



기지사씨

2022년 4월호



**한 눈에 들여다보는
은평종합사회복지관 2022년 1분기**



▶ EM&친환경사업 간담회



▶ 메티스톤 설명절 선물나눔



▶ 무료이미용서비스



▶ 설명절 후원품 전달식 - 수색역 물빛사랑회



▶ 동단위 네트워크 3권역 회의



▶ 직원교육 - 상반기 영성세미나



▶ 응암2동 밀착형 민관협력 회의



▶ 직원교육 - 2월 새힘날교육



▶ 중장년여성지원사업-원예활동



▶ 설명절 후원품 전달식 - 코레일사회봉사단 The 좋은 수색전기



Contents

04 여는이야기

팀☆이야기

05 수색·중산동팀

06 응암2·3동팀

07 사례관리팀

08 복지협력팀

10 복지지원팀

은평이야기

11 은평가정폭력상담소

12 은평푸드뱅크마켓

13 함께한 손길들 & 은평 미리보기 & 참여모집

14 후원내역

15 각종정보

발행인 이영학 / 편집인 김난희

주민 곁에 더 가까이, 움직이는 복지관

‘한 그루의 나무가 숲의 시작이고, 한 마리의 새가 봄을 알릴 수 있다.’는 말처럼 사회복지관은 늘 나무처럼, 새처럼 주민 속으로 다가가 함께 하기 위해 노력해왔습니다. 그 고민들이 지역밀착형사회복지관 사업을 통해 더 확장되어 큰 숲을 이루길 바라는 마음으로 서울시, 서울시복지재단, 21개 자치구 및 해당 동주민센터, 서울시 내 55개 종합사회복지관이 함께 추진하고 있는 지역밀착형 사회복지관을 소개합니다.

이 사업은 서울비전 2030 안전·안심도시(복지/안전)분과 핵심의제로 발굴 및 대시민 발표 후, 복지관을 거점으로 진행되고 있는 사업인데요, 2021년 25개소 시범사업 운영을 시작으로 2022년에는 21개 자치구에서 55개소가 확대 운영하게 되었습니다.

지역밀착형 복지관이란?

이른바 복지관 3대 기능(사례관리, 지역조직화, 서비스제공)의 한계를 벗어나서 지역사회로 나가서 주민과의 협력을 통해 복지문제를 해결하려고 하는 지역복지 중심기관을 말합니다. 동별로 복지관의 조직과 기능을 새롭게 하는 특징을 가지고 있습니다.

2022년에는 동별 거점공간을 발굴·조성하는 거점공간사업, 동별 특성화사업을 운영하는 지역밀착복지사업, 복지관 조직기반을 마련하는 시범사업 이렇게 각기 다른 모습으로 지역밀착형 사회복지관이 운영될 예정입니다.



[은평종합사회복지관 응암동 거점공간 '마음이음터' 내부]



우리동네 맞춤형 복지관을 비전으로 추구하는 은평종합사회복지관도 2021년 시범사업 운영을 거쳐, 2022년에는 응암권 거점공간을 활용한 응암2동밀착형복지사업 ‘매바위살담소’, 찾아가는 복지상담소, 주거취약계층 지원사업, 8구역 주민모임 지원사업 등의 수색동밀착형복지사업을 계획하고 있습니다.

이를 위해 3월 1일자로 조직개편을 진행하였으며, 이를 통해 주민 곁에 더 가까이 다가가고자 합니다. 지역밀착형 복지사업을 최일선에서 담당하는 ‘수색·증산동팀’과 ‘응암2·3동팀’, 각 동의 취약계층 지역주민에 대한 집중적인 돌봄과 지원을 담당하는 ‘사례관리팀’, 복지관을 기반으로 진행되는 서비스 제공과 복지관의 운영 전반을 담당하는 ‘복지협력팀’과 ‘복지지원팀’ 이렇게 5개 팀으로 운영됩니다. 이를 통해 각 동의 주민 및 단체, 동주민센터, 민간 기관 등과 더욱 촘촘히 협력함으로써 맞춤형 복지사업으로 주민에게 힘이 될 수 있도록 다채롭게 노력해가고자 합니다.

주민들의 마음과 삶에 봄을 알리는 역할을 할 수 있도록 많은 관심과 조언, 지원을 부탁드립니다.

*참고-지역밀착형 사회복지관 시범운영 가이드북, 2022년 지역밀착형 사회복지관 사업 참여기관 기관장 간담회 자료

수색·증산동팀



지역밀착형 물빛마을 응달샘 '찾아가는 복지상담소' 진행

지역주민분들에게 더 가까이 다가가기 위한 첫 걸음으로 3월 28일(월) '찾아가는 복지상담소'가 수색동주민센터에서 진행되었습니다! 3월에는 수색·증산동팀, 사례관리팀, 은평가정폭력상담소가 함께 연합하여 다양한 지역주민분들을 만나 뵈었고, 앞으로도 복지정보 상담, 주민의견 수렴 등 다양한 활동으로 매월 정기적으로 진행될 예정입니다!
찾아가는 복지상담소로 지역에서, 주민분들의 곁에서, 주민의 목소리를 듣고 함께할 수 있도록 노력하는 은평복지관이 되겠습니다^^

작성자 : 수색·증산동팀 송은영 대리

물빛마을 어르신활동지원 오리엔테이션 진행



3월 21일(월), 23일(수), 24일(목), 3일간 복지관에서 어르신활동지원사업 (여행로그, 뜨개질, 텃밭 프로그램) 오리엔테이션이 진행되었습니다.

1~2월 방학 기간을 가진 뒤 오랜만의 만남으로 어르신들은 서로의 안부를 반갑게 물으며 오리엔테이션에 즐겁게 참여하였는데, 어르신활동지원사업은 4월부터 본격적인 활동을 시작해 어르신들의 마음과 정성이 담긴 작품을 만들어갈 예정입니다!

모든 활동이 어르신들의 마음을 넉넉하게 채워주길 바라며 **우리 어르신들의 멋진 모습 기대해주세요~!!!**

p.s. 어르신들의 활동이 궁금하다면~!

▶▶▶ 복지관 인스타그램(ID: epswc_)으로 들어오셔서 확인해주세요!!! 수시로 업데이트 됩니다!

작성자 : 수색·증산동팀 송은영 대리

응암2·3동팀



아름다운 이웃, 우리동네 나눔가게에 대해 알고 계신가요?



아름다운 이웃, 우리동네 나눔가게란 지역 내 상점 및 업체가 나눔가게로 참여하여 저소득 주민들에게 필요한 도움을 제공함으로써 지역의 어려운 이웃을 돕고, 지속가능한 나눔 공동체를 만들어 가는 사업입니다. 우리 복지관에는 매달 음식, 쌀, 간식거리, 의료물품, 도서 및 문구, 미용, 안경, 각종 수리 등의 기부로 사랑이 가득한 나눔을 실천하고 계시는 사장님들이 계시는데요~!

도움을 받은 주민분들은 감사 인사와 칭찬, 격려의 말씀을 아끼지 않으셨습니다.

- ▶ “약과 파스를 주셔서 감사합니다. 허리가 아파서 찢찢 매는데 파스를 주셔서 잘 붙어겠습니다. 너무 감사합니다.”
 - ▶ “나눔가게 사장님 너무 고맙습니다. 혼자서 생활을 하고 있는데 음식을 보내주셔서 식사를 잘하게 되어 기쁩니다. 잘 먹겠습니다.”
 - ▶ “덕분에 감사히 잘 먹었습니다. 경기가 어려운데 많이 도움주셔서 감사합니다. 돈 많이 버십시오!”
 - ▶ “나눔가게 사장님! 요즘 코로나 때문에 힘드신데, 도와주셔서 정말 고맙습니다. 복지관 직원분들도 좋으시지만 나눔가게 사장님께서도 힘써주시니 잘 먹고 건강하게 지내겠습니다. 코로나 꼭 이겨내시고 힘내십시오! 대단히 감사합니다.”
- 앞으로도 함께 살아가는 아름다운 지역을 만들기 위해 많은 관심과 사랑을 부탁드립니다.

작성자 : 응암2·3동팀 이사라 사회복지사

중장년남성 1인가구 지원 프로그램 ‘행복함끼’ 동별모임 진행



2022년에도 중장년남성 1인가구를 대상으로 한 정기모임, 활동프로그램, 맞춤지원 등을 통해 참여자의 스트레스와 외로움을 해소하고, 질 높은 관계망과 사회적지지 수준을 높이고자 중장년남성 1인가구 지원사업 ‘행복함끼’를 진행하고 있습니다.

코로나19 확산이 지속되어 모든 참여자분이 함께 모여 모임을 할 수는 없었지만 2월-3월에는 같은 동네 사는 회원들끼리 만나 짧은 모임을 하고 근황을 나누며 관계의 끈을 이어 나갔습니다. 특히, 3월에는 따뜻해진 봄날을 맞아 회원들이 함께 불광천 산책을 하기도 하

고, 야외 카페에서 차 한잔을 마시며 오랜만에 여유를 즐기기도 하였습니다.

4월에는 참여자분들이 직접 올해 활동에 대한 계획을 수립하는 워크숍이 진행될 예정인데요. 많은 응원과 기대 부탁드립니다. 다음에도 어떤 활동을 했는지 소식 꼭 전하겠습니다. 감사합니다!

작성자 : 응암2·3동팀 김일도 팀장

사례관리팀



예금보험공사와 SGI서울보증이 함께하는 방한용품 지원사업

혼자 사는데 난방비가 많이 나와 두꺼운 이불에 의지하며 겨울을 보내는 독거 어르신세대, 오래되어 헤졌지만 당장의 생계비 지출로 새 이불을 구입하기 어려운 한부모·다자녀세대 등 겨울이불이 필요한 복지관 이용자 40명에게 따뜻한 겨울 이불이 전달되었습니다.



Q. 땡땡! 은평복지관입니다. 이번에 겨울이불을 후원받아 전달해드리려고 왔습니다.

A. 조○○: 감사합니다. 막내딸에게 항상 언니 옷, 언니 물건, 이불마저 물려줘서 미안했었는데 막내딸이 새 이불을 사용할 수 있게 되어서 너무 좋아할 것 같아요. 이번 겨울 덕분에 따뜻하게 보낼 수 있을 것 같아요. 감사합니다.

코로나19 장기화로 인하여 어느 때보다 추운 겨울을 보내고 있는 이용자들에게 이번 지원을 통해 따뜻함을 전달할 수 있었고 힘이 되어드릴 수 있었습니다. 앞으로도 지역주민들을 살피고 온기를 전하는 은평종합사회복지관이 되겠습니다.

작성자 : 사례관리팀 서선경 대리

한국수출입은행과 함께하는 취약계층 겨울나기 지원사업

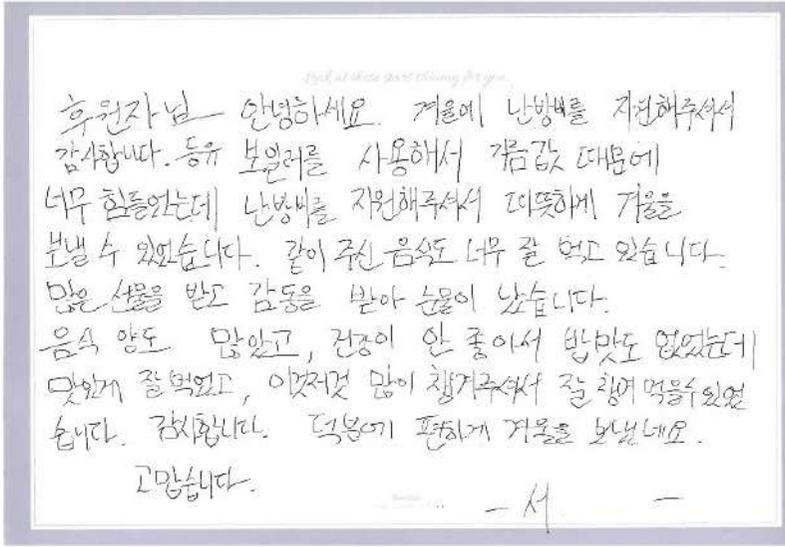
3월에 한국수출입은행 후원과 사회복지공동모금회 지원으로 진행된 취약계층 겨울나기 지원사업을 통해 복지관 이용자 5명에게 난방비 30만원과 식료품 박스를 전달하였습니다.

어르신, 평소 보일러 사용이 경제적으로 부담되어 물을 직접 끓여 생활하신다고 하셨는데, 이번 지원이 어떠셨어요~?

“ 날씨가 너무 추운데 기름을 못 넣고 있어서 이번 겨울은 어떻게 보낼지 걱정이 많았어요. 머리를 감으려면 주전자에 물을 끓여서 사용하곤 했죠. 하지만 이번 겨울은 난방비를 지원해줘서 매우 따뜻하게 보낼 수 있었어요. 많은 선물들(식료품 박스)을 보고 눈물이 났답니다. 음식도 다양해서 너무 좋았어요. 내가 좋아하는 음식이 많이 있더라고요! 무엇보다 내가 힘들다고 이야기 한 걸 기억하고 좋은 거 해준 선생님께도 너무 고마워요. 덕분에 따뜻한 겨울이 되었어요. 감사합니다.



어르신들의 감사편지와 소감을 듣고 저희 마음 또한 따뜻해졌고, 이용자분들에게 따뜻한 겨울을 선물할 수 있어서 참 감사했습니다. 앞으로 다양한 자원들을 연계하여 이용자 분들의 더 나은 삶을 위해 노력하겠습니다!



작성자 : 사례관리팀 박찬미 사회복지사

복지협력팀



태화복지재단 핵심사업 ‘마음ON사업’ 설명회



우리 법인 태화복지재단에서는 ‘태화 비전 2025’ <목표2> 나눔의 가치 확산 - 선도적 사업 개발 및 시행의 일환으로 정신건강 사업이 핵심사업으로 진행될 예정입니다. 태화는 1960년대 우리나라에 정신장애/질환의 개념이나 제도가 갖춰지지 않았을 때부터 지금까지 사회적 약자였던 이들을 위해 전문적이고 선도적인 사업을 이어왔습니다.

21년도 하반기부터 산하기관 전 직원들이 3차 교육을 이수하였습니다. 3월 29일(화)에는 본부 정신건강사업 담당 김경희 사회복지사가 우리 기관에 방문하여 설명회를 진행함으로써 핵심사업에 대한 이해를 보다 더 높일 수 있었습니다. 앞으로 은평복지관도 태화와 발맞춰 우리 지역의 마음의 어려움이 있는 분들 곁에 더 가까이, 함께하는 은평복지관이 되도록 하겠습니다.

작성자 : 복지협력팀 김난희 대리

직원 인터뷰! 근속 10주년 & 신입직원

🗨️ 근속 10주년 직원 김태준 부장



1. 자기소개

안녕하세요. 저는 2012년 2월 1일자로 은평종합사회복지관에 입사하여 올해 10주년을 맞은 김태준 사회복지사입니다. 사회복지사로 4개 기관에서 총 18년 정도 근무하였는데, 어느덧 은평에서 가장 오랜 시간 사회복지사로 근무를 하고 있습니다.

2. 10주년을 맞은 소감

무엇보다 10년의 시간을 보냈다는 것이 믿기지 않을 정도로 ‘시간이 매우 빨리 지나가는구나.’하는 놀라움이 큼니다. 처음 사회복지를 시작하게 었그제 같은데 어느덧 부장이라는 직책을 수행하고, 중년의 아저씨가 되어 가고 있다는 사실이 큰 의미를 갖게 하는 것 같습니다.(웃음) 그럼에도 무엇보다 가장 큰 소감은 ‘감사’인 것 같습니다. 10년의 시간을 돌아보면 모든 것이 하나님의 은혜였음을 느끼고, 감사한 마음입니다.

3. 10년의 근속기간 동안 가장 행복했던 순간은?

어느 한 순간 보다 작년에 복지관 중간관리자들의 리더십을 위해 성경적 세계관을 근간으로 직급교육을 받았던 때가 생각납니다. 그 순간이 즐겁고 좋기도 했고, 그 시간을 통해 은평복지관에서 지내온 시간들을 되돌아보고, 리더로서 저의 모습을 성찰해보는 시간이었기 때문입니다. 은평에서 근무하는 것이 감사하고, ‘은평복지관에서의 매 순간이 행복한 순간들이구나’라는 것을 깨달았거든요(웃음)

4. 장기 근속을 하면서 느낀 은평의 장점은?

복지관에 10주년 이상 장기근속 중인 직원분들이 많아 장기근속이라고 말하기도 부끄럽네요(웃음) 그만큼 저희 복지관이 참 좋은 곳이기 때문인 것 같습니다. 여러 이유들 중에서도 특히 태화 공동체의 하나로 은평복지관이 하나님을 경외하고, 하나님이 세우신 곳이라는 것을 믿고 인정하며 우리들이 하고 싶은대로가 아닌 우리가 해야할 것들을 먼저 바라보고 해내기 위해 노력하는 곳이라는 것이 가장 큰 장점이라고 생각합니다. 그래서 더 좋은 모습으로 성장하려고 하면서 꾸준히 그 모습들을 지켜내고 있는 것 같아요.

5. 앞으로 은평에서 이루고 싶은 바람 혹은 꿈이 있다면?

경력직으로 은평에 처음 왔을 때의 바람입니다. 이곳에 필요한 사람이 되고, 이곳이 더욱 좋은 모습으로 성장하고 변화되는 것입니다. 앞으로도 이 바람들을 이루는데 많이 기여하고 함께하며, 저 역시 더욱 성장하고 좋은 리더로 변화하고 싶습니다.(웃음)

6. 마지막으로 나에게 은평이란 어떤 곳이자 어떤 의미가 있을까요?

제가 너무나 사랑하는 곳입니다.(웃음) 앞으로 더 많은 일들이 있겠지만, 제가 어렸을 때부터 대학원까지 배웠던 것들, 다른 곳들에서의 여러 역량을 갖출 수 있도록 경험하고 훈련한 사회복지, 이 모든 것이 하나님께서 은평에서 일하고 또

잘하라고 격려하신 과정들 같습니다. 그만큼 은평은 하나님이 사랑하시는 곳이고, 저에게 축복의 통로가 되어주는 곳입니다.

은평복지관에서 일할 수 있음이 큰 영광이고, 이곳에서 만나는 모든 주민분들과 좋은 동료들에게 감사합니다. 앞으로도 더욱 열심히 하여 저에게 소중한 은평이 더욱 지역사회에 더 가깝고 필요한 곳이 될 수 있도록 노력하겠습니다.

🗨️ 신입사원 박찬미 사회복지사



1. 자기소개

안녕하세요! 은평복지관 사례관리팀에 새로 들어온 박찬미 사회복지사라고 합니다.

2. 입사동기

소외된 이웃 없이 섬김과 나눔의 정신으로 사회복지를 실천하며, 더 나아가 하나님의 큰 평화를 실현한다는 미션이 인상 깊었습니다. 섬김의 자세로 어떠한 대상도 소외시키지 않고 지역사회에 행복한 일원으로 살아가게 하기 위해 힘쓰는 모습에 저 또한 함께 동참하고 싶다는 생각이 들었습니다. 2018년 2학기중 사회복지 현장실습에 이어 여러 봉사활동을 참여하면서 제가 생각했던 사회복지의 가치와 은평이 추구하고 있는 가치관이 잘 맞는다는 생각이 들었습니다. 사회복지사로 나아가기 위해 첫 발을 딛는 곳이 은평이었으면 좋겠다는 생각을 많이 했고, 그때의 따뜻했던 기억을 다시금 경험하고 싶어 은평에 지원했었습니다.

3. 앞으로의 포부

은평의 미션처럼 현장에서 '섬김의 자세'로 나아가는 사회복지사가 되고, 저의 장점인 '밝음'으로 은평과 지역주민들에게 긍정적인 에너지가 될 것입니다. 또 전문적인 사회복지사로 성장할 수 있게 한 걸음씩 꾸준히 나아가며 성장할 것입니다. 맡은 바 최선을 다하는 은평복지관의 일원이 되겠습니다! 감사합니다.

복지지원팀



EM&친환경 자조모임

올해도 여전히 은평구 지역의 친환경 문화를 확산하는 EM&친환경 자조모임이 진행되고 있습니다. 7개 팀 자조모임 회원들은 한 달에 한 번 모임을 가지고 있는데요. 오랜 시간 서로가 함께 하며 친환경 감수성을 내재화하고 서로의 실천 팁을 공유하며, 친환경 문화 확산에 기여해 온 만큼 친환경 제품인 EM비누 제작부터 제로웨이스트, 쓰레기분리배출, 줍깅 등 다양한 활동을 실천하고 있습니다. 한동안 코로나19로 활동에 제약이 있었지만 올해는 방역지침 준수 하에 더 다양한 활동을 시도해볼 예정입니다.



뿐만 아니라, 올해는 친환경 주제 외에도 더 살기 좋은 건강한 마을을 만들기 위한 다양한 지역 사회활동을 시도해보려고 합니다. 기부, 경로식당 봉사, 밑반찬 나누기, 친환경 캠페인 등 회원들이 자발적으로 하고 싶은 활동으로 출발해 다양한 활동을 시도해볼 예정이니 기대해주세요.

작성자 : 복지지원팀 고인정 대리

은평가정폭력상담소

은평가정폭력상담소 종사지역량강화교육

2월 22일 은평가정폭력상담소에서는 상담사를 대상으로 장신대 최재숙교수를 강사로 초빙하여 정서중심 치료인 공감과 감수성 향상을 위한 종사자 역량강화교육을 실시하였습니다. 가정폭력상담을 정서중심치료 이론에 기반하여 이해하기, 자원과 강점 찾기, 거절과 소외반응에 대한 상처들과 가족구조 안에서 발생할 수 있는 다양한 정서를 깊이 이해하고 공감적 차원에서 치유-접근하는 상담법에 대해 토론하였습니다. 정서중심치료이론에 근거하여 사례를 이해하고 효과적으로 도울 수 있는 전문역량을 강화하는데 힘이 되는 시간이었습니다. 가정폭력으로 고민이시거나 가정폭력으로 고통받는 주변 이웃이 계시다면 은평가정폭력상담소로 무료상담(전화 02-326-1366) 신청해주시기 바랍니다. 은평가정폭력상담소는 한결같이 함께하며 동행하겠습니다.



작성자 : 은평가정폭력상담소 한계진 상담원

은평종합사회복지관과 함께하는 ‘찾아가는 복지상담소’

3월부터 12월까지 은평종합사회복지관 수색/증산동팀과 협업하여 매월 ‘찾아가는 복지상담소’를 함께 할 예정입니다. 3월에는 수색동주민센터 1층에서 주민센터를 이용하는 지역주민들에게 가족 간의 문제와 어려움을 상담하는 기관이 은평구 내 가까이 있음을 홍보하였습니다. 특히, MBTI 성격 유형 검사를 무료로 실시하여 자기 이해와 수용으로 타인과 가족구성원을 이해하며 건강한 가족관계를 형성할 수 있도록 돕고자 합니다. 많은 응원과 참여 부탁드립니다.



작성자 : 은평가정폭력상담소 고선희 상담원

은평푸드뱅크마켓



“희망나눔 캠페인” 식품나눔의 날 행사 진행



은평푸드뱅크마켓은 1월에 은평구청, 16개 동주민센터와 함께 설맞이 “식품나눔의 날” 행사를 진행하였습니다. 비치된 기부박스에 식품·생활용품을 기부받았고 이를 통해 나눔문화를 확산하고 구민들의 기부 참여를 제공하는 시간이 되었습니다.

또한 매월 정기적인 기부를 통해 이용자들에게 다양한 물품을 제공하기 위해 “구립행복한숲어린이집”, “은광교회”, “천불사”에서 “식품나눔의 날”참여로 기부를 받았습니다.

매월 700여명의 차상위계층(독거어르신, 한부모가정), 긴급위기가정에게 식품·생활용품을 무상으로 제공하는 은평푸드뱅크마켓은 앞으로도 다양한 홍보후원개발 활동을 통해 나눔이 풍성해 질 수 있도록 노력하겠습니다.

작성자 : 은평푸드뱅크마켓 김병오 팀장



은평 다시보기 (1-3월)

함께한 사람들 (자원봉사자)

수색·증산동팀 : 김숙자, 김중순, 박다남, 윤복순, 이나경, 이정각, 장원준

복지지원팀 : 김은순, 서상숙



은평 미리보기 (4-6월)

수색·증산동팀

<아동성장 프로그램>

물빛마을을 꼬마작곡가 : 5/12(목), 5/19(목), 5/26(목), 6/2(목), 6/9(목), 6/16(목), 6/23(목), 6/30(목)

<어르신 프로그램>

어르신 일회성 체험활동 : 4/7(목), 5/26(목), 6/16(목)

여행로그 프로그램 : 4/11(월), 4/25(월), 5/9(월), 5/23(월), 6/13(월), 6/27(월)

뜨개질 프로그램 : 4/13(수), 4/20(수), 5/11(수), 5/25(수), 6/8(수), 6/22(수)

털밭 프로그램 : 4/14(목), 4/28(목), 5/12(목), 5/26(목), 6/9(목), 6/23(목)

한글 프로그램 : 4/5(화), 4/12(화), 4/19(화), 4/26(화), 5/3(화), 5/10(화), 5/17(화), 5/24(화), 5/31(화), 6/7(화), 6/14(화), 6/21(화), 6/28(화)

무료 이미용 : 4/19(화), 5/17(화), 6/21(화)

의자운동 프로그램 : 4/12(화), 4/26(화), 5/10(화), 5/24(화), 6/14(화), 6/28(화)

<물빛마을 웅달샘 사업>

찾아가는 복지상담소 : 4/18(월), 5/16(월), 6/20(월)

그 외 신규 프로그램 일정은 은평종합사회복지관 홈페이지 새소식 란을 통해 계속 업데이트될 예정이니 많은 관심과 참여 바랍니다.

참여자/참여상점 모집

[프로그램 참여자 모집]

일시 : 5월 26일(목) 13시 / 대상 : 수색·증산동 거주 어르신 / 장소 : 복지관 내 /

내용 : '봄을 분양해드려요' - 레크리에이션, 식물 설명 및 작명, 식물 옮겨심기 등

☎ 문의 : 송은영 사회복지사 (070-4673-5114)

[프로그램 참여자 모집]

일시 : 6월 16일(목) 13시 / 대상 : 수색·증산동 거주 어르신 / 장소 : 복지관 내 /

내용 : '우리 같이 뜨개' - 레크리에이션, 친환경 수세미 뜨기 활동 등

☎ 문의 : 송은영 사회복지사 (070-4673-5114)

[프로그램 참여자 모집]

일시 : 4월 12일(화) 13시 30분 / 대상 : 수색·증산동 거주 어르신 / 장소 : 복지관 내 /

내용 : '의자운동 프로그램' - 의자 운동 활동

☎ 문의 : 유영대 사회복지사 (070-4673-5118)

[아름다운 이웃, 우리동네 나눔가게 참여상점 모집]

일시 : 매월 1회 이상 혹은 상시 / 대상 : 나눔을 원하는 지역 가게 사장님 누구나 /

내용 : 지역내 취약계층 주민들에게 필요한 도움(식품, 의료용품, 이미용, 현물 등)제공

☎ 문의 : 이사라 사회복지사 (070-4673-5113)



나눔의 손길

1-3월 후원 내역

일반후원금 13,615,000원 / 지정후원금 10,040,980원 / 특별후원금 600,000원 / 후원총액 : 24,255,980원

현금후원

개인

강연표 강재민 강재성 강주석 강지연 경영주 고인정 권대영 권미혜 권진호 금정철 김귀용 김남희 김남희 김동현 김말녀 김문현 김미선 김병오 김복연 김사라 김선용 김성란 김소은 김승연 김승찬 김은경 김은희 김인영 김일도 김종우 김태인 김태준 김화홍 김 희 문덕영 박명수 박병철 박 승 박영석 박윤규 박정희 박찬미 박춘자 방정순 변아영 사태한 서선경 서정심 서진영 손종순 송계단 송민화 송관식 송은영 심정택 안재용 양문흠 오하늘 오혜선 우철희 유영대 원무량 원진주 유정순 윤인석 은형준 이광철 이경희 이구용 이다혜 이사라 이상림 이영미 이영진 이영희 이요섭 이요찬 이용재 이윤희 이은주 이재훈 이종교 이종섭 이해란 이효진 이희준 임길순 임명재 임순자 임영란 임학수 장은주 전구훈 정경순 정대순 정성경 정윤환 정정숙 정중회 정태진 정행복 조삼조 조서인 진말숙 천새롬 최미양 최원용 최재호 최종필 최현정 최혜정 최희정 표선숙 표지숙 하재철 한계진 한복섬 한인용 허진선 홍유정 황나경 이경환 정재오 한태장

단체 및 기관

사랑의기적소교회 삼오순대국 수색차량사업소 애데스(주) 어린이재단 우리들새마을금고
(주)미래푸드시스템 태양수도종합설비 한솔인티큐브(주) 한솔피엔에스 네이버해피빈 은평구청 EM월요커플팀

교회

남북성결교회 대광교회 동산감리교회 수색감리교회 수색장로교회 진관감리교회 진관감리교회여선교회 평강감리교회 행복을전하는교회 혜성교회

물품후원

메티스톤 에퀴티파트너스, 수색역 물빛사랑회, 수색역 전기사업소(The 좋은 수색전기), 이마트 수색점, 지파운데이션

은평마을기금 우물 저금통 후원업체

대림K마트, 백수진가정의학과, 데일리정육, 소비자마트, 온누리새소망약국, 은평미용실, 커피엔

아름다운이웃, 우리동네 나눔가게 후원업체

가인헤어, 공공안경타운, 광명문고, 그안안경원, 대림K마트, 대풍횃집, 도우라이크, 띠에르노과자점, 미가락(제일식당), 삼오순대국, 온누리새소망약국, 완도농협직판장, 정관장수색역점, 지중해소나무, 함께하는 약국, 형제대장간

은평기초푸드뱅크

가이오국수, 강부자전, 구립행복한숲어린이집, 구산초등학교, 근로복지공단서울서부지사, 나눌베이커리, 다다, 다운브레드, 대경떡집, 대순진리회수색방면, 더닐크팩토리, 더만족, 던킨도너츠응암역점, 도돌이표, 롯데제과(은평), 미드소, 미시루, 베이커킴스, 브랜드동광, 브레드82, 서울우유(갈현동), 송실교회, 시루사랑, 신사어린이집, 엄대식이비인후과, 연세의료원, 오늘, 외계인방앗 간, 은광교회, 은평성모자선회, 이마트은평점, 천마태권도장, 천불사, 코코브레드, 쿠파레비구산, 크림마마, 파리바게트구산역점, 파리바게트대림시장점, 파리바게트불광역점, 파리바게트사절역점, 파리바게트서오릉점, 파리바게트은평신사점, 푸드한마음, 호연떡집

은평가정폭력상담소

경영주 고선희 김승연 차유숙 한계진

은평푸드마켓

박은정, 금선화, 김나연, 김남기, 김영애, 김은숙, 모준방, 방희연, 손혁준, 연종우, 유택상, 윤상희, 정덕원, 정수빈, 조희림, 지안나, 최재영

각종
정보



우리 복지관 최현정 조리사님의 봄을 깨우는 특급 비밀, 봄! 레시피

새로운 생명이 움트기 시작하는 계절,
겨우내 잠들어 있던 우리 몸을 깨우고, 신진대사가 왕성하게 활동할 수 있도록, 아울러 영양의 불균형도
잡아줄 수 있는 봄 채소를 더 맛있게, 신선하게, 즐길 수 있는 방법을 소개합니다.

*큰술-밥 숟가락 / 작은술-밥 숟가락 1/2 기준

달래



뿌리 부분의 긴 수염을 잘 다듬고 껍질을 벗긴 후 칼날로 눌러서 먹으면 매운
맛을 약간 없애 주기 때문에 생채로 먹기 쉬워요. 송송 썰어 양념장을 만들거나
오이와 함께 곁절이로 버무려 먹으면 씹쌀한 맛이 더해져 잃어버린 입맛을 되
살릴 수 있는 봄철 대표적인 채소이기도 합니다.

간장 양념장 만들기!

진간장, 매실청 3큰술 / 통깨 1큰술 / 진마늘 1작은술 참기름 / 고춧가루 약간씩

미나리



줄기가 억세지 않은 것을 고른 뒤, 찬물에 담그고 낫수저나 10원짜리 동전을 넣
어 이물질이 들러붙게 한 후에 건져 여러번 헹구어야 아삭한 맛과 함께 깨끗하
게 먹을 수 있습니다.

또 간장 또는 초고추장 양념장으로 샐러드처럼 먹어도 좋고, 살짝 데친 뒤 제철
해물인 쭈꾸미와 함께 돌돌 말아 초고추장에 찍어 먹으면 춘곤증을 날려버릴
수 있는 영양만점인 제철음식입니다.

초고추장 양념장 만들기!

고추장 2큰술 / 설탕, 식초, 레몬즙 1큰술 / 통깨, 다진마늘 약간씩

두릅



씹쌀한 맛으로 봄의 전령사 역할을 하는 두릅은 당뇨환자들에게 아주 좋은 음
식입니다. 사포닌 성분이 많이 포함되어 있어서 피로회복에도 아주 많은 도움
이 되니 많이 드시고 건강한 봄을 맞이하시길 바랍니다. 살짝 데쳐 초고추장 양
념에 찍어 먹거나 된장 양념에 조물조물 무쳐도 아주 좋은 식재료입니다.

된장 양념장 만들기!

맛술, 다진파 1큰술 / 다시마 국물 or 가다랑어 국물 1큰술 / 참기름, 고춧가루,
다진마늘, 깨소금 약간씩

작성자 : 복지지원팀 최현정 조리사



후원자가 되시면



기부해 주시는 후원금은 소득세법 제 34조에 의하여 연말 정산 시 소득공제 혜택을 받으실 수 있습니다.

- 기관 소식지 '겨자씨'를 보내드립니다.
- 연말에는 예쁜 달력을 선물로 드립니다.
- 문의 : 복지협력팀 ☎ 02-307-1181

후원방법



후원 계좌 예금주 은평종합사회복지관

온 라 인 국민은행 052-01-0376-433 / 우리은행 1005-200-949792

농협 100127-51-006089 / 신한은행 100-021-226001

CMS후원 직접 은행에 가지 않고 홈페이지(www.eunpyeong.or.kr)에서 신청하실 수 있습니다.



**은평구립
은평종합사회복지관**
운영법인 사회복지법인 감리회 태화복지재단

www.eunpyeong.or.kr | 서울시 은평구 은평터널로 48 | T. 02.307.1181 | F. 02.307.2128

은평가정폭력상담소

www.epcounsel.or.kr | 서울시 은평구 은평터널로 48 | T. 02.326.1366 | F. 02.376.1281

은평푸드뱅크마켓

<http://cafe.naver.com/epfood1377> | 서울시 은평구 서오릉로 134-5 | T. 02.354.1377 | F. 02.359.1388