

# 미와 심

2026 통권 Vol.141



- 02 신년사
- 03 목차
- 04 느영나영 제주 한 걸음 -  
 평창발달장애인주간활동센터 제주여행 이야기
- 06 서로이웃, 함께하기에 풍성해지는 일상
- 08 꿈꾸는 삶, 함께 나아가는 꿈을 찾는 여정
- 10 성장으로 이끌어주는 든든한 동행 -  
 생애주기지원사업 숨은 조력자, 강사님들의 이야기
- 12 2025년 우리가 해냄, 나답게 빛나다!
- 14 모두가 이해하기 쉬운 세상을 위한, 쉬운정보 이야기
- 16 힐링, 우리들의 행복한 시간 - 문화누림 우수 소감문
- 18 나눔, 더불어 행복한 세상 - 2025년 후원금 결산
- 19 나눔, 더불어 행복한 세상 - 2025년 연간 신규 후원자, 자원활동가

엄정호





## 발달장애인주간활동센터 문화체험 “느영나영 제주 한 걸음”

평창군발달장애인주간활동센터는 11월 5일~7일 2박 3일간  
“느영나영 제주 한 걸음”이라는 이름으로 제주도 문화체험을 다녀왔습니다.

“느영나영”은 너와 나 함께라는 뜻으로, 낯선 세상 속으로 한 걸음 나아가며  
서로의 마음을 나누고 세상과 소통하는 이번 여행 시간의 의미를 담았습니다.  
참여자들은 설레는 마음으로 평창을 출발해 비행기에 올랐습니다.

비행기 이륙 전 긴장한 표정도 있었지만 하늘 위로 올라가자 하늘과 구름을  
즐기는 모습들을 볼 수 있었습니다.

“비행기 타는 게 처음엔 무서웠지만 이륙하고 나니 참을 만했어요.”  
“공연도 보고, 흑돼지고기도 먹고 너무 즐거웠어요. 오늘 하루는 100점 만점  
이에요!”

첫 비행기 탑승에 대한 긴장, 여행의 설렘으로 인해 조금은 상기된 얼굴로  
여행을 시작했습니다. 미디어아트 전시장 노형수퍼마켓, 난타공연을 관람하  
고 맛있는 제주 흑돼지고기를 먹으며 첫날 일정을 마무리 했습니다.

“산호랑 물고기, 해녀도 봤어요! 정말 신기했어요.”  
둘째 날, 숙소를 나와 숲속 기차 여행 테마파크 ‘एको랜드’로 향했습니다.  
1800년대 증기기관차 모습의 기차를 타고 하는 숲 체험은 신기하고 재밌  
었습니다. 가을 햇살이 부드럽게 비추는 숲길을 따라 기차가 달릴 때, 모두의  
얼굴엔 평화로운 미소가 번졌습니다.  
오후에는 천용씨의 소원이었던 우도잠수함 체험을 했습니다. 살아 움직이는  
바다 속은 놀라움 그 자체였습니다. 해양 테마파크 ‘아쿠아플라넷 제주’의  
바다사자 ‘치고’의 공연 관람으로 둘째 날 일정이 마감되었습니다.



### “귤 향기가 코끝에 가득해요!”

셋째 날, 카멜리아힐에서 동백을 비롯한 다양한 꽃들을 볼 수 있었고, 감귤  
밭에서 직접 딴 귤의 맛은 육지의 그것과는 비교할 수 없었습니다.

### “하루 더 있다 가면 안돼요?”

돌아오는 비행기는 두려움보다는 아쉬움 때문에 탑승하기 힘들었습니다.  
평소 강원도의 산과 들, 익숙한 지역에서 생활해오던 우리 이용자들 에게는 이번 여행은 단순한 나들이가 아니라, 세상을 더  
넓게 경험해 보는 소중한 도전이었습니다. 바다 속 잠수함을 처음 경험한 사람도 있고, 비행기 탑승 자체가 큰 용기였던 사람도  
있었습니다.

익숙하지 않은 환경에서도 서로를 배려하며 함께 움직였고, 새로운 경험에 눈을 반짝이며 적극적으로 참여 했습니다.  
우리의 첫 제주도 여행은 ‘불가능을 가능으로 바꾸는 용기’, ‘서로에게 힘이 되는 동행’, 그리고 ‘새로운 세상을 향한 첫걸음’으로  
가득했습니다.

앞으로도 평창 지역에서 살아가는 발달장애인들이 더 넓은 세상과 연결되고, 스스로의 가능성을 발견할 수 있도록 함께 응원해  
주시기 바랍니다.

by. 이재길 사회복지사



## 서로이웃

함께하기에 풍성해지는 일상,  
그 안에 특별한 소풍

지역 내 같은 취미와 관심사를 가진 사람이 장애 유무와 상관없이 함께하며  
서로가 서로의 이웃이 되는 **‘서로이웃’**

기대와 설렘이 가득한, 늘 기다려지는 소풍처럼, ‘소풍’이라는 이름으로  
모여 풍성한 일상과 그 안에서 특별한 시간을 만들어 가는 모임이 있습니다.

이들은 장애로 인해 이웃을 만나고, 취미를 공유할 기회가 없던 장애인  
참여자자 서로이웃에 대해 알고 신청한 후 삼척시자원봉사센터를 통해  
비장애인 참여자들이 연계되어 함께하게 되었습니다.  
어떤 활동을 하면 좋을지, 이웃과 함께하는 어떤 추억들을 만들어갈지 의논하며  
소풍이라는 모임명도 정하고, 여가·여행 활동을 함께하기로 주제도 정했  
습니다.

처음에는 지역 축제 참여와 근교 나들이 등 비교적 가벼운 외부 활동을 중심  
으로 만남이 이어졌습니다. 함께 이동하고, 식사하고, 시간을 보내는 경험이  
반복되면서 자연스럽게 서로에게 익숙해졌고, 관계 역시 빠르게 깊어졌  
습니다.

몇 차례의 회기 이후에는 모임 일정 외에도 서로의 안부를 먼저 묻고, 반찬을  
나누거나 집을 오가며 식사를 함께하는 등, 서로의 진짜 이웃이 되었습  
니다.

특별한 시간을 선물하는 소풍의 의미를 넘어 함께하는 일상이 당연한,  
매 순간이 소풍 같은 관계가 형성되었습니다.



“사람들 만나는 게 익숙하지 않아서 처음에는 외출 자체가 부담스러  
웠어요. 그런데 같이 여행도 가고, 축제도 다니면서 자연스럽게  
말도 늘고, 밖에 나가는 게 점점 즐거워졌어요.  
예전에는 늘 위축돼 있었는데, 이제는 먼저 연락도 하게 되고 자신감도  
생겼어요. 항상 기다려 주고, 편하게 대해 준 모임원들 덕분에 여기  
까지 올 수 있었어요. 함께해 준 분들께 정말 고맙다는 말 전하고  
싶어요.”

참여자자는 반복되는 만남 속에서 외출에 대한 부담이 자연스럽게  
열어졌고, 사람과 관계 맺는 데에도 자신감을 갖게 되었다고 말했  
습니다. 서로이웃 참여를 통해 소풍을 함께할 이웃이 생기는 것을  
넘어 일상에서 스스로 한 발 더 나아가게 만드는 힘이 되었습니다.

올해는 동해 지역 8개 모임, 삼척 지역 11개 모임 등 총 19개  
소모임이 운영되었으며, 총 103명의 참여자가 각자의 관심사와  
취미를 중심으로 모임 활동에 참여했습니다. 함께 걷고, 만들고,  
배우고, 이야기하는 활동을 통해 참여자들은 자연스럽게 관계를  
쌓아갔고, ‘장애인·비장애인’이 아닌 서로를 이웃으로 인식하게  
되었습니다.

우리 복지관은 앞으로도 「서로이웃」 사업을 통해 관계에서 시작  
되는 통합을 이어가며, 지역사회 안에서 장애인과 비장애인이  
일상의 이웃으로 만나고 연결될 수 있도록 지속적으로 지원해 나갈  
예정입니다.

by. 목소리 사회복지사







## 꿈꾸는 삶 함께 나아가는 꿈을 찾는 여정

잠 못 이루는 밤에 떠올리는 마음의 편지  
사람의 그리움으로 떠올리는 소중한 약속의 오로라  
인연의 그리움으로 그리는 예쁜 마음의 무지개

사랑의 그리움으로 떠올리는  
아름다운 은하수를 닮은 그리운 얼굴 하나를 그리며

나의 내면 속에 있는  
빛바랜 꿈 많던 젊은 날의 조상 하나를  
이 밤에 살며시 꺼내듯

그리움과 사랑이라는 포근한 이불을 덮고  
오늘보다 나은 내일을 꿈꾸며 잠에 든다

✎ 차승욱

우리 복지관은 장애인 당사자를 중심에 두고, 지역사회에서 의미 있는 삶을 살아갈 수 있도록 각자의 생각과 바람을 존중하며 개인별 지원계획을 함께 세웁니다.

사람중심실천(PCP) 도구인 PATH<sup>1)</sup>를 활용해 함께 꿈을 찾아보고, 그 꿈에 조금씩 가까워질 수 있도록 작은 걸음부터 큰 걸음까지 함께 만들어 갑니다.

과거와 현재, 미래에 대한 질문을 통해 장애인 당사자가 걸어온 길을 함께 돌아보고, 앞으로 꿈꾸는 삶을 함께 그려 봅니다.

“제 삶을 책으로 쓰면 못해도 두 권 정도는 나올 거예요. 오늘 한 권 가까이를 풀어낸 거 같아요.

이 시간을 통해 마음 속에 답답했던 것들이 어느 정도 해소된 거 같기도 하고 속이 시원하기도 하네요.

그동안 말을 못 했던 것들도 있었는데 마음 속에 있는 말을 꺼냈으니까요.

또 앞으로 해보고 싶은 걸 이야기하면서 두려움도 있긴 하지만 어떻게 될까? 기대하게 되는 것도 있어요.”

by. 꿈공장장 차승욱님

1) PATH: Planning Alternative Tomorrow with Hope, 희망으로 여는 새로운 미래 계획

## 늦은 걸음 속에 소박한 꿈

이라는 제목으로 함께 걷기 시작한 여정

꿈을 찾는 여정(PATH)을 걸으며 세웠던 계획들은 어느새 하나씩 모두 이루어졌습니다. 교회 예배에 나가고, 수련회에 참여하며 신앙공동체 안에서 시간을 보내는 일은 특별한 노력이기보다 일상이 되었고, 그 과정 속에서 지역주민들과의 관계도 자연스럽게 넓어졌습니다.

삶의 복극성으로 차승욱님을 이끌어 주던 것은 글쓰기였습니다. 마음속에만 머물던 생각과 감정들을 글로 옮기기 시작하면서 자기표현을 시작하였고, 이제는 짧은 시를 써보는 일에도 용기를 내고 있다. 완성보다 시도에 의미를 두며, 하루하루를 조금 더 의미 있게 가꾸어 가고 있습니다.

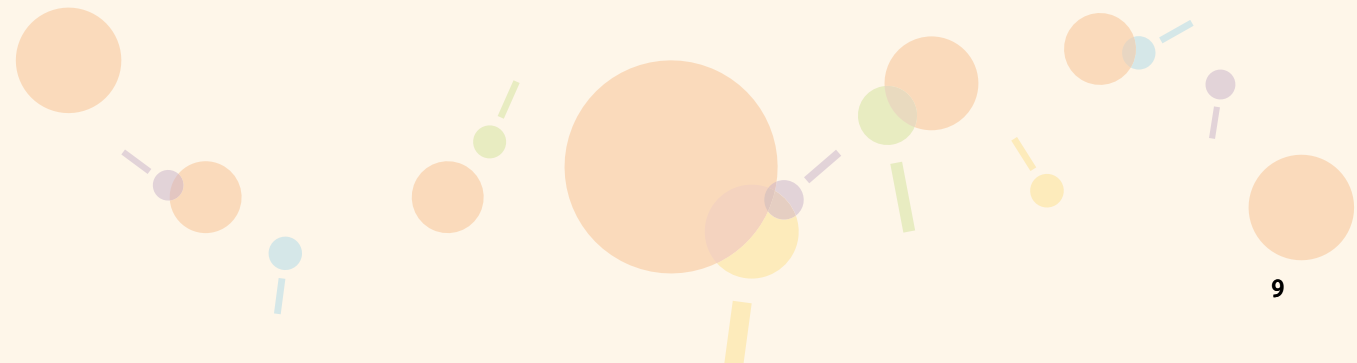
또한 일상 속에서 성실한 태도를 유지하며, 타인과의 관계에서도 따뜻함을 기반으로 한 소통을 꾸준히 실천해 왔습니다. 이러한 생활 태도는 복지관 이용자와 직원 모두에게 긍정적인 인상을 주었으며, 2025년 송년가족잔치에서 ‘참아름다운상’의 주인공이 되었습니다. 상보다 더 값진 것은, 함께한 사람들의 미소와 진심 어린 박수였습니다.

PATH의 기본원칙에 ‘우리는 서로를 돌볼 것이다.’라는 문장이 있습니다.

당사자를 대신해 정해 주는 것이 아니라, 당사자가 스스로 선택하고 결정할 수 있도록 함께 고민하며 실천할 수 있는 계획을 세웁니다.

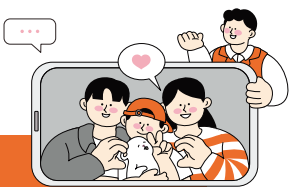
꿈을 이루고, 의미 있는 삶을 살아가기 위해 한 걸음씩 차근차근 노력하는 모든 당사자들을 따뜻한 마음으로 응원해 주세요!

by. 장성영 사회복지사



# 성장으로 이끌어주는 든든한 동행

## 생애주기지원사업 숨은 조력자, 강사님들의 이야기



우리 아이들의 하루하루는 차곡차곡 쌓여 **한 사람의 삶** 을 만들어 갑니다.

생애주기지원프로그램은 이러한 성장을 함께 지켜보고 지원하는 담당 사회복지사와 치료사뿐만 아니라, 보이지 않는 곳에서 묵묵히 힘을 보태는 많은 조력자들의 노력으로 완성됩니다.

그 중심에는 아이들의 잠재력을 발견하고 새로운 경험의 문을 열어 주시는 외부 강사님들이 계십니다. 강사님들께서는 각자의 전문성과 진심을 담아 아이들과 마음을 나누며 때로는 스승으로, 때로는 든든한 동행자로 함께해 주십니다.

아이들의 성장을 위해 함께 나아가는 강사님들의 이야기를 들어보았습니다.

“처음 물에 얼굴도 대지 못하던 아이들이 잠수하고 자신 있게 헤엄치는 모습을 보며, 매 순간이 기적처럼 느껴졌습니다. 작은 도전들이 쌓여 메달이라는 큰 성취로 이어지는 과정은 제게도 깊은 울림을 주었습니다. 함께한 시간은 아이들과 부모님께 제가 더 많은 감동을 받은, 잊지 못할 선물 같은 시간이었습니다.”

수영강사 조민기 강사

“아이들이 스스로 움직여 땀을 흘리고 체력과 운동 기능 능력이 향상 되어 가는 모습에 보람을 느낍니다. 학교에서 하는 기본 활동을 늦게나마 따라갈 수 있도록 도와서 아이들의 성공 가능성을 인지시켜주고 자존감을 높여주고 싶습니다.”

교구체육, 볼링 신희철 강사

“2009년부터 장애인 예술교육을 시작해 벌써 17년째입니다. 복지관에서 아이들과 함께하면서 한 해, 한 해 성장해 가는 아이들 모습 을 보며 저도 아주 많은걸 배우고 있습니다. 앞으로도 아이들과 즐거운 시간이 될 수 있도록 더욱 노력 하겠습니다.”

난타 이혜정 강사



“‘심플 이즈 베스트’라는 말을 바탕으로 드로잉 수업은 단순함 속에서 아이들이 다음 과정을 어렵지 않게 넘어갈 수 있도록 돕는 방향으로 이루어져 왔습니다. 점과 점을 이어 선을 만들고, 선과 선을 이어 형을 만들 듯, 아이들은 하나하나의 과정을 차근차근 이어가며 스스로 그릴 수 있는 힘을 키워왔습니다.

수업하는 1년 동안 반짝이는 눈빛으로 더 잘 그리려고 노력하는 아이들의 모습은 매 순간 감동이었습니다. 드로잉을 배우는 이 시간이 아이들의 삶 속에서 작은 점이 되어, 다른 배움과 경험들로 자연스럽게 연결되길 바랍니다. 앞으로도 아이들이 자유롭게 자신을 표현하며 더욱 멋지게 자라나기를 진심으로 응원합니다.”

드로잉 최혜선 강사

“한 해 동안 수업하면서 친구들의 집중하는 반짝반짝한 눈빛에 제가 오히려 수업하면서 힘을 받기도 했고 지난주에 배운 동작들을 기억하고 있을 때면 그렇게 뿌듯할 수가 없었습니다. 특히 오래 전 배웠던 노래를 잊지 않고 기억 해줄 때, 너무 감동이고 기특하고 고마운 마음이 컸습니다. 수업 이외에도 멀리서 열리는 대회에 같이 나갈 수 있어 너무 기대되고 떨렸었는데, 공연 당일 아이들의 활기찬 에너지가 다른 사람들한테도 잘 전달이 되었는지 좋은 결과까지 얻은 덕분에 너무 기억에 남을 기분 좋은 여름을 보냈습니다. 우리 아이들은 무대 체질인 것 같아요. 앞으로가 더욱 기대됩니다.”

댄스 김유민 강사

“한 해 동안 요리 수업을 진행하며 많은 기쁨과 배움을 얻었습니다. 요리를 통해 아이들이 스스로 해보고, 도전하고, 성취감을 느끼는 모습을 가까이에서 지켜볼 수 있어 큰 보람이 있었습니다.

함께한 모든 순간이 소중했고, 앞으로도 아이들이 즐겁고 안전하게 참여할 수 있는 수업을 위해 계속 노력하겠습니다.”

요리(교요) 정주연 강사

이번 인터뷰를 통해 생애주기지원프로그램이 단순한 활동의 나열이 아니라, 사람과 사람이 만나 함께 만들어 가는 과정임을 다시 한 번 느낄 수 있었습니다. 강사님들 한 분 한 분의 진심 어린 참여와 세심한 관심이 아이들의 일상에 작은 변화로 스며들고, 그 변화가 곧 성장으로 이어지고 있음을 확인하는 시간이었습니다.

앞으로도 복지관은 아이들의 삶의 순간마다 든든한 발판이 될 수 있도록 강사님들과 함께 고민하고 협력해 나가겠습니다. 아이들의 가능성을 믿고 조용히 곁을 지켜 주시는 모든 강사님들께 깊은 감사의 마음을 전하며, 이 따뜻한 동행이 앞으로도 계속 이어지기를 바랍니다.

인터뷰 by. 조연화 작업치료사

## 우리가 해냄: 나답게 빛나다 지역사회와 함께 만든 장애인 예술 전시회

3회 짝을 맞이한 '우리가 해냄' 전시회가 2025년 12월 12일~13일 양일간 춘천농협농수산물유통센터(엔타)에서 "나답게 빛나다"라는 제목으로 진행되었습니다.

전시회에서는 2025년 한 해 동안 해냄대학을 수강하며 열심히 작업한 그림, 도자기, 사진 등 다양한 작품들을 선보였습니다.

작품 하나하나에는 작가들의 삶의 이야기와 진솔한 시선이 담겨있었습니다. 직접 만든 작품들을 소개하기 위해 해냄대학교 수강생들은 직접 참여하며 전시 안내와 작품 소개를 통해 지역주민을 만나보았습니다.

전시회에 더욱 즐겁게 참여할 수 있도록 참여형 전시로 진행되었습니다.

### 작품을 자세히 볼 수 있는 첫 번째 미션!

구석구석 빛나는 미션수행으로 작품의 일부분을 보고 작품의 작가와 연결시켜 보는 활동지와 구석구석에 숨어있는 복지관 캐릭터를 찾아보는 미션이었습니다. 미션을 완료하면 수강생들의 작품을 활용하여 제작된 굿즈를 선물하는 뽑기 이벤트도 진행하였습니다.

이외에도 작가가 직접 그려주는 캐리커처와 나답게 굿즈 만들기 활동으로 작가의 그림을 함께 그리고 만들어보는 슈링클스 체험도 진행하였습니다.

관람객들은 전시장 안내데스크에 배치된 활동지를 받아 문제를 풀면서 작품의 주제와 표현을 보다 자세히 관찰할 수 있도록 하였습니다. 작품을 살펴보고 문제를 풀어가는 과정은 관람객이 능동적으로 전시에 참여하도록 이끌었고, 작품 하나하나에 더 오래 머무는 계기가 되었습니다.

### 참여 작가 소감

"예전에는 미술을 어떻게해야하는지 몰라서 어렵기만 했는데, 강사님이 하나하나 차근차근 가르쳐주셔서 작품을 완성할 수 있었던 것 같아요. 전시회를 열 수 있도록 도와주신 강사님께 정말 감사해요."

"복지관에서 여러 가지 경험을 하면서 좋은 작품을 많이 남길 수 있어서 기분 좋아요. 이렇게 같이 준비하고 같이 설명하고 함께할 수 있어서 더 좋아요."

### 참여 관람객 소감

"작품을 통해 작가의 마음을 느낄 수 있었던 시간이었어요. 정말 다양한 작품이 있어서 놀라기도 했고, 이렇게 다양한 작품을 볼 수 있어 좋았습니다."

"장애인 예술에 대해 편견이 있던 건 아니었지만, 그렇다고 해서 잘 알지도 못했던 것 같아요. 이렇게 직접 보니 너무 멋지도 대단하다는 생각이 들어요. 앞으로도 이런 기회가 있으면 또 보고 싶어요. 작가님들 파이팅입니다!"

해냄작가들은 전시회를 통해 직접 작품을 만들고 전시회에 참여하며 작품 완성에 대한 성취감과 지역주민과의 소통을 통한 작품 소개에 대한 기쁨을 누리며 해냄대학교 작가들은 한 발짝 더 성장했습니다.

그밖에도 어쿠스틱밴드 마음의 온도, 월드비전춘천 어린이집, 하나어린이집, 고운나래, 미래대학 댄스, 해냄 합창단의 다양한 버스킹 공연을 통해 작가와 관람객 모두가 함께 즐기는 따듯하고 의미 있는 시간을 보낼 수 있었습니다.

이번 전시회에는 KBS 방송 프로그램 '강원도가 좋다' 에도 소개되었습니다.

"장애인의 예술 활동이 단순한 재활이나 여가를 넘어 지역사회와 연결되는 문화 활동으로 자리 잡고 있다."며 방송에서는 전시회 소개와 더불어 다양한 작가들의 작품 소개와 해냄대학교의 활동을 소개하였습니다.

이렇게 「우리가 해냄: 나답게 빛나다」 전시는 한 해 동안의 배움과 도전의 결실이었으며, 참여자 모두가 "올해도 해냈다"라는 뿌듯함과 함께 각자의 자리에서 빛낼 수 있음을 확인한 뜻 깊은 시간이었습니다. 해냄대학교는 앞으로도 장애인이 자신의 삶을 주체적으로 표현하고, 지역사회와 자연스럽게 연결될 수 있는 예술 활동을 지속적으로 지원하겠습니다.

by. 고민기 사회복지사



KBS 강원도가 좋다  
우리가 해냄: 나답게 빛나다 전시회 소개 보러가기!



## 모두가 이해하기 쉬운 세상을 위한 쉬운정보 이야기

발달장애인들이 정보 접근권을 쉽게 누릴 수 있도록 돕는 방법 중 하나로 '쉬운정보'가 있습니다. '쉬운정보'란 정보를 쉽게 이해할 수 있도록, 쉽게 쓰인 자료를 의미합니다.



발달장애인들이 알아야 할 복지 정책과 제도에 대한 정보들이 발달장애인이 이해하기 어려운 형태로 제공되어, 그들에게 큰 부담이 되고 있습니다.

많은 경우 발달장애인은 자신이 받을 수 있는 복지 서비스를 알기 위해 담당 공무원에게 직접 문의하거나 주변 지인들의 도움을 받아야만 합니다.

그래서 지난해부터 우리복지관에서는 춘천시 관내 발달장애인들이 언제든지 쉽게 접근하고 이해할 수 있도록 복지 정보를 '읽기 쉬운 정보'로 제작하고 있습니다.

쉬운 정보를 함께 만들기 위해 2025년 8월, 쉬운정보 감수단이 다시 모였습니다.

지난해 활동으로 감수단의 역할을 톡톡히 해내고, 결과물을 내며 성취감을 느꼈던 감수단원 일부는 연초부터 "우리 올해는 활동 언제해요?" 하며 모임 일정을 기다리기도 했습니다. 올해의 주제는 "자립"으로, 장애인의 자립 과정에서 필요할 수 있는 3가지의 지원 정책들을 살펴보았습니다. 그렇게 선택된 장애수당, 장애인일자리, 장애인 자립자금대여, 세 가지의 지원 내용을 함께 쉬운 정보로 바꾸는 작업을 진행했습니다.

"이 말은 너무 어려워요 좀 더 쉽게 해주면 좋겠어요." "이건 이렇게 아래로 해야하지 않나요?" 지난 해의 경험으로 따로 묻지 않아도 먼저 말해주기도 하고, "일단 체크하기만 하면 돼요?" "이거 뭐하는 거예요?" 질문하는 올해 첫 번째 감수단원에게는 "읽어보고 어려운 거에다가 색칠하는 거야. 어려운 거 말해주면 선생님이 알려줄 거야."

직접 우리의 활동 내용을 한 번 더 설명해주기도 하며 활동을 이어갔습니다.



쉬운정보 감수단이 모이기 전, 쉬운정보 서포터즈가 1차 변환과 감수를 담당하였습니다.

쉬운정보 서포터즈는 2025년 한 해 동안 "누구나 이해하기 쉬운 세상 만들기"를 위해 쉬운정보가 무엇인지, 왜 필요한지, 일상에서 어떻게 활용할 수 있을지 함께 고민하고 알리는 역할을 하였습니다.

그렇게 만들어진 쉬운정보 3종

서포터즈와 감수단, 담당자가 함께 만들 자료들은 소소한 소통의 자문을 통해 최종 결과물을 완성했습니다.

쉬운정보가 만들어지기 까지.. 많은 고민과 의논의 시간, 그리고 많은 도움이 필요했습니다.

아직은 부족한 부분들이 있을 수도 있습니다. 하지만 우리가 만든 자료집에는 누구나 이해하기 쉬운 세상을 끊임없는 고민과 마음들이 담겨있습니다.

우리가 함께 고민하고 만든 자료들이 누군가에게 필요한 정보에 보다 쉽게 접근할 수 있는 도움이 되는 자료이길 바랍니다. 제작된 쉬운정보는 춘천시 내 행정복지센터, 도서관, 장애인단체 및 기관 등에서 만나보실 수 있습니다. 제작 과정 중 함께해 주신 모든 분들께 감사의 마음을 전합니다.

by. 연하현 사회복지사





## 힐링, 우리들의 행복한 시간

# 문화누림 우수 소감문

저는 중도장애인입니다.  
33세에 뇌출혈이 생겼고 그때부터 **중증  
뇌병변 장애**를 가지고 있습니다.



하루아침에 몸의 반이 전혀 움직이지 않아서 바로 옆에 있는 화장실을 갈수도 없었고, 말이 안 나와서 의사소통에도 어려움이 컸습니다. 꿈같이 황당한 일을 당하고 삶의 의욕을 잃었습니다.

지루하고 지치는 병원에서 긴 투병 생활과 재활 기간 동안 제 곁에는 부모님이 계셨습니다. 늙고 힘도 없는 부모님이.. 어머니는 병원 생활 내내 제 곁을 지키면서 6인실 보호자 침대에서 많이 불편하고 아프셨을 텐데, 그런 내색도 안하시고 정성껏 저를 보살피셨고, 아버지는 혼자서 정선에서 일하시면서 거의 매일 강릉으로, 병원을 옮긴 뒤에는 매주 서울로 올라오셔서 저와 어머니를 보고 또 그 먼 길을 내려 가셨 습니다. 젊을 때는 가난 때문에 고생만 하시다가 이제 좀 살겠다 했더니 아들이 쓰러진 겁니다.

그때의 그 헌신적이고 무조건적인 사랑과 보살핌이 없었다면 아마 저는 스스로 삶의 끈을 놓아버렸을 겁니다.

저를 낳아주셨는데, 제가 살아가는 이유를 만들어주시기까지.. 정말 이 은혜를 어떻게 갚아야 할까요? 퇴원해서 장애등급 받은 지가 이미 10년이 되었습니다. 병원에서 지내던 그 해와 그 이듬해에 어머니, 아버지의 환갑 잔치도 못해드린 게 마음에 걸렸는데, 작년에 고히 잔치도 그냥 넘기시는 겁니다. 아픈 아들 형편을 고려해 주신건지는 모르겠지만 환갑, 고히 잔치 못해드린 게 내내 마음이 불편했습니다. 그러던 중 지난 봄에 삼척시종합사회복지관에서 ‘문화누림’ 프로그램을 알게 되었고 신청해서 해당자로 뽑혔습니다.

아버지 생신에 맞추어서 진행한 온천 여행에 온 가족이 모일 수 있었고, 제가 계획, 집행, 처리, 결제. 결산까지 다 맡아서 하게 됐습니다.

어머니는 47년 만에 이런 여행 처음이시라며 좋아하십니다. 마음이 괜히 찡해졌습니다. 이런 제 모습에 부모님은 이제야 조금이라도 안심하시는 것 같았습니다. 뇌출혈로 쓰러지기 전에 누구보다 외향적이었던 녀석이었는데, 쓰러지고 난 후에는 자신감도 없어지고, 소극적이고, 사람 자체를 피하려고만 하니까 어떻게 보면 당연한 것일지도 모르겠습니다. 부모님도 활동적인 건 조금 무리가 있을 것 이라 생각하고 또 6월이라 더위도 생각해야 했기 때문에 케이블카, 스카이라일, 온천 등으로 부담 없이 스케줄을 짜고 식사도, 간식도 부족함 없이 준비 했습니다. 이런 것들을 다 해드리면서도, 가족 여행이 끝난 지금까지도 못내 아쉬움이 남습니다. 이 아쉬움의 까닭을 나름 대로 찾아봤는데 정작 하고 싶었던 한마디를 못해서가 아닐까 하는 생각이 들었습니다.

“제가 많이 부족해서 불안해하시고 아직 보살펴줘야 할 것 같은 생각에 두 분 전전긍긍 하시는 거, 저도 모르지 않아요. 이번 일을 계기로 삼아 앞으로도 계속 더 나은 모습으로 보답 할게요. 그러니까 오래 오래 사세요. 정말 많이 사랑해요.”

삼척시 최덕한님

## 지난 2023년 2월 어느 날... 내 아이가 장애아일지도 모른다는 말을 들어야만 했던 그날..

결국은 부모가 가진 강건함이 무너졌던 그날... 남편과 같이 서로 붙잡고 많은 눈물을 흘렸던 그때 기억은 잊고же 일처럼 지금도 생생하고 잊히지 않습니다. 딸의 장애를 인정하기까지 나 자신을 끊임없이 저 외딴섬으로 보내며 때론, 누구의 잘못도 아닌 것을 알면서도 부모로서 가지는 죄책감 속에서 마음의 짐을 짊어지고 마음도 지치고 몸도 지쳐있을 때쯤 기대감을 가득 안고 가족들과 함께 1박 2일의 일정을 의논하며 계획을 세웠습니다. 물론 첫째 날부터 계속 쏟아지는 비와 촘촘한 일정으로 우리의 일정은 그리 녹록치는 않았습니 다. 하지만 다음 장소에 대한 기대감과 미션을 하나씩 이뤘다는 성취감과 보람도 느끼며 알차게 보냈던 여행 첫날이었습니다. 도자기 만들기 체험은 가족끼리 다 같이 힘을 모아서 결과물을 만들어 냈다는 것에 모두가 만족해하며 가족애가 더욱 돈독해지는 것 같았습니다.

캠핑장을 예쁘게 비추고 있던 조명과 이곳저곳을 뛰어다니며 깔깔거리는 아이들을 보니 “별다른 게 행복일까? 이런 게 행복이 아닐까?”하며 빛나는 조명을 보고생각에 잠시 빠져 있었던 기억이 새록새록 떠오릅니다.

오랜만에 집이 아닌 곳에서 가족과 다과 시간을 가지며 하루의 일을 돌아보며 이런저런 시시콜콜한 이야기를 웃고 떠드는 이러한 경험들은 그동안 어딘가 마음 한구석에 답답함을 안고 지내왔을 남편과 저에게 아프지만은 않은 추억이 되고, 가족과 함께라면 어딜 가든 즐겁고 행복하다는 아이의 말은 오랫동안 기억 한편에 남아 있을 거라 소망해 봅니다.

춘천시 최정윤님 가족

## 늘 내 장애로 인해 여행이 지루하고 힘든 것 인줄만 알았지만 내가 느끼기에도 여행은 참 좋은 것이구나 하고, 마음으로 느낄 수 있도록 많이 노력했다.

그렇게 마음으로 느끼며 여행 때 느낀 감사함과 기억에 남는 점을 내 마음 주머니에 추억을 꼬깃꼬깃 집어넣어 간직하려고 한다.

감사한 점은, 다시 한 번 친구들에게 감사함을 느꼈다는 것이다. 어느 순간 장애인 으로서 자립생활에 모범이 되고자, 누군가에게 도움을 주려고만 노력했다.

내가 정작 도움을 받아야하는 중증장애인 당사자이지만, 이 부분을 착각하고 살아왔기에 이번 여행을 통해 식사, 이동, 용변 처리등 여러 부분을 친구들에게 도움을 받으며 많은 감사함을 느꼈다.

이여, 가장 기억에 남는 것은 사진이다. 별것 아닌 사진일 수 있지만, 장애당사자 에겐 자신의 모습을 사진으로 마주한다는 것은 쉽지 않을 때가 있다.

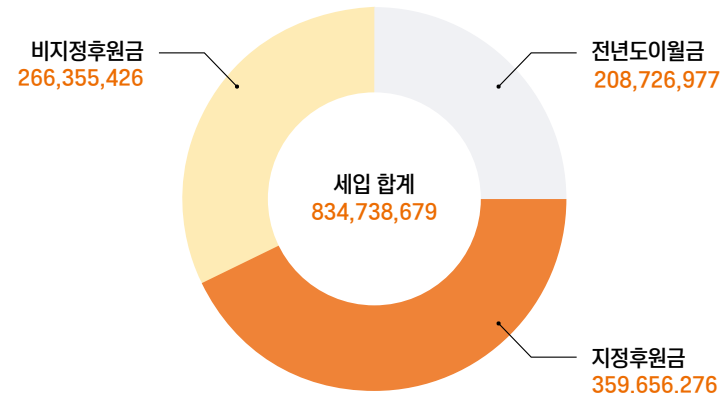
이번여행을 통해 나와 친구들의 행복한 미소가 담긴 사진을 보며, 자존감도 많이 향상된 것 같다. 장애로 인해 여행의 기회가 제약되어 있던 나에게 소중한 삶의 여가의 기회를 제공함과 동시에 진정한 휴식과 회복의 기회를 준 문화누림 사업이 감사할 뿐이다.

속초시 박지호님

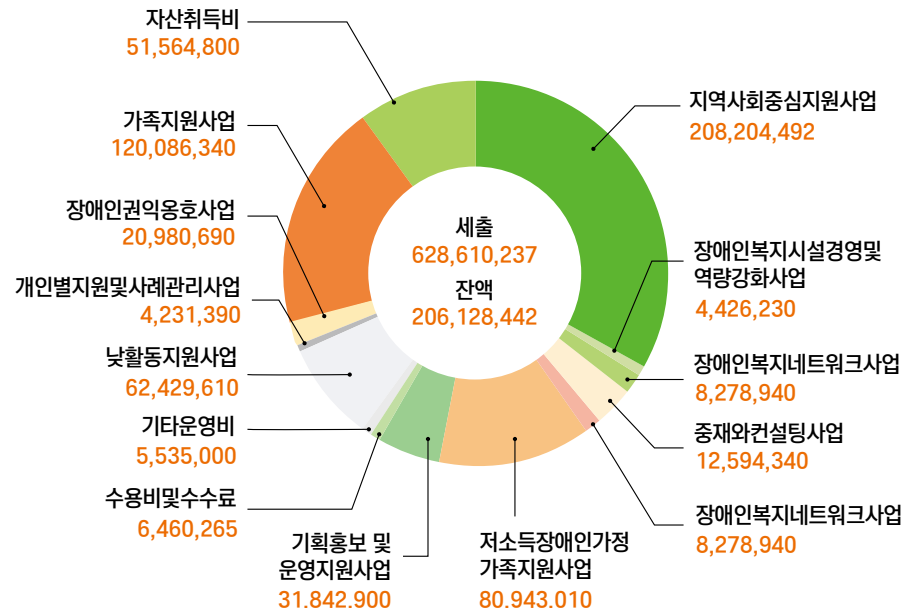


## 나눔, 더불어 행복한 세상 2025년 후원금 결산

### 세입



### 세출



### 2025년 연간 신규 후원자, 자원활동가 리스트

#### 2025년 신규 후원자

고도이 고민기 고민영 김도영 김명일 김미정 김미정 김미희 김민지 김선희 김영락 김영자 김영희 김재경 목소연 박기균 박성준 박신행 박유라 박장옥 박지은 박지혜 박현애 성길용 손경민 송근필 송요한 신지은 심상익 안지숙 원형배 윤애정 윤현정 이새현 이성윤 이예은 이은수이은지 이정호 장홍민 장효근 전규리 전성표 전숙자 조영호 주이정 지정민 최교성 최형길 한진희 함명화 허예진 홍성남 홍성환 강민정 네일뜰(박유영) 리더짐 어린이스포츠 센터(김로영) 미담인테리어(박소희) 별하네해마루(박혜남) 양구사진관(홍수찬) 큰손양대창급창구이(이철훈) 파란파도 미술교습소(송영민)

#### 2025년 자원활동가

강다은 강희태 고현탁 구현주 권혜미 권효신 길수연 김갑열 김경숙 김규리 김규석 김래영 김미양 김민선 김보현 김서영 김세현 김솔 김시연 김영미 김예원 김용임 김우빈 김우태 김은채 김정빈 김주리 김지현 김진영 김진천 김채현 김하원 나정훈 노혜숙 명해님 민병도 박규천 박금선 박미숙 박소미 박수현 박아현 박원근 박조남 박주연 박창섭 변민서 성은채 신지혜 신희섭 안재현 안진석 양정미 엄예솔 엄태집 오민주 오승원 오종순 오희주 우명화 유은숙 유하연 유한별 윤수현 윤정해 윤해인 이경숙 이규희 이기삼 이미도 이서연 이연주 이영서 이예림 이예진 이용운 이유경 이유진 이윤서 이장군 이주원 이현서 이희봉 임민지 임정연 장민화 전계희 전우영 정민주 정안숙 정우열 정재국 정진석 조민희 조윤 조윤서 진미경 진솔지 진장철 진찬영 최서현 최수아 최용순 최지원 최찬선 한기자 한만수 한석 한예빈 한희선 함다빈 함승수 홍민지 홍세영 홍유나 홍채빈 황지영

2025년 한 해 동안 도 내 장애인과 가족, 지역주민과 함께해주신 모든 후원자, 자원활동가 여러분의 나눔과 동행에 감사드립니다.





사각장애인을 위한 보이스아이 상품입니다.

QR코드를 휴대폰으로 스캔하시면  
복지관의 소식을 실시간으로 확인하실 수 있습니다.



홈페이지  
바로가기



인스타그램  
바로가기



네이버 밴드  
바로가기



강원장애인종합복지관  
특별자치도 Gangwon State Welfare Center for the Disabled

강원특별자치도 춘천시 사우로 27

T 033)255-2491 F 033)255-2494 www.rehab.or.kr