

'단짝'

12월. 293호



★ Thanks to All of you! ★



노원시각장애인복지관은
언제나 열려있습니다.



서울시립노원시각장애인복지관

숲길걷기 교실



서울시립노원시각장애인복지관 여가문화지원팀에서는 4개월 간의 자립생활 훈련 교육을 마치고 수료를 앞둔 자립생활 교육생들과 함께 수락산에 위치한 무장애 숲길에서 맑은 공기와 자연의 향기를 느끼며, 2024년 마무리 숲길 걷기 교실을 진행하였습니다.

오르막 경사가 심하지 않아 누구나 쉽게 산책할 수 있는 데크길을 여유 있게 걸으며 4개월 동안 교육받았던 이야기, 앞으로의 진로 등 많은 이야기를 나누는 소중한 시간을 가졌습니다.



수락산 무장애 숲길? 수락산의 아름다운 자연환경을 장애인, 어르신, 임산부, 영유아 등 보행 약자도 함께 즐길 수 있도록 계단, 돌 등 장애물이 없으며, 휠체어나 유모차도 동행이 가능하게 만든 산책길입니다.

MERRY CHRISTMAS

여가문화지원팀 02-950-0192

국악교실 발표회



2024년 12월 3일 화요일 서울시립노원시각장애인복지관 강당에서 시각장애인 국악 교실 참여자들이 그동안 갈고 닦은 실력을 뽐내는 발표회가 열렸습니다.

시각장애인 국악 교실은 4월부터 12월까지 총 30회기 동안 진행되었으며, 장구의 연주 방법과 다양한 민요의 가락을 배우는 시간이었습니다. 이날 발표회는 청춘가와 여러 지역의 아리랑을 연주하여 관람객들의 앙코르를 받으며 성황리에 마쳤습니다.

마지막까지 열심히 준비하고 노력하여 멋진 무대를 만들어주신 국악 교실 참여자분들에게 감사드리며, 2025년에도 시각장애인의 문화예술 접근성을 높이고, 참여자가 내면의 예술성을 발휘할 수 있도록 유익한 프로그램을 준비할 예정이오니 많은 관심 부탁드립니다.

여가문화지원팀 02-950-0193



우리들의 티(tea) 타임



"담소, 향기, 존중을 담은 우리들의 티(TEA)타임"

여가문화지원팀에서는 우양재단에서 지원하는 "2024 우리들의 티(TEA)타임"에 선정되어 매주 목요일 오후 함께 모여 건강에 도움이 되는 약차, 꽃차 등에 대한 정보 공유와 참여자들의 소소한 이야기를 편안한 분위기 속에서 자유롭게 나누는 기회를 제공하고 있습니다. 은은하게 퍼지는 따뜻한 차의 향기와 같이 온기로 가득 찬 시간을 즐기며 2024년을 행복하게 마무리 지어가고 있습니다.

- 녹 차 : 맑고 상큼한 풍미와 향. 신진대사를 촉진시켜 몸속 독소를 제거한다.
- 홍 차 : 강렬한 맛과 향으로 대중적인 차. 티백 형태로 쉽고 편하게 즐길 수 있다.
- 허브차 : 꽃, 나무, 잎 등 다양한 식물을 사용하여 만든 차. 편안한 느낌을 준다.
- 우롱차 : 과일 등 신선한 재료 사용. 달콤한 맛과 과일의 싱그러운 향일 일품이다.

여가문화지원팀 02-950-0191



삼성서울병원 취업자 간담회



12월 2일 월요일 삼성서울병원 암 병동 지하 1층 회의실에서 진행된 취업자 간담회는 2014년 9월을 시작으로 올해 10년이 되었으며, 헬스키퍼를 채용하고 있는 업체 중 가장 많은 채용 인원을 보유하고 있습니다. 2024년 현재 59명이 헬스키퍼로 근무하고 있으며, 그 중 38명이 2년 이상 무기 계약 체결되어 장기 근무하고 있습니다.

간담회를 통해 취업자분들과 소통하는 시간을 가지고, 현장에서 겪고 있는 애로사항과 건의 사항을 담당자와 공유하여 회사와 직원 모두의 효율을 높이는 건강한 근무 환경이 조성될 수 있도록 하였으며, 보수교육으로 직장 내 성희롱 예방교육과 업무 시 주의해야 할 사항들에 대해서 되짚어 보는 기회를 가졌습니다.

능력개발지원팀 02-950-0124



제 10기 취업준비 교육



시각장애인 헬스키퍼의 직장 내 적응을 높여 안정된 직장 생활을 유지하도록 하는 목적으로 12월 4일 수요일 서울시립노원시각장애인 복지관 4층 회의실에서 진행된 헬스키퍼 취업 준비 교육은 46명의 교육생(대면 10명/비대면 36명)과 함께하였는데요.

헬스키퍼 업무 규칙을 통해 취업 후 안정된 직장 생활을 영위하고, 노동법 교육을 통한 노동자 권리 및 책무를 이해하며, 성희롱 예방 교육을 통해 취업 후 현장에서 일어날 수 있는 문제 발생을 예방할 수 있도록 다양한 교육이 이루어졌습니다.

2025년에도 교육생들의 만족도가 높은 강사들이 지속적으로 출강을 할 수 있도록 강사 교육 및 지속적 관리를 할 예정이오니 헬스키퍼에 관심이 있는 여러분들의 많은 참여 바랍니다.

능력개발지원팀 02-950-0123



46기 안마기술 강화훈련 수료식



서울시립노원시각장애인복지관 능력개발지원팀에서 진행하고 있는 안마 기술 강화훈련은 2004년 안마 창업 훈련으로 시작하여 현재까지 398 명의 훈련생이 수료하였습니다. 본 훈련은 훈련생들의 의견을 반영하여 2023년부터 안마 기술 강화훈련으로 내용을 변경하여 진행하고 있습니다. 46기 안마 기술 강화훈련은 7명의 훈련생과 함께 7월 22일부터 5개월간 진행되었으며, 단 한 명의 중도 포기자 없이 7명 모두 수료함으로써 2024년의 마무리를 행복하고 뜻깊게 장식하였습니다.

- 2025년에도 훈련생을 모집하오니 아래 내용을 참고해 주세요. -

- 모집기간: 2024. 12. 09.(월) ~ 12. 31.(화)
- 훈련기간: 2025. 02. 10.(월) ~ 07. 04.(금)
- 훈련대상: 안마사 자격증을 소지한 등록시각장애인
- 훈련과목: 동방활법, 침술, 근육학, 안마, 마사지, 지압, 이료임상, 진단 카이로프랙틱, 병리학, 견학

능력개발지원팀 02-950-0121



이미지 메이킹 (퍼스널 컬러 찾기)



"인간관계의 향기, 이미지 메이킹"

"개인이 가진 고유의 컬러를 찾아 조화로운 이미지를 만들어요."

안마기술강화 훈련을 마치고 수료한 7명의 훈련생을 대상으로 이미지 메이킹 & 퍼스널 컬러 찾기 특강을 진행하였습니다. 이미지 메이킹이란 외모, 말투, 태도, 행동 등을 개선하여 자신의 매력을 발휘할 수 있도록 하며, 내적 이미지와 외적 이미지를 분석하여 사회적 역할에 맞게 이미지의 호감도를 높여 경쟁력을 향상 시키기 위한 과정이며, 퍼스널 컬러는 자신에게 가장 잘 어울리는 색상을 발견하고, 이를 통해 자신감을 높이며, 외모를 개선하는 데 중요한 역할을 합니다.

이번 강의를 통해 우리 훈련생 여러분들이 만나는 모든 사람에게 긍정적인 이미지와 아름다운 향기로 다가갈 수 있기를 바랍니다.

능력개발지원팀 02-950-0121



2024년 하반기 자립생활 훈련



중도 시각장애인들의 일상 회복과 사회 참여를 지원하기 위한 자립생활 훈련으로 2024년 하반기에는 점자, 컴퓨터, 스마트폰, 보행 등 기초교육을 통해 훈련생들이 새로운 환경에 적응하고 독립적인 삶을 준비할 수 있도록 도왔습니다. 시각장애인도 즐길 수 있는 쇼다운, 윷놀이, 피퍼를 통해 협동과 긴장감, 웃음과 활력을 되찾고, 청결한 환경 조성과 효율적이고 안전한 생활 방식을 배울 수 있는 정리 수납 강의를 진행했습니다. 또한, 훈련생들이 자신의 감정을 표현하고, 서로 위로와 공감을 나눌 수 있는 동료 상담 프로그램을 통해 비슷한 상황을 두고 있는 훈련생들 사이에서 깊은 유대감을 형성하고, 장애 수용의 의미를 되새기는 뜻깊은 시간을 가졌습니다.

2024년 하반기 자립생활 훈련은 단순한 교육을 넘어 훈련생들이 새로운 도전을 통해 자신감을 얻고, 서로를 응원하며 함께 성장할 수 있는 특별한 시간이었습니다. 2025년에도 훈련생들의 삶에 긍정적인 변화를 끌어내는 다양한 프로그램을 지원할 예정이니 자립생활 훈련을 통해 자신의 미래를 구체적으로 설계하고 준비하는 계기를 마련해 보세요

자립지원팀 02-950-0153



자조모임 지원사업 '음악모임 연주회'



"우리들만의 타이틀 음악하나 제 1회 정기 연주회"

자조모임 지원사업의 하나인 음악 모임은 악기연주와 합주에 대한 욕구가 있는 자립생활 훈련 수료생으로 구성되었는데요. 다양한 공연을 위해 '음악하나'라는 타이틀로 활동을 시작하여 매주 1회 정기적인 모임으로 생활 악기(우쿨렐레, 오카리나, 칼림바)를 연습하여 이번 연주회를 개최하게 되었습니다. 독주를 연주하며 자신감을 증진하고, 합주를 통해 단원들과 호흡을 맞춰 아름다운 화음과 멜로디를 완성함으로써 관객들의 박수를 받으며 희열을 느낄 수 있는 관객과 연주자 모두 행복감을 가지는 성공적인 공연으로 마무리하였습니다. 제1회 공연을 시작으로 앞으로 우리 훈련생들의 실력이 한층 향상되고, 할 수 있다는 자신감을 얻어 2025년에도 한 발 더 앞으로 나아갈 수 있도록 서울시립노원시각장애인복지관이 함께 하겠습니다.

자립지원팀 02-950-0152



자원봉사자 및 후원자 송년회



서울시립노원시각장애인복지관에서는 2024년 한 해를 마감하며 12월 12일 목요일 자원봉사자 및 후원자와 복지관 임직원이 모여 고마움을 함께 나누는 시간을 가졌습니다. 바쁜 일상에서도 시각장애인을 위해 열정적으로 자원봉사에 참여한 강미경, 김이연 낭독 봉사자, 신세락 입력 봉사자, 안희규 건강달리기 봉사자는 우수봉사자로 선정되어 감사장을 전달하였습니다. 또한, 시각장애 여성과 아동의 복지 향상을 위해 꾸준히 후원해 주시는 여성 의류업체 인동에프엔에 감사패를 전달하였습니다.

BNT 컨벤션에서 맛있는 식사와 함께 여러 봉사자와 서로의 격려, 축하의 시간을 가졌으며, 강완식 정보지원팀장의 색소폰 연주와 강희승 연주자의 리코더 연주로 한층 풍성한 시간이 되었습니다. 2024년 한 해 시각장애인을 위해 귀중한 시간을 함께해주신 자원봉사자와 인동에프엔 임직원 여러분께 진심 어린 감사의 마음을 전합니다.

정보지원팀 02-950-0173



SK 행복김치 후원물품 전달



"추운 겨울 김장 김치 후원으로 온기를 나눕니다."

2019년부터 지금까지 매년 우리 시각장애인들의 따뜻한 겨울나기를 위해 도움을 주고 있는 SK네트웍스에서 올해도 김장 김치 100박스를 후원해 주셨습니다. 후원받은 김치는 조금이나마 따뜻하고 풍요로운 겨울을 보내시길 바라는 마음으로 서울시립노원시각장애인복지관 이용자분들과 취약 계층에 전달해 드렸습니다.

"갈수록 오르는 물가에 김치가 더 귀해졌는데 이렇게 매년 도움을 주셔서 감사합니다", "행복합니다."라며 미소와 함께 감사의 인사말을 하셨습니다. 겨우내 꼭 필요한 김장 김치 후원으로 지역사회 나눔 문화를 몸소 실천해 주고 있는 SK네트웍스 임직원 여러분께 깊은 감사 드립니다.

지역사회개발팀 02-950-0160



후원 및 자원봉사

후원



결연후원



사업후원



물품후원

후원문의 02) 950-0160

홈페이지 www.nowonblind.or.kr/Board/Sponso

후원계좌 우리은행 1006-601-227253 신한은행 100-030-501953

자원봉사



도서입력



낭독



사무행정



재가복지보조
행사지원 및 안내



교육



문화·건강·체육

활동절차 자원봉사 신청 ▶ 접수 및 상담(전화or방문) ▶ 자원봉사 기초교육 후 배치
▶ 자원봉사 활동 ▶ 슈퍼비전 및 피드백 ▶ 자원봉사실적인증(VMS)

봉사문의 02) 950-0160

홈페이지

복지관: <https://www.nowonblind.or.kr>
북드림: <https://www.bookdream.or.kr>



이달의 행사

별빛 속에 빛나는 소리들 도서 출판 기념회

일시 2024. 12. 12. (목) 15:00 장소 BNT컨벤션



지난 12월 12일 목요일 오후 3시, BNT 컨벤션에서는 '고령 시각장애
인 평생학습 프로그램'의 일환으로 진행된 '시 쓰기 교실'의 작품을 모
은 도서 '**별빛 속에 빛나는 소리들**'의 출판 기념식이 열렸습니다.

이 책에는 여섯 명의 참여자가 자신의 감정과 느낌을 표현한 시와 수
상작들이 수록되어 있습니다. 출판 기념행사에는 이용자들의 가족을
포함해 많은 분이 참석하였고, 행사장에서는 색소폰과 하모니카의 연
주로 분위기가 한층 더 풍성해졌습니다.

1년간 진행된 시 쓰기 교실을 돌아보며, 가족들의 감동적인 축하 메시
지도 함께 시청하였습니다. 작가가 된 이용자분들은 꽃다발을 받으며
소감을 나누는 특별한 순간도 가졌습니다.

이제 이 책을 통해 그들의 목소리가 별빛처럼 빛나길 바라며, 따뜻한
연말을 보내는 데 큰 도움이 되시기를 바랍니다.



담당 02-950-0164





이달의 행사

시청각장애인 학습지원센터 성과 공유회

일시 2024. 12. 11. (수) 13:30 **장소** 서소문성지역사박물관



❄️ 2024 서울특별시 시청각장애인 학습지원센터 성과공유회가 지난 12월 11일, 서소문 성지 역사박물관 명례방에서 열렸습니다.

이번 행사는 학습지원센터 개관 이래 최초로 이루어진 행사로, 복권기금으로 운영되는 11개의 '시청각장애인 학습지원센터'가 모여 각 센터의 사업을 공유하고 전문가들과 함께 발전 방향을 모색하며 종사자 간 네트워크를 강화하기 위해 마련되었습니다.

각 센터의 특성을 살린 사업을 소개하였으며 '학습지원센터의 오늘과 내일을 이야기하다'라는 주제 아래 시청각장애인에게 전문가 패널과 센터장님 세 분이 함께 토론을 진행하며 학습지원센터의 발전 방향에 대해 논의하는 시간을 가졌습니다.

각 센터에 대한 이해를 높이고 앞으로 학습지원센터의 미래에 대해 속고해 볼 수 있는 시간이었습니다. 앞으로 학습지원센터는 시각장애인 이용자분들의 학습과 삶의 질 향상을 위해 더욱더 애쓰겠습니다.



담당 02-950-0140~0147
02-950-0164~0168





이달의 행사

따뜻한 연말, 고령시각장애인과 함께한 특별한 나들이

일시 2024. 12. 20. (목) 장소 서울식물원, 김포아라뱃길



❄ 노원시각장애인학습지원센터는 2024년 12월 20일, 고령 시각장애인 평생학습 프로그램 이용자들과 함께 특별한 연말 나들이를 진행했습니다.

첫 번째 목적지인 **서울식물원**에서는 윈터 페스티벌이 한창이었습니다. 바깥의 추운 날씨와 달리, 따뜻한 온실 안에서는 크리스마스 테마로 아름답게 꾸며진 다양한 식물들이 방문객들을 맞이했습니다. 참가자들은 자연의 향기와 생동감을 느끼며 특별한 겨울 정취를 만끽했습니다.

이어진 **김포 아라뱃길 크루즈 여행**에서는 맛있는 식사와 함께 흥겨운 공연이 펼쳐졌습니다. 참가자들은 한 해를 마무리하는 의미 있는 시간을 보내며, 서로의 이야기를 나누고 따뜻한 정을 나누었습니다.

이번 나들이는 고령 시각장애인들에게 특별한 연말 추억을 선사하고, 일상의 활력을 불어넣는 의미 있는 시간이 되었습니다. 노원시각장애인 학습지원센터는 앞으로도 다양한 문화 체험 프로그램을 통해 시각장애인들의 풍요로운 여가생활과 평생학습의 장을 열어갈 예정입니다.



담당 02-950-0164

신규 자료 안내

12월 이달의 데이지 도서



1. 사람이 병에 걸리는 단 2가지 원인

2. 로탈 리셋

3. 내장비만

4. 오십에서 멈추는 혈관, 백세까지 건강한 혈관

12월 이달의 학습 도서



1. 소탐대실

2. 느리지만 단단하게 자라는 식물처럼 삽니다

TIP 학습도서는 데이지 파일(오디오 형식 디지털 전자파일)과 BBF (BRAILLE BEST FILE) 파일로 제공됩니다.



담당 02-950-0166

노원시각장애인학습지원센터는 복권기금을 지원받습니다.



2024년 한 해 동안
서울시립노원시각장애인복지관을
사랑해 주신 모든 분께 감사드리며, 여러분의
마음에 따뜻한 안녕과 평온한 연말을 기원합니다.

우리 복지관은 2025년 새해에도 변함 없이
시각장애인과 가족, 지역 주민을 위해 필요한 정보와
다양한 소식을 전달하기 위하여 최선을 다해 노력하겠습니다.



2025년 소식지 '단짝'도 기대해주시기 바랍니다.

여러분!

새해 복 많~~~~이 받으세요!

