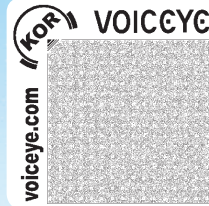


심장이야기

제53호 2020년 11월

재활 · 희망 · 미래로의 동행
오늘보다 더 큰 내일의 행복을 위하여
언제나 함께하는 곳!
횡성군장애인종합복지관



● 발행인 : 백영선 ● 발행처 : 횡성군장애인종합복지관(강원도 횡성군 횡성읍 한우로 223) ● www.hsrehab.kr ● TEL : 033-345-7341~2 ● FAX : 033-345-7338



복지관 정상운영 안내

10월 14일(수)부터 횡성군장애인종합복지관

모든 프로그램이 정상운영 되고 있습니다.

방문하시는 분들은 개인별 방역수칙을

준수하여 복지관을 이용해 주시기 바랍니다!

[복지관 이용규칙]

- ☑ 마스크 착용 필수
- ☑ 출입 시 발열체크 & 방문일지 작성
(37.5도 이상 시 출입에 제한될 수 있음)
- ☑ 손 소독제 사용
- ☑ 기침 시 옷 소매로 가리기
- ☑ 주변 사람들과 간격유지

착한이웃과 함께 하는 추석명절지원

우리 복지관은 9월 28일(월)~29일(화) 이틀 간 우리나라 최대 명절 중 하나인 추석을 맞이하여 지역 내 장애인가정 50가구에 지원하는 추석명절지원을 진행하였습니다.

첫째 날은 복지관 직원들이 모두 모여 정성을 담아 재료손질부터 조리까지 진행하였습니다. 어려운 여건에 '횡성군전통음식연구회' 봉사자님들께서 오전부터 마무리까지 도와주시고, 또 직원들 코치도 해 주셔서 어려움 없이 명절준비를 끝낼 수 있었습니다.

둘째 날은 직원들이 아침 일찍부터 명절음식 및 선물 포장을 하였고, 포장된 물품은 '횡성청년회의소' 에서 배달 봉사로 참여해 주셨습니다. 또한, '장신상' 횡성군수님께서 복지관을 방문하여 포장에 참여해주셨으며, 직접 재가장애인 가정에 방문하여 안부와 함께 명절음식을 전달해주셨습니다.

이번 명절지원은 횡성군전통음식연구회, 횡성청년회의소에서 봉사를 통해 참여해주셨고, 횡성해물, 화수목식당, 대한전기공사, 향교웨딩홀, 국순당, 청량농원에서 후원으로 동참해주셨습니다. 감사합니다.



2020년 2차 저소득 어르신 기물(밥솥)지원 프로그램

"밥솥은 사랑을 싣고~♡"



2020년 10월 푸드스마일즈 우양재단에서 지원하는 65세 이상 저소득 어르신 지원사업 '밥솥은 사랑을 싣고'에 우리 복지관이 선정되었습니다.

'밥솥은 사랑을 싣고'는 밥솥 파손 및 노후, 혹은 밥솥이 없어 교체 및 지원이 필요한 저소득 어르신들께 새 밥솥을 선물하는 사업으로, 우리 복지관은 고령의 재가장애인 10분에게 물품을 전달하였습니다.

"밥솥 바꿀 때가 되었는데, 이렇게 받으니 너무 고마워요."

신청 할 때부터 내심 기대를 하셨던 어르신들이 직접 받으니 크리스마스 선물을 받은 아이처럼 좋아하셨습니다. "고마워, 이거 보내 준 사람한테도 꼭 고맙다고 전해줘." 고마운 마음을 아무리 전해도 모자라다는 듯 연거푸 말씀하시는 모습에서 '전해드리길 참 잘했다.' 라는 생각이 들었습니다. "한국인은 밥심" 이라는 말이 있습니다. 우리 어르신들께서 좋은 밥솥으로 맛있는 밥 많이 해 드시고, 몸도 마음도 건강한 노후를 보내셨으면 좋겠습니다.

2020년 장애인식개선 공모전

-슬로건 금상-
횡성초등학교 5학년 김기범

- 포스터 금상 -
횡성여자고등학교 2학년 김태란

- 캘리그래피 동상 -
박고운(일반)

- 시상식 -

편견없는 시선
차별없는 사회
함께하는 세상!

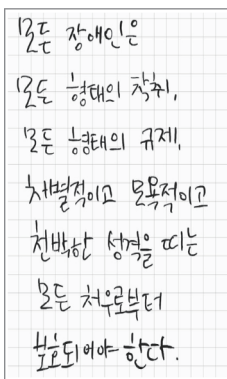
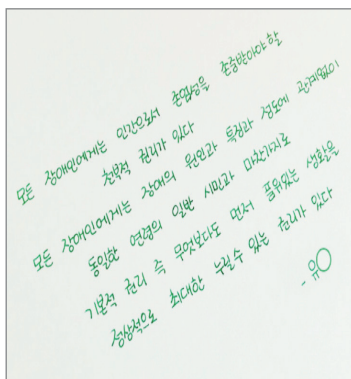
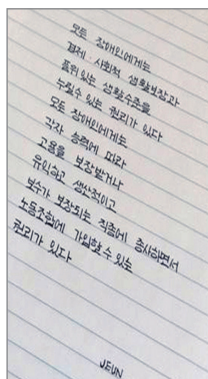


9월 14일부터 10월 16일까지 2020년 장애인식개선 공모전을 진행하였습니다. 슬로건(표어), 포스터, 캘리그래피 총 3개 분야로 나누어 작품을 접수되었으며, 전국각지에서 많은 분들이 좋은 작품을 보내주셨습니다. 2020년 장애인식개선 공모전은 전년과 달리 대회 특전으로 자원봉사활동 확인서를 발급하여 지역 내 학생들이 참가 할 수 있도록 하였고, 횡성교육지원청 교육장 상을 시상하여 학생들에게 다양한 혜택을 주고자 하였습니다. 총 3차에 걸친 심혈을 기울인 심사로 수상작들을 선정하여 지난 10월 30일 수상자들을 모시고 시상식을 진행하였습니다. 많은 분들이 참여해 주신 장애인식개선 공모전 수상 작품은 장애인 복지관 홍보물 제작 등으로 장애인식개선 활동에 활용 될 예정입니다. 앞으로 더 발전된 장애인식개선 공모전으로 여러분을 찾아뵙겠습니다.

횡성군장애인종합복지관 장애인 권리선언문 손글씨 EVENT

읽GO! 쓰GO! 올리GO!

우리복지관은 지난 10월 19일(월)부터 25일(일)까지 SNS 이벤트를 진행하였습니다. 이번 이벤트는 [장애인 권리선언문] 손글씨 인증 이벤트로 23개 문항 중 마음에 드는 1문항을 선택하여 직접 손으로 작성하고 사진으로 인증하는 이벤트입니다. 지역사회에 많은 분들이 참여해 주셨으며, 추첨을 통해 10분에게 베스킨라빈스 기프트콘을 전달해 드렸습니다. 이번 이벤트는 장애인 권리선언문을 직접 읽고 써보시면서 장애인 인권에 대해 조금 더 깊은 생각을 할 수 있는 계기가 되었습니다.



꿈★은 이루어진다! 전국 장애인 요리경연대회

2020년 사랑의복지관 주관 『제19회 온라인 전국장애인요리경연대회』에 우리복지관도 참여하였습니다. 코로나19로 인해 이번 대회는 영상과 사진을 촬영해 온라인으로 제출하는 방식으로 진행되었습니다. 또한 대회 특성상 1인 참가를 원칙으로 진행되었기에 조리의 전 과정을 스스로 해내야 한다는 부담이 있었지만, 요리대회에 꼭 나가고 싶어 했던 손○옥님의 소원을 이룰 수 있는 기회이기도 하였습니다. '슬기로운 코로나19 집콕생활 간편식 요리' 중 '건강식'을 주제로 간장양념에 야채와 함께 조리내 단백질과 비타민을 함께 섭취할 수 있는 [통삼겹 간장조림]을 만들었습니다. 일주일동안 조리 과정을 익히며 연습에 연습을 거듭한 뒤, 긴장 속에서 촬영을 하고 제출한 영상과 사진에는 손○옥님의 오랜 소망이 함께 담았습니다. 그 결과 40명이 출전한 대회에서 '동상'이라는 큰 성과를 이뤄낸 손○옥님, 수상 소식에 얼굴에 한가득 미소를 피워냈습니다. 의지를 굳히지 않고 항상 열심히 하는 손○옥님의 앞날에 더 큰 행복들이 함께하기를 바랍니다.

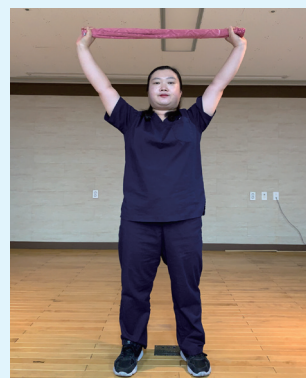


[집에서 따라하는 자가 운동법]

수건 스트레칭

- 다리를 어깨 너비로 벌린 다음, 양손에 수건의 끝을 잡고 두 팔을 쪽 뻗어 머리 위로 올린다.
- 하체는 움직이지 않고 조금씩 숨을 내쉬면서 상체만 천천히 한쪽으로 기울려, 옆구리가 당겨지는 느낌이 들면 숨을 내쉬면서 처음 자세로 되돌아간다.(15~30회 반복)
- 반대편도 같은 방법으로 실시한다.

* 운동효과 : 옆구리 스트레칭 효과



직원동정

good bye~ 수고하셨습니다. new face! 반갑습니다.

THANK
YOU!

운전기사 전 오 현



운전기사 이 우 섭

이용자분들의 편리한 복지관
이용을 위해 노력하겠습니다!
-이우섭-

복지정보

저소득장애인 진단서 발급비 및 검사비 지원사업

생계급여 및 의료급여 수급자에게 장애인 등록 진단 비용과 장애 심사를 받기 위한 검사비 일부를 지원하여 경제적인 부담을 덜어줍니다.

♥장애정도 심사 검사비 지원♥

1. 대상: 기존 등록장애인 중 재판정*을 실시하는 기초생활수급자(생계, 의료, 주거, 교육) 및 차상위 계층
* 재진단기한 도래에 따른 의무적 재판정 및 장애인연금, 장애수당, 장애아동수당 신청으로 인한 재판정 포함
2. 내용: 검사 실비 지원, 최대 지원액 10만원
3. 방법: 장애인 등록 및 서비스 신청서, 영수증 지참 후 읍면 행정복지센터(읍/면사무소)에 신청

♥장애정도 심사용 진단서 발급비 지원♥

1. 대상: ◆ 신규 등록장애인 중 생계급여·의료급여 수급자
◆ 기존 등록장애인 중 재판정을 실시하는 기초생활수급자(생계, 의료, 주거, 교육) 및 차상위 계층
2. 내용: 장애인 진단서 발급 비용의 일부 (지적, 자폐성, 정신장애 4만원, 기타 일반장애 1만 5,000원) 지급
※ 기준비용보다 영수액이 적은 경우 영수액으로 지원
3. 방법: 장애인 등록 및 서비스 신청서, 영수증 지참 후 읍면 행정복지센터(읍/면사무소)에 신청

문의 : 보건복지상담센터(☎129)

횡성장복 SNS를 소개합니다.

스마트폰 카메라로 아래 QR코드를 찍어보세요! 페이스북과 블로그로 이동됩니다.

페이스북 QR코드

이렇게 사용해 보세요!

블로그 QR코드



복지관에 궁금한 점이 있다면?

- ☞ 페이스북 메시지를 통해 담당자와 직접 소통할 수 있어요!
- ☞ 직접 대면하기 어려운 말들은 블로그 비밀댓글이나 안부게시판을 통해서 익명으로 문의할 수 있습니다.

복지관 이벤트는 SNS에서 이루어집니다!

- ☞ 상/하반기, 그리고 장애인의 날 기념 이벤트 등 다양한 이벤트가 이루어집니다!
- 상품도 두둑하니 꼭 하시는 것을 추천드려요!

섬강이야기
Quiz!

복지관 하반기 sns 이벤트는 [이것]의 23문항 중 하나를 선택하여 손글씨를 인증하는 것인데요. [이것]은 무엇일까요?

- | | |
|-----------|-------------|
| ① 독립선언문 | ② 장애인 권리선언문 |
| ③ 세계인권선언문 | ④ 성혼선언문 |

정답

이 름 :

연락처 :



- ▶ 정답자 3분을 추첨하여 복지관 **아미카페 음료쿠폰**을 선물로 드립니다.
- ▶ 제출은 복지관 1층 정수기 추첨상자에 넣어 주세요~ ▶ **이름과 연락처를 꼭 적어주세요!**
- ▶ 관보퀴즈는 전화를 통해 접수 가능합니다. ☎ 033-345-7341로 전화하여 **성명/연락처/정답**을 말씀해 주시면 복지관 직원이 대신 접수해 드립니다.



사람과 환경

- ◆ 주소 : 횡성군 횡성읍 앞들서로 27
- ◆ 전화 : 033-342-0077
- ◆ 내용 : 2013년부터 정기 금전후원



경동연탄 & 빙그레 횡성점

- ◆ 주소 : 횡성군 횡성읍 읍하남로17번길 2
- ◆ 전화 : 빙그레 033-343-2847
경동연탄 033-343-3503
- ◆ 내용 : 2016년부터 한마음 걷기대회 물품후원



한국전력공사 횡성지사

- ◆ 주소 : 횡성군 횡성읍 앞들서로 30
- ◆ 전화 : 123
- ◆ 내용 : 2014년부터 난방지원사업 후원

9~10월 착한이웃 명단

금전후원

고미경, 고치용, 구분남, 구승희, 권종순, 권준순, 김정미, 김길환, 김동교, 김동규, 김동표, 김명화, 김문화, 김미숙, 김미영, 김미자, 김삼구, 김성오, 김수진, 김승태, 김시현, 김연옥, 김영미, 김영선, 김옥남, 김완수, 김원정, 김은숙, 김이숙, 김정미, 김정은, 김종곤, 김주영, 김준기, 김준석, 김지윤, 김진숙, 김진우, 김창배, 김필기, 김현철, 김형욱, 김혜령, 김혜숙, 남기석, 남기재, 남기호, 류기섭, 명필주, 문현숙, 박동선, 박상우, 박종우, 박진동, 방옥열, 배윤희, 백영선, 변상덕, 서정식, 서정원, 손성희, 송석구, 송춘자, 신경순, 신명균, 신미라, 신비아, 신인섭, 안신영, 안옥선, 양명모, 양용석, 양준식, 양진주, 오수근, 오원종, 오태환, 오현경, 오혜인, 원동규, 원영국, 원영석, 원종호, 유경순, 유제호, 유현정, 윤광호, 윤석윤, 윤은숙, 이정미, 이계화, 이군섭, 이기성, 이대균, 이돈희, 이명희, 이미경, 이병남, 이병진, 이상진, 이수현, 이슬인, 이승희, 이연숙, 이영규, 이영철, 이원진, 이은숙, 이일구, 이재용, 이정우, 이종현, 이준재, 이진영, 이진옥, 이철영, 이필덕, 이현정, 장성구, 장태중, 전미경, 전영규, 전오현, 정병돈, 정병호, 정 영, 정운갑, 정윤석, 정윤철, 정진익, 정혜영, 정호태, 정희정, 조만희, 조병래, 조원용, 조윤숙, 조인숙, 주금석, 진경미, 채수형, 최권식, 최규만, 최동섭, 최승연, 최승진, 최정인, 하남신, 한동순, 한문희, 한송화, 한유리, 한창수, 함승희, 허만용, 허정미, 홍기옥, (주)강원이앤씨, 강원전기, 강태원복지재단, 대한전기안전공사, 동양방재기술, 사람과환경, 선덕의료재단, 어사촌, 우리치과, 해피빈, 화수목관광농원, 횡성해물

7-8월 ▶ 구분남, 김명화, 김문화, 김영선, 김정미, 김정은, 김준석, 김현철, 김혜령, 남기재, 류기섭, 박종우, 양용석, 윤은숙, 이병남, 이영철, 이일구, 이준재, 전오현, 정 영, 정혜영, 정호태, 진경미, 하남식, 함승희, 강원이앤씨, 강태원복지재단, 대한전기안전공사, 우리치과, 횡성해물

※ 죄송합니다. 전산오류로 인하여 지난 52호 착한이웃 명단에서 후원자 일부가 누락되었습니다.

항상 따뜻한 나눔을 실천해 주심에 다시 한 번 감사말씀 드리며, 추후 같은 일이 발생하지 않도록 관리에 노력하도록 하겠습니다.

물품후원

강원도의회,울리흙,푸드뱅크,홈볼트

자원봉사자

고연순, 김정임, 김기정, 김민수, 김세훈, 김숙자, 김순자, 김요섭, 김운자, 김인자, 김정희, 김형선, 남진숙, 명필주, 문순복, 박군자, 박상우, 박순자, 박재혁, 박준혁, 서도현, 서범진, 서채영, 신경희, 신은경, 안광래, 안명자, 안민섭, 안영순, 유창용, 윤미선, 이강현, 이명철, 이명희, 이병남, 이상순, 이정림, 장민서, 장상영, 장웅진, 장인환, 장혜성, 전영길, 정병돈, 정보민, 정윤자, 정준우, 정희영, 조광숙, 조영숙, 최명옥, 최복연, 한창수, 한현정, 함분숙, 함재택, 허남향, 허애자, 허정순, 홍근표, 홍기복, 홍정숙

후원종류

- 일반 후원** 장애인을 위한 전체 복지사업
- 결연 후원** 후원자가 직접 장애인에게 생 활비 및 물품 지원
- 지정 후원** 특별히 지정된 프로그램 운영 을 위한 지원
- 물품 후원** 각종 물품 지원
- 모금함 후원** 제작된 저금통을 관내 유관 기관 및 사업장등에 비치

후원계좌

예금주 횡성군장애인종합복지관
농 협 301-0019-4889-21
신 협 131-014-321594
우체국 200162-01-006284

후원문의 전화

☎ 033) 345-7341~2 (운영지원팀)

자원봉사안내

- 참여대상** 학생(중학생·고등학생·대학생), 주부, 직장인, 전문가 등 장애인 에게따뜻한 나눔의 마음으로 다가설 수 있는 개인과 단체, 모두 가능합니다.
- 참여방법** 전화나 방문 또는 인터넷으로도 신청 접수가능합니다.
- 활동영역** ▶노력봉사: 관내 운동보조, 식사 및 주방보조, 방과후교실, 계절학교(방학중), 직업훈련 작업보조, 특별활동 지도, 자료실 자료정리, 행정업무지원, 치료보조 등
- ▶전문봉사: 양방 및 한방진료, 이미용, 발마사지, 특별활동 (미술,음악,글쓰기,체육 등)
- ▶방문봉사: 가사지원(말반찬 조리, 청소, 빨래 등), 방문이미용서비스, 학습지원(학업지도, 컴퓨터지도)

모집기간 연중수시



사회복지법인 횡성사랑
횡성군장애인종합복지관
Hoengseong-gun Rehabilitation Center

횡성군장애인종합복지관은
지역 내 모든 장애인이 이용할 수 있습니다.
복지관이용, 상담 및 접수예약은 전화나 내방하시면 됩니다.

문의 033) 345-7341~2
시간 월~금 (09:30~17:30)

