들에 많은 관심 가져주시고 참여해 주시면 감사하겠습니다.

글 | 최해림 수련사회복지사



평생교육사업

비대면 Healing 홈 트레이닝



한 그루의 나무를 심고 자라게 하기까지 얼마나 많은 시간과 노력을 기울여야 하는가를 안다면 우리의 건강을 위해서 얼마나 많은 운동을 해야 하는지 시간을 많이 투자해야 하는지를 깨닫게 된다. 좋은 사람은 그만큼 좋은 일에 투자할 것이고 안 좋은 사람은 그만큼 안 좋은 일에 투자하게 될 것이다. 시간이 필요하지만 시간은 우리를 기다리지 않는다. 건강은 건강할 때 지키라는 애기가 있듯이 우리 몸의 건강은 홈트레이닝으로 지킨다.

글 | 배태환 회원

우쿨렐레 교육



평생교육 사업 일환으로 우쿨렐레 악기를 다루고자 일과 후 악보를 받아보았다. 통기타를 해본 경험이 있어서 조금 수월한 면도 있었지만 처음엔 생소해서 곤혹스러웠다. 그래도 한번 해보고자 계속 강의를 받았다. 조금씩 우쿨렐레 켜는 방법을 알고 나니 자신감도 생기는 것 같고 계속하고 싶은 생각도 들었다. 부지런히 코드 잡는 법을 연마해서 연말에 공연이 있으면 대비해야겠다. 꾸준히 연습해서 통달하고 싶다. 기회를 주신 스태프에게 감사하다는 메시지를 보내고 싶다.

글 | 임채서 회원

그림 그리기



여름이 다가오고 있습니다. 모든 분들의 여름 나기가 건강과 행복으로 채워지길 기도드립니다. 2022년 상반기 그림 그리기 활동은 바쁘고 노력의 시간이었습니다. 각자의 에너지가 캔버스에 묻어 훌륭한 그림으로 탄생되는 것을 보며 자신의 긍지와 자부심이 가득한 해가 될 것 같습니다. 누구의 눈치도 없이 자유로운 상상에 시간을 맡긴다는 것이 고민의 일탈이 되어 너무 좋았습니다. 공모전에 출품하는 것도 의미가 있을 것 같습니다. 미술 전문 가는 아니지만, 그 열정과 의욕이 전문가 수준이라 생각합니다. 우리의 일상이 행복이라면 우리는 지금 이 순간을 즐길 줄 알아야 한다고 보고 있습니다. 지금의 일상과 미래의 희망을 가지고 갑시다. 그리고 여러분의 건강과 즐거운 하루가 함께하길 언제나 마음은 함께입니다.

글 | 이용재 회원



도예 활동 흥을 빛다...

어제 오후에 회원들과 함께 도예수업을 받았습니다. 선생님께서 친절하게 가르쳐주셔서 재미있게 잘 배웠습니다. 처음 받아본 교육이라 실수를 했습니다. 그러나 옆의 회원분께서 제가 잘 하도록 도와주셨습니다.

끝에 선생님께서 잘 지도해 주셔서 도기를 잘 만들 수 있었습니다. 수업은 이해하는데 보통이었습니다. 끝에 손을 씻는데 약간 힘들었습니다. 완성된 도기를 보았을 때 보람을 느꼈습니다. 저는 이제껏 도예 공부를 한 적도 없었고 도예수업을 받은 적도 없었습니다. 그래서 도예수업을 받을 때 쉽지 않다고 느꼈습니다. 그리고 도예수업 선생님이 존경스러웠습니다. 저는 평소에 도예에 관해서 생각을 해 본 적이 거의 없었습니다. 그리고 도예품을 본 적도 거의 없었습니다. 도예 수업을 받을 때 다른 회원들을 봤을 때 모두 저보다 잘하는 것 같이 느껴졌습니다. 저는 도기에 선을 그릴 때 잘 그려야겠다고 생각했습니다. 그리고 도기를 잘 만들어야겠다고 생각했습니다.

글 | 임형진 회원





벗이 미술관을 다녀와서...

지역 문화활동으로 회원들과 함께 용인의 벗이 미술관을 다녀왔습니다. 여러 가지의 작품 중에 사진 같은 그림과 개성이 넘치는 작품세계에 놀라웠고, 영감을 얻고자 기억을 되살리며 그곳의 그림들이 수준 높으면서도 젊은 감각으로 느껴졌던 시간이었습니다. 자연의 식물에서 영감을 받고 페이퍼 드로잉이라는 하나의 선으로 드로잉 하는 기법과 천연의 자연이 유기체 덩어리처럼 꿈틀대고 일렁이면 버려진 공간의 생명력을 뿜어내는 작품들의 표현력이 인상 깊었습니다. 회원과 직원이 주말을 이용해서 기관의 차로 갔던 것도 너무 좋았고, 미술관을 벗어나서 그곳 지역의 맛 집에서 점심 식사를 해서 만족스러웠습니다. 시즌별로 다른 그림이 전시되는 미술관을 또 가고 싶습니다.

글 | 한영은 회원

별빛 정원 우주를 다녀와서...



지역문화활동으로 별빛정원 '우주'에 갔다. 사진도 찍고 직원이 나를 찍어줬다. 다 같이 찍은 사진도 있다. 늦은 시간까지 구경도 하고 별빛들이 막 움직이는 것을 보았다. 색상도 다양하게 정말 예뻐다. 좋은 시간이었고 추억으로 남을 것이다.

글 | 이미경 회원



희망샘 바자회



사소한 것 하나라도 예쁘게 걸어놓고 우리가 직접 꾸며서 바자회를 잘 진행한 것이 좋았어요.

글 | 한영은 회원

바자회 활동으로 주변 사람들을 만날 수 있어서 재미있었고, 주변 기관에서 준비한 것을 볼 수 있는 기회가 있어 좋았어요.

글 | 송현진 회원

사람들이 모여서 함께 했다는 점이 좋았어요. 저희가 호객행위 등 큰소리로 물건을 팔면 좋겠다는 생각이 들었어요. 그리고 저희 바자회에 많은 사람이 보러 와주고 구입도 해주어 좋았어요.

글 | 김은정 회원

새로운 공간에 가서 적응하는데 시간이 걸렸지만, 음악도 흘러나오고 분위기가 점점 좋아져서 바자회에 온전히 참여할 수 있었어요. 사람들이 오가는 과정 안에서 인간의 온기를 느낄 수 있었어요.

글 | 이용재 회원

직접 바자회 물품을 팔기 위해 사람들에게 설명해 주고 사람들이 제가 설명한 물품들을 사서 너무 뿌듯했어요.

글 | 황인남 회원

바자회 물건이 적당히 있어 아끼자기했고, 물건을 들고 가서 작업해 보았어요. 바자회 물건을 직접 판매해 보니 보람된 일이었어요. 사람들이 많이 사주시니 고맙다고 생각했고, 이것저것 할 수 있어 좋은 경험이었어요.

글 | 배태환 회원

세대별 모임 (2040, 5060)



세대별로 회원들과 멀리 차를 타고 작품 전시회에 가서 사진도 찍고 간식도 먹으니 무척 신이 난 하루를 보낼 수 있었다.
글 | 임지조 회원



새로 오신 직원과 회원들이 모두 다 산책로에 걸어가서 운동도 하면서 바깥 숲속 공기를 마시면서 조금 추웠지만 오랜만에 나가보는 산책이라 즐겁게 다녀온 것 같습니다.
글 | 한영은 회원

함께 만드는 세대별 모임에 참여하였습니다. 한창 나이인데도 더위에 무너지네요. 세대별 모임은 또래 회원들, 직원들과 함께 실내, 외 활동 중심으로 세대별로 공감할 수 있는 활동의 기회 및 확신을 갖는 것이 또래의 세대별 모임이라 생각합니다.
글 | 이용재 회원



회원들의 욕구에 맞게 세대별로 모여 여러 활동을 하게 되었습니다. 많은 준비가 필요했던 요리 대회가 떠올랐습니다. 다른 활동과 달리 회원들의 적극적인 참여로 이루어져 좋았습니다. 준비할 것이 많아야 하고 미리 손질을 하여 시간에 맞춰 끝낼 수 있는데 시간이 부족하다고 느꼈습니다. 앞으로는 회원들의 의견과 적극적인 준비에 대해 밸런스를 맞춰주었으면 좋겠습니다.
글 | 이상철 회원



세대별 모임을 통하여 또래 간에 강점이 있는 것 같다. 서로 소통하고 의견이 통하는 것 같다. 또래의 사람들과 닮아 가는 것이 아닌가 싶다. 서로서로 소통하여 많은 강점이 나오면 좋겠다.

글 | 남궁진선 회원



세대별 모임에서 피부 관리했는데 도움이 많이 됐습니다. 피부를 잘 관리해야겠다고 생각했습니다. 기미, 주근깨가 있어서 잘 관리해야 하려고 합니다. 도움을 많이 주셔서 감사합니다.

글 | 이기연 회원



별거 없던 하루의 연속이었는데 가끔의 외출은 내 삶의 활기를 준 것 같다.

글 | 고민성 회원



세대별 모임은 서로 간의 대화를 나눌 수 있어 좋은 시간인 거 같다. 앞으로도 회원들과 이야기를 나눌 수 있는 시간들이 많았으면 좋겠다.

글 | 황인남 회원

취업자 모임



코로나의 상황이 좋아지고 나서 클럽하우스 희망샘 취업자 모임이 비대면과 대면으로 총 2번의 모임이 이루어졌다. 코로나 상황이 좋아지기 전에는 비대면 활동이 활발히 이루어졌는데 이번에 대면 활동도 할 수 있게 되어 좋은 것 같다. 그리고 다들 어려운 여건 속에서 생활을 하고 계시는데 취업자 모임에 열심히 참여해 주셔서 감사했다. 그리고 한동안 못 보던 얼굴들을 대면으로 만나게 된 회원들이 너무 반가웠다.

3월부터 취업 담당 직원분이 비대면 취업자 모임에서 준비해 주시는 세바시 영상 자료를 보며, 취업자 모임의 특별하고 새로운 의미들을 알게 되고 발견해나가며 그 의미들을 우리에게 적용시킴으로써 취업자 모임이 발전해가고 있는 것 같다.

지난 5월에 코로나 상황 이후로 대면으로 활동을 할 수 있었는데 외부 활동을 하러 간 곳은 수원 화성이었다. 오랜만에 회원들과 직원들이 외부에서 만나 반가운 마음이 컸다. 반갑게 만난 우리 희망샘 회원과 직원들은 수원화성에 위치해 있는 방화수류정에 가서 함께 치킨을 먹었다. 치킨을 정신없이 먹었는데 먹으면서 느낀 점은 역시 모임은 먹방이 최고라는 것을 느끼게 되었다. 우리는 수원 화성에서 카페로 자리를 옮겨 여러 이야기들을 나누었다. 외부에서 자유로운 분위기 속에서 이야기를 나누니 더 많은 이야기들을, 혹은 더 진솔한 이야기들을 나눌 수 있었다. 앞으로도 이런 기회들이 자주 있었으면 좋겠다. 나는 앞으로 힘든 여정보다 의미 있는 여정을 원하는 클럽하우스 희망샘 취업자 모임이 이루어졌으면 좋겠다.

글 | 이중희 회원



★희망샘 취업현황

취업장	업무내용	취업 형태
ICT사업단	컴퓨터 조립 및 검열	지지 취업
J2컴퍼니	플레이콘 포장업무	
MK산업	세탁업무	
나래울 종합사회복지관	나래울도서관 사서업무, 노래방 업무	
동탄아르딤복지관	럭키스토어 매장운영, 관내 방역관리, 당구장 운영, 탁구장 운영, 노래방 운영, 헬스장 운영, 보호작업장 업무	
어울림F	쇼핑백 제작	
용인정신병원	매점 운영 및 관리	
동탄2동행정복지센터	안내업무, 관내 방역관리	
박사부동산	공인중개사 업무	독립취업

- ▶ 취업자 : 총 21명(22년 6월 기준)
- ▶ 신규취업자(1월-6월) : 3명
- ▶ 신규취업장(1월-6월) : 3곳

- ▶ 취업종료자(1월-6월) : 2명(퇴사자)
- ▶ 취업률 : 46%(총인원 46명 중 21명 취업)

클럽하우스 스터디가 주는 의미



클럽하우스 스터디를 통해 클럽하우스에 대해 알아갈 수 있는 시간이었다. 모르는 것을 하나하나씩 알아 갈 수 있어 좋았다.

글 | 유현주 회원



클럽하우스 스터디 교육이 나에게 많은 도움이 된다. 많은 회원들이 있기에 많은 힘이 된다. 클럽하우스는 직원과 회원이 함께 하기에 강점이 많은 거 같다.

글 | 남궁진선 회원



클럽하우스 스터디는 나 자신에게도 필요하며 공부하는 시간이 좋아서 빠짐없이 참가하려고 노력했던 기억이 납니다. 앞으로도 열심히 참여하면서 배워나가고 싶습니다.

글 | 한영은 회원



오랜만에 책상에 앉아 공부하는 것 같고, 클럽하우스를 이해하는 데 도움이 되었다.

글 | 고민성 회원



클럽하우스의 이해라는 교재가 어렵지만 차근차근 토론할 수 있어서 좋았다.

글 | 임채서 회원

공부하는 분위기가 좋다. 회원들과 함께 있어서 재미있었다.

글 | 이진숙 회원

클럽하우스 스터디에서 많은 것을 배웠습니다. 원장님께서 잘 가르쳐주시고 도와주셔서 잘 알게 되었습니다. 숙제도 열심히 해야겠다고 생각했습니다.

글 | 이기연 회원

클럽하우스 스터디를 작년에 이어 공부해 보았는데 많은 것들을 배우게 되었습니다. 회원과 직원이 함께 열심히 클럽하우스를 잘 이끌어 나가야겠다는 생각이 들었습니다. 계속 공부하면서 좋은 의견이나 생각들이 서로 잘 나누어 보는 시간이 되었으면 좋겠습니다.

글 | 이상철 회원

클럽하우스 실록을 하면서...

공간에 대한 클럽하우스 스탠다드(13번)를 주제로 많은 이야기와 아이디어를 내보았습니다. 실록에서 핵심 키워드를 먼저 선정하였습니다. 선정 후 그와 관련된 사진을 일상에서 찾아보았고, 그 속에서 다양하고 폭넓은 사진들을 골라보면서 주제에 부합한 사진에 관해 이야기해 보는 시간에서 실록을 어떻게 하면 좋은 글귀를 낼지 고민해 보았습니다. 저는 단어와 사진을 번갈아 보면서 클럽하우스를 잘 나타내기 위한 글귀들을 써보았습니다. 최선을 다해 내 생각을 나타내고자 노력했다는 거에 뿌듯함을 느낄 수 있는 시간이 되었습니다.

글 | 이상철 회원

푸르른 여름이 이어지고 하루의 일 중심의 일과가 지나갑니다. 나의 클럽하우스의 생활이 보람차지고 있습니다. 실록에 참여하면서 클럽하우스의 강조점과 이해성에 대해 배울 수 있는 기간이었던 것 같습니다. 클럽하우스에서 누군가가 왜 하느냐고 물어본다면 실록의 내용처럼 우린 그저 개별로서 움직이는 것보다 구성원으로서 하나로 이루어진다는 것입니다. 실록에서의 회원으로서 공감하는 것은 클럽하우스의 기회와 지지, 경험이 한 인간의 느낌으로 살아가는 공간이 될 수 있다고 믿고 있습니다. 이번 실록 제작의 경험은 공간이 절제된 지지이고 포함됐겠다고 생각합니다. 실록에 참여한 회원들과 직원의 도움으로 클럽하우스의 공간을 교감하고 경험할 수 있는 시간이 되었다고 생각합니다. 다시 한번 여러 도움에 감사드리며 이 글을 마칩니다.

글 | 이용재 회원



클럽하우스 스탠다드 13번에 대해서 관련된 사진을 찍었다. 내가 찍은 사진들을 실록 제작에 참여하는 멤버끼리 사진에 관해 설명하고 클럽하우스에서 경험한 것들을 이야기를 나누는 시간을 가질 수 있었다.

글 | 이미경 회원

나의 취미 그림



작년에 어머니가 편찮으셔서 다니던 회사를 그만두게 되었다. 그 후 집에서 어머니의 병간호를 시작했다. 좀 오랜 간호로 심신이 지치기도 할 차 희망샘 직원의 권유로 유화 그림을 접하게 되었다. 간호 외 시간에 캠퍼스 위에 밀그림 따라 색을 입혀 풍경 그림을 완성했다. 완성 한 그림을 주변 분들에게 보여 주니 반응이 아주 좋았다. 무료할 거 같은 일상에 나에게는 좋은 영향이 되어 또 그림 도면을 인터넷 물에서 신청해 계속하면서 지인들에게 선물하니 기뻐하며 좋아하는 모습에 뿌듯하다. 편찮으신 어머니도 시간이 지나 빠르게 회복하시고 계시면서 제가 하는 그림이 재미있어 보인다면 그림의 도전하였다. 내심 잘 하실까 생각했는데 곧잘 그림이 예쁘게 돼 어머니도 저도 즐겁다. 어머니와 저는 일상의 그림이 활력소가 되어 같은 취미를 공감하며 치료와 회복의 큰 도움이 되어 희망샘에게 감사드린다. 앞으로도 계속 힐링하며 그림 취미와 또 다른 취미도 찾아 해 보고 싶다.

글 | 류순애 회원

나의 독서록



QBQ

바보들은 항상 남의 탓만 한다.

이 책을 제가 접하게 된 것은 군대 시절입니다. 막연하기만 하고 막막하기만 하던 군대 시절 우연히 접하게 되어 저의 삶에 대한 태도와 사고방식을 재정립하는 계기가 된 것 같습니다. 정신병적 증세도 이 책을 읽음으로 버텼다고 해도 과언이 아닌 것 같습니다. 하지만 이 책에서 서술하는 내용은 찬반양론이 있으므로 모두가 해당되는 건 아닙니다.

이 책은 남의 탓을 하는 사람들 중, 그런 자신의 모습에 싫증나 변하고 싶어 하는 사람들을 위한 책입니다. 저자는 개인의 책임의식 상실을 문제점으로 삼았습니다. 책임의식이 약해지면서 사람들은 문제의 원인을 자신이 아닌 타인에게서 찾으려 하는 경향을 갖게 되었고 그 결과, 공동체 내에서의 효율성이 떨어지거나 비난이 발생하는 등 부정적인 영향을 준다고 설명합니다. QBQ란 The question behind the question의 약자로 흔히 남의 탓을 할 때 하는 질문들을 바꿔서 문제를 해결하고 유능한 사람이 되는 방법을 소개합니다.

“왜 다른 사람들은 더 열심히 일하지 않을까?”

“이런 일은 왜 꼭 나에게만 일어나는 것일까?”

“저 사람들은 왜 내 일을 자꾸만 방해하는 것일까?”

누구나 살면서 한 번쯤 이런 질문을 던져본 경험이 있을 것입니다. 그러나 이런 피해의식은 생산적이지 않을뿐더러 무력감과 우울감을 불러일으킵니다. 머릿속에 존재하는 피해의식부터 없애야만 합니다. 이것이 바로 QBQ입니다. 위의 질문을 QBQ에 맞추어 바꾸면 이렇게 됩니다.

“어떻게 하면 지금 내가 하고 있는 일을 더 잘할 수 있을까?”

“현재 상황을 개선하기 위해 내가 무엇을 할 수 있을까?”

“어떻게 하면 내가 다른 사람들을 도울 수 있을까?”

나만이 나를 변화시킬 수 있다.

지금은 이 책을 구하기가 매우 어렵습니다. 하지만 저의 힘든 시절 피해의식으로 가득 찬 저에게 마치 해답처럼 찾아왔습니다. 여러분들도 만약 저와 같은 피해의식으로 사로잡혀 계시다면 개인의 책임의식을 강화하여 보다 나은 삶을 살기 위해 노력해 보시면 좋겠습니다.

글 | 고민성 회원

별이 있는 하늘

날이 밝은 어느 날 공터에서
자치기를 하는 아이들의 웃음소리가
텅 빈 내 가슴속을 무섭게도 들여다본다.
검검한 밤이 다시 오고
별이 있는 하늘이 없어서
너와 내가 외롭지 않았던가.

시(詩) 임채서 회원

희 망 샘 소 개

희망샘은 정신적 어려움을 겪는 **당사자들이** 진정으로 **스스로 삶**의 주인이 되고
지역사회와 다양한 관계를 맺고 존중받는 **구성원**으로 자리매김할 수 있도록 **다양한 경험을 제공하는 곳**입니다.

- ✓ **회원의 회복 과정을 돕기 위한 회원지원**
- ✓ **회원의 역량 강화를 위한 클럽하우스 활동**
- ✓ **회원의 재능 발휘 및 정서 안정을 위한 예술 활동**
- ✓ **회원의 지역사회 적응을 위한 자조모임**
- ✓ **취업 준비 및 유지를 위한 취업지원**
- ✓ **지역사회 연계활동, 기관 안내, 정신장애 인식개선 후원 및 홍보사업**



클럽하우스란?

클럽하우스는 “지금 그리고 여기(Here and Now)” 정신장애인들이 살아가는데 필요한 능력과 자원을 제공하고, 회원들의 기능성과 잠재력을 강조하고 있습니다. 클럽하우스에서는 회원으로서 자발적으로 클럽 하우스 운영에 직원과 함께 참여하며 책임과 의무를 공유합니다. 클럽하우스는 “환영받는 곳”, “일”, “친구”가 필요하는 내용을 강조하며 회원들의 자존감, 소속감을 회복하고 참여 및 기여의 욕구를 충족하기 위한 공동체입니다.



상지복지
재단
景山복지재단
KYUNG SAN WELFARE FOUNDATION



발행처 | 주간재활시설 희망샘 발행일 | 2022. 08.
주 소 | 경기도 화성시 10용사로 661-69 (반송동)

편집 | 문화예술부, 회원지원부
TEL | (031) 613-2200 FAX | (031) 376-5691

후원안내

한결같은 관심과 사랑으로 후원해 주심에 감사드립니다.



가. 사랑발 후원금 현황

▶ CMS, 온라인 후원

남*분	박*숙	전*임	윤*현	임*희	백*슬	오*호	정*열	한국전기안전공사(경기지역본부)
강*영	신*미	나*화	윤*현	오*혜	송*식	이*희	김*섭	한국장애인고용공단(경기지역본부)
강*언	이*현	이*희	김*운	이*우	양*준	정*원	정*혁	화성시사회복지협의회(삼성반도체지원)
김*수	이*만	한*희	전*애	박*나	양*혁	류*홍	김*강	화성시복지정책과
최*화	장*현	노*환	김*란	김*희	전 *	최*주	한*심	동탄보건소 보건행정과
안*선	정*덕	김*목	홍*훈	박*천	윤*빈	임*아	견*림	봉담우체국
한*숙	차*빈	박*호	김*대	차*영	조*숙	고*아	이*죽	원천침례교회
강*구	최*옥	강*혁	이*분	안*순	이*민	유*상		경산복지재단
공*영	손*숙	박*경	안*은	안*자	이*분	서*음		희망샘
김*혁	김*복	조*호	민*기	안*진	기*안	배*웅		네이버해피빈
김*기	윤*슬	조*자	이*옥	이*열	기*우	전*석		

▶ 모금함후원

2022. 상반기 후원금 총액 : 32,947,840원

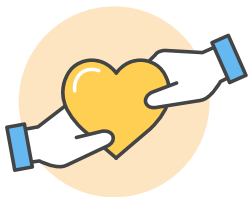
동탄농협, 동탄 하나로마트, 원조설악추어탕 동탄점, 동탄 목포빨낙지

나. 사랑발 후원 현황

▶ 물품후원

♥정신재활시설협회 : 표면 살균세정액 500ml 5개, 핸드워시 500ml 10개 ♥사회복지공동모금회 : 자가진단키트(2회분) 36개, 산소포화도 맥박 측정기 1개, 에라클린 전해수기(400ml) 2개, KF94 마스크 100매, 소독티슈(70매) 10개, 갤럭시 탭(A8) 1대
♥(재)바보의 나눔 : KF80, KF94 마스크 21,557개 ♥화성시사회복지협의회 : KF80 마스크 5,000개
♥삼성아파병 : KF94 마스크(헬스키퍼) 2,573개 ♥삼성(사랑의열매) : 식용유 외 10종 5박스
♥동탄아르뎀복지관 : 쌀강정 3kg 3박스 ♥(주)진생 : 배 15kg 1박스, 민어 1.5kg 1박스
♥이성당 : 빵 31박스 ♥경기도여성비전센터 : 식빵 160봉, 팔빵 40개 ♥푸드뱅크 : 판두부 3kg 3개, 콩비지 1kg 10개
♥화성중앙 : 매트리스토퍼 67개 ♥비비안 : 내의 267개, 겨울용 레깅스 1,000개, 겨울용 양말 925개 ♥한*희 : 굴 5kg 1박스
♥이*구 : 롤휴지 30롤 1봉 ♥김*수 : 방울토마토 5kg 3박스, 스팸 1호 1박스





후원안내

- > **현금후원** : CMS 정기후원, 일시후원
- > **물품후원** : 도서, 컴퓨터, 생필품 등 후원
- > **모금함 후원** : 사업장에 비치된 모금함 후원
- > **지역단체 마일리지** : 이마트 동탄점 구매영수증을 지역단체 마일리지로 전환
- > **CMS 자동 출금 서비스**
 - 후원 신청자 계좌에서 매달 자동출금 됩니다.
 - CMS 후원을 원하시면 사랑발로 연락바랍니다.
(후원금 CMS는 금융결제원 CMS 이용 약관에 준합니다.)
- > **일시후원 (온라인 후원)**
 - 국민은행 588901-04-011431 / 예금주 : 사랑발
 - 신한은행 100-025-75549 / 예금주 : 사랑발
 - 우 체 국 107842-01-00721 / 예금주 : 사랑발
 - 기업은행 547-017009-01-013 / 예금주 : 사랑발



자원봉사자 안내

- > **신청방법** : 사랑발 홈페이지(www.sarangbat.or.kr)
-> 자료실 -> 자원봉사 신청
 - > **문의** : 운영지원팀(031)376-5690 문의 및 기관방문
- * 자원봉사 활동은 사랑발으로 문의해 주시기 바랍니다.



경산복지재단 사랑발

발행처 정신재활시설 사랑발
편집 호랑디자인
전화 031) 376-5690
FAX 031) 376-5691
주소 경기도 화성시 10용사로 661-69
홈페이지 <http://www.sarangbat.or.kr>
페이스북 <http://www.facebook.com/sarangbat1999>

