

광주정신재활센터 <2021년 3분기 소식지>

1. 프로그램 활동 내용

1) 생활훈련관리

① 증상관리 - 생활체육

▶ 광주광역시 장애인체육회 소속 생활체육지도자가 방문하여 누구나 쉽게 따라 할 수 있는 가벼운 신체활동 프로그램을 진행해줍니다. 6명 이내로 조를 이루어 격렬한 움직임이 없는 이완훈련을 주로 하였습니다.



② 증상관리 - '독서치료(자기표현능력 향상 프로그램)'

▶ 책을 통해 자기방어를 적게 하고 쉽고 재미있는 방법으로 본인의 경험과 생각을 이끌어내고 자기 표현능력을 촉진 시킬 수 있습니다.



③ 증상관리 - '전지적 생각시점(당위적 신념 바꾸기)'

▶ “왜 나는 행복하지 않을까?” - 당위적 사고를 희망적 사고로 바꾸는 연습을 하는 인지행동프로그램입니다.



④ 여가활동 - '원데이 클래스'

▶ 매월 1회 전문강사가 방문하여 레진아트(거울만들기), 왁스타블릿, 도자기, 수제비누, 캔들 홀더, 화분 만들기 등의 다양한 활동을 하였습니다.





⑤ 여가활동

▷ 영화감상, 편치니들, 뽀빠로 만들기, 레크리에이션 등 즐거운 여가 시간을 보냈습니다.



2) 작업훈련, 취업 전 교육



① 작업기술훈련

▷ 작업훈련을 통해 회원님들은 스스로 계획하고 주도적으로 일 할 수 있다는 자신감을 가질 수 있으며, 협동심을 기를 수 있습니다.

② 동료지원가 양성과정 수료

▷ 우리센터회원 4명이 동료지원가 양성과정을 수료하였습니다.



③ 취업회원관리 - 전화상담

▷ 매주 1회 취업회원 대상으로 전화 상담을 실시하고 있습니다.

3) 기획사업

① 가족교육(비대면 자료 배부 대체)

▷ 일시 : 12월 8일 수요일

▷ 내용 : '나는 정신장애 아들을 둔 아버지입니다' 라는 제목의 도서와 '재발 없는 밝은 미래 만들기' 자료집을 만들어서 각 가정에 배부하였습니다.



② 송년행사

▷ 일시 : 12월 23일 목요일

▷ 내용 : 2021년을 돌아보고 레크리에이션, 바자회 등 즐거운 시간을 보냈습니다. 바자회로 모인 소액의 금액은 추후 기부할 예정입니다.



4) 회의 및 자원연계

① 직원회의

▷ 매주 월요일 한 주의 일정과 계획을 공유하고 중요한 사항들을 점검하며 그 밖에도 많은 논의가 이루어집니다.



② 프로그램 강사회의

▷ 4분기에 실시 한 프로그램들의 적절성, 효과성 등에 대해 논의하고 잘 된 점, 보완해야 할 점 등을 평가하고 추후 프로그램 편성에 반영할 수 있도록 회의를 진행할 예정입니다.



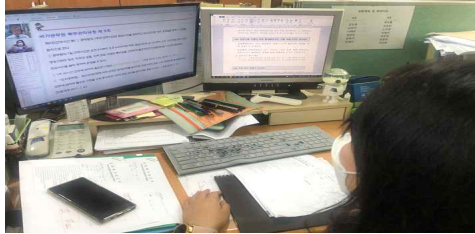
③ 가정방문

▷ 사례관리, 보호자 면담, 가족육구과악, 일상생활 관리 등을 위해 가정방문을 실시하고 있습니다.



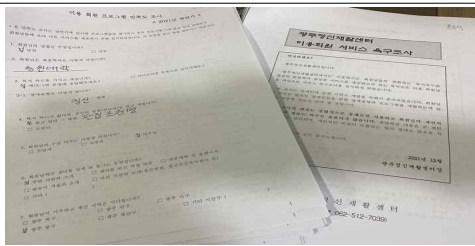
④ 각화종합사회복지관(푸드뱅크 이용)

▷ 푸드뱅크에서 식자재, 먹거리, 생필품 등을 제공 받고 회원님들에게 배분하여 드리고 있습니다.



⑤ 사회복지요원 복무관리 교육

▷ 2022년도 사회복지요원 복무관리를 위해 복무관리 규정 개정사항, 병역법시행령 개정사항 등을 주제로 하는 온라인 교육에 참여했습니다.



⑥ 하반기 프로그램 만족도조사 & 욕구조사 실시

▷ 회원들의 욕구와 만족도 파악을 위한 여러 조사를 실시했습니다. 결과는 사업평가회 때 논의하여 내년도 프로그램 기획과 편성에 반영합니다.

⑦ 사업평가회

▷ 2021년 한 해의 사업을 돌아보고 내년도 프로그램 기획, 예산편성 등의 논의를 합니다.

5) 교육 및 관리



① 생활안전교육

▷ 회원과 직원을 대상으로 코로나19 예방교육, 겨울철 올바른 난방기 사용교육이 이루어졌습니다.



② 모의대피훈련

▷ 화재가 발생했을 때 안전하게 대피를 할 수 있도록 대피방법과 경로를 익히고 연습하였습니다.



③ 인권교육

▷ 정신장애인 인권 신장을 위해 인권교육을 매년 실시하고 있습니다.



④ 해결중심상담의 이해와 실습 교육

- ▷ 효과적인 경청방법, 대화법, 강점관점을 활용한 상담법 등을 포함한 해결중심 상담 강의를 비대면으로 수강하였습니다.

6) 코로나19 대응 활동



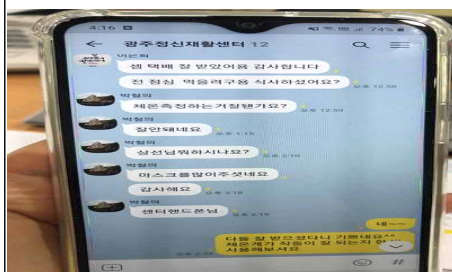
① 생활방역

- ▷ 일시 : 방역강화일로부터 매일 1회
- ▷ 내용 : 센터 내부와 외부 현관문, 복도 손잡이 등 소독약 분사, 코로나19 대응지침 게시, 마스크 착용, 안전수칙 준수



② 전문방역

- ▷ 일시 : 매월 1회
- ▷ 내용 : 소독 전문 업체와 계약하여 월 1회 방역에 힘쓰고 있습니다.



③ 활발한 SNS 메신저 단체 채팅방 활동

- ▷ 장소 : 카카오톡 메신저 단체방 개설
- ▷ 내용 : 일상공유, 안부 인사, 공지사항 알림 등이 활발하게 이루어지고 있습니다.



④ 정신재활시설 코로나19 선제적 전수조사

- ▷ 회원 월 1회(매월 수요일)
- ▷ 3차 미접종 직원: 주 2회(매주 월, 목요일)

7) 기타 활동

① 동료지원가 활동지원사업 참여

- ▷ 일시 : 2021년 1월 ~ 12월, 주 14시간 이내(월 56시간)
- ▷ 내용 : 회원 멘토링, 가정방문 및 취업장 방문 동행, 프로그램 보조진행, 생활안전교육, 소방안전교육 진행 등

	<p>② 열대어(구피) 분양</p> <p>▷ 회원 간 상호작용 촉진, 정서 표현 및 심리적 안정을 도모하고자 애완 열대어를 기르고 있습니다.</p>
	<p>③ 하반기 환경개선(소화용품) 지원 기관 선정</p> <p>▷ 광주광역시 사회서비스원에서 주관하는 사업으로 안전확보와 환경개선을 위해 소화기 2개를 지급 받았습니다.</p>
	<p>④ 가스안전점검</p> <p>▷ 해양도시가스에서 가스 정기검진을 받았습니다.</p>

2. 안내말씀

☞ 광주정신재활센터는

정신의료기관의 정기적인 치료를 받고 있는 만 15세 이상의 만성 정신질환자를 대상으로, 생활훈련과 작업훈련 등을 실시하고 있는 주간재활 사회복귀시설입니다. 본 센터에서는 정신장애로 인하여 사회적, 직업적 기능을 회복하는데 도움이 될 수 있는 다양한 치료 및 훈련 프로그램을 실시하고 있으며, 이를 통해 정신장애인들이 지역사회 내에서 건강히 잘 적응하여 사회의 일원으로 복귀할 수 있도록 돕고 있습니다.

☞ 이용안내

- 이용대상: 정신과적 어려움으로 입원 및 통원 치료를 받은 적이 있는 만 15세 이상인 자
- 이용시간: 월~금 10:00-16:00
- 안내전화: 062-512-7039
- FAX: 062-514-7039
- 홈페이지: <http://www.gipsy.org/>
- E-mail: cnupsy@hanmai.net
- 주소: 광주 광역시 북구 서하로 240-18, 2층 (오치동)

☞ 후원회원을 모집합니다.

여러분의 따뜻한 마음이 모여 정신장애인의 사회복귀에 큰 힘이 됩니다. 현금 후원 및 물품후원 모두 가능합니다.

본 센터에서는 후원자님들의 후원방식을 보다 편리하게 하기 위해 CMS 자동이체 서비스를 실시하고 있

습니다. 이 방식은 후원해주시는 회원님들로부터 계좌 정보를 수취하여 은행기관 관리프로그램에 후원자님의 출금정보를 입력함으로써 자동이체 되는 서비스로 절차가 훨씬 간편하고, 후원자님들이 직접 은행을 내방하는 등의 번거로움을 덜어줄 수 있는 편리한 방식입니다.

즉, 본 센터에 후원을 원하시는 분은 본인의 통장 계좌번호만 알려주셔도 후원이 가능하오니 많은 관심과 지원 부탁드립니다.

♣ 일자리 제공을 원합니다.

직업재활을 위한 일자리와 일거리를 찾고 있습니다. 취업활동은 정신장애인들이 사회복귀에 있어 가장 중요한 부분입니다. 사업주 여러분의 적극적인 관심과 배려를 부탁드립니다.

♣ 공지사항입니다.

코로나19 확산으로 휴관이 지속되고 있는 가운데 외부인의 출입이 제한됩니다. 따라서 자원봉사자 활동, 신규 회원 이용 상담 등에 어려움이 따릅니다. 센터이용문의는 전화 또는 카카오톡으로 연락 주세요.

- 상담시간: 오전 10시 ~ 오후 5시(공휴일 제외)
- 상담방법: 카카오톡에 ‘GJ psy’ 검색 후 채팅

3. 오시는 길



◎ 버스편 :

- 진월07, 지원15, 송정19, 일곡28, 운림35, 일곡38, 운림54
오치한전 정류장 하차 후
하오치 어린이 공원 방면 도부 3분

4. 후원 해 주신 분

김경화, 김문수, 김석웅, 김용인, 김정호, 김학배, 김현학, 김효정, 류규현, 류현정(아이사랑 언어학습 상담센터), 문정미, 박재원, 서병규, 서점숙, 신경란, 신현균, 심리건강연구소, 양애란, 염종철, 오준, 이소라, 이슬기, 이옥자, 임소영, 전기숙, 주)이.엠 코리아(김한나), 최경하, 최서예, 최선미, 최아름, 최윤희, 최현주, 최희영, 하선진

♣ 감사의 말씀을 드립니다 ♣