

한손애(愛) 3월

284호



		서	울	특	별	시	립		
노	원	시	각	장	애	인	복	지	관

2024년 상반기 자립생활훈련 포커스



시각장애인 자립생활 사회적응 훈련프로그램의 일환으로
자립생활훈련생 4명과 함께 3월5일(화) 서울대학교
미술관에서 개최한 '삶에서 건진 아름다움의 지분'이라는
미술작품 전시회에 다녀왔습니다.

큐레이터의 설명과 함께 저시력장애 보조 기구
(릴루미노글래스)를 착용하고 작품을 감상할 수 있어서
더욱 더 좋았습니다.

✓ 릴루미노글래스란? 그림을 영상처리하여 확대, 선명하고
뚜렷하게 볼 수 있게 만든기기입니다.

문의 : 자립지원팀 이시아 02) 950-0151



사례관리 지원연계



우리복지관에서는 복합적인 문제 및 욕구가 있는 시각장애인들과 함께 이를 해결하고 자원을 지원할 수 있도록 사례관리 사업을 진행하고 있습니다.



최근에는 2018년 실명 후 집에만 계시다가 지인의 소개로 우리 복지관에 오시게 된 이00님을 상담하게 되었습니다. 상담을 통해 알게 된 위기 상황을 해결하기 위해 단시간 동안 많은 자원을 연계하였는데요.



하나, 상당히 열악한 주거 환경을 개선으로 '따뜻한 동행'과 '행복동지'를 통해 화장실, 주방, 현관, 창호 등을 교체 및 수리하였습니다.

둘, 'MBC 치과 진료비 지원사업'을 통해 하악 틀니를 지원하였습니다.

이00님은 복지관 방문 2개월 만에 몇 년간 묵혀왔던 어려움이 해소되었다며 발 벗고 나서준 담당 직원들을 '날개숨긴 천사'라고 부릅니다.

노원시각장애인복지관은 크고 작은 어려움에 놓여있는 시각장애인들과 함께하며 분명한 도움을 드리고 있습니다. 주저 마시고 손내밀어주세요.

문의 : 자립지원팀 김민아 02) 950-0153

시각장애인 미술프로그램 '촉각을 보다'



중도 시각장애인의 자립생활을 지원하는 자립지원팀에서는 시각장애인들이 다양한 문화생활을 경험할 수 있도록 마포구 평생학습관의 지원을 받아 미술프로그램을 진행하고 있습니다.

<프로그램 내용 및 일시>

1회기-타일 티코스터

2회기-가족지갑 만들기

3회기-한지이단서랍 만들기(1)

4회기-한지이단서랍 만들기(2)

2024.3.18. ~ 4.8. 매주(월)13:30~15:30



문의 : 자립지원팀 이재령 02) 950-0154

'디톡스주스&스무디' 한잔이면 충분해!

노원시각장애인복지관에서는 서울시북부교육지원청의 지원을 받아 자연이 준 선물인 식물의 컬러별 영양소와 효능을 알아보고, 더욱 건강하게 마실 수 있는 주스와 스무디를 만들어 보며 식생활과 체질 개선에 도움을 드리고자 합니다.

<프로그램 기간>

2024년 4월 9일(화) ~ 6월 25일(화)/매주 화요일 13:00~15:00 총 12회기

<프로그램 장소>

노원시각장애인복지관 1층 일상생활훈련실

<프로그램 내용>

식물의 영양소별 효능 교육을 통한 식생활 및 체질 개선법 학습
디톡스주스 및 스무디 제조를 위한 실기 교육

문의 : 자립지원팀 손은영 02) 950-0152



추운 겨울 움추렸던 몸을 펴고 활기찬 하루하루를 맞이하기 위해 노력하는
참가자분들을 응원하며, 싱그러운 4월의 시작!
맨발 황톳길 걷기, 건강 달리기, 요가 교실과 함께합니다.

맨발 황톳길 걷기교실



중랑천 인근에 마련된 황톳길을 걸으며
봄의 기운을 느끼는 시간을 가져봅니다.

일시 : 매주 월,수 오전 10시 ~ 11시

장소 : 중랑천 인근 황톳길

내용 : 올바른 걷기 방법 숙지/다양한 체조

참가인원 : 6명

건강 달리기 교실



시각장애인이 함께 모여 마들공원, 중랑천
등을 달리며 건강한 하루를 시작해 봅니다.

일시 : 매주 화,목 오전 10시 ~ 11시

장소 : 마들공원, 중랑천

내용 : 호흡법/체력증진/심폐지구력 향상

참가인원 : 6명

요가 교실



유연성 향상과 근력강화, 스트레스 해소의
시간을 가져봅니다.

일시 : 매주 목요일 오후 1시 ~ 2시

장소 : 복지관 1층 (교육실 1)

내용 : 근력강화/다양한 요가 동작을 통한
유연성 향상

참가인원 : 6명

문의 : 여가문화지원팀 02) 950-0190

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 학습지원센터 뉴스

This month's news

한글점자일람표

한글점자일람표 (한글 점자 2024년 개정)

1. 첫 소리로 쓰인 자음자

2. 받침으로 쓰인 자음자

3. 모음자

4. 약자

5. 약어

6. 숫자

7. 양자

8. 기타

9. 기타

10. 기타

11. 기타

12. 기타

13. 기타

14. 기타

15. 기타

16. 기타

17. 기타

18. 기타

19. 기타

20. 기타

21. 기타

22. 기타

23. 기타

24. 기타

25. 기타

26. 기타

27. 기타

28. 기타

29. 기타

30. 기타

31. 기타

32. 기타

33. 기타

34. 기타

35. 기타

36. 기타

37. 기타

38. 기타

39. 기타

40. 기타

41. 기타

42. 기타

43. 기타

44. 기타

45. 기타

46. 기타

47. 기타

48. 기타

49. 기타

50. 기타

51. 기타

52. 기타

53. 기타

54. 기타

55. 기타

56. 기타

57. 기타

58. 기타

59. 기타

60. 기타

61. 기타

62. 기타

63. 기타

64. 기타

65. 기타

66. 기타

67. 기타

68. 기타

69. 기타

70. 기타

71. 기타

72. 기타

73. 기타

74. 기타

75. 기타

76. 기타

77. 기타

78. 기타

79. 기타

80. 기타

81. 기타

82. 기타

83. 기타

84. 기타

85. 기타

86. 기타

87. 기타

88. 기타

89. 기타

90. 기타

91. 기타

92. 기타

93. 기타

94. 기타

95. 기타

96. 기타

97. 기타

98. 기타

99. 기타

100. 기타

한글점자일람표 (한글 점자 2024년 개정)

1. 문장 부호

2. 기타 부호

3. 연문 앞 계조 기호

4. 기타

5. 기타

6. 기타

7. 기타

8. 기타

9. 기타

10. 기타

11. 기타

12. 기타

13. 기타

14. 기타

15. 기타

16. 기타

17. 기타

18. 기타

19. 기타

20. 기타

21. 기타

22. 기타

23. 기타

24. 기타

25. 기타

26. 기타

27. 기타

28. 기타

29. 기타

30. 기타

31. 기타

32. 기타

33. 기타

34. 기타

35. 기타

36. 기타

37. 기타

38. 기타

39. 기타

40. 기타

41. 기타

42. 기타

43. 기타

44. 기타

45. 기타

46. 기타

47. 기타

48. 기타

49. 기타

50. 기타

51. 기타

52. 기타

53. 기타

54. 기타

55. 기타

56. 기타

57. 기타

58. 기타

59. 기타

60. 기타

61. 기타

62. 기타

63. 기타

64. 기타

65. 기타

66. 기타

67. 기타

68. 기타

69. 기타

70. 기타

71. 기타

72. 기타

73. 기타

74. 기타

75. 기타

76. 기타

77. 기타

78. 기타

79. 기타

80. 기타

81. 기타

82. 기타

83. 기타

84. 기타

85. 기타

86. 기타

87. 기타

88. 기타

89. 기타

90. 기타

91. 기타

92. 기타

93. 기타

94. 기타

95. 기타

96. 기타

97. 기타

98. 기타

99. 기타

100. 기타



🔊 개정 한글점자일람표 제작 및 배포

노원시각장애인학습지원센터에서는 한글 점자를 배우고 싶어하는 비시각장애인들을 위하여 2024년 개정된 한국 점자 규정을 근거하여 한글점자일람표를 제작하였습니다. 국어 점자를 학습하는 모든 분에게 도움이 되기를 바랍니다.

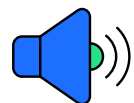
✓ 점자일람표는 노원시각장애인복지관 홈페이지 [자료실](#) ▶ [일반자료실](#)에서 다운로드 받으실 수 있습니다.



온라인점자학교, 2024 제1차 이벤트 '유머 사행시 짓기'

2024 갑진년 새해를 맞아 시각장애인들에게 웃음 선물을 드리고자 '유머 사행시 짓기' 이벤트를 실시합니다.

- 접수 기간 2월 13일(화)~3월 15일(금)
- 발표 3월 21일(목요일) 오후 3시, 유튜브 라이브 방송(채널명: 점자학교채널)
- ✓ 문의 02-950-0147 임경역



월간 '쉬운 점자' 3월호 안내

2024년 3월 호에는 어떤 내용이 실려 있을까요?

월간
쉬운
점자

● 감동이 머무는 벤치

새뮤얼 올먼의 '청춘'이라는 시가 새 봄과 함께 여러분 곁으로 찾아갑니다.

● '한글 점자 규정' 알아보기

2024 개정 '한글 점자 규정'이 3월 1일자로 시행됩니다.
개정된 점자에 대해 알아봅니다.

- 주요 변경 사항 및 신설 문장 부호 내용을 실었습니다.

● 이달의 팝송

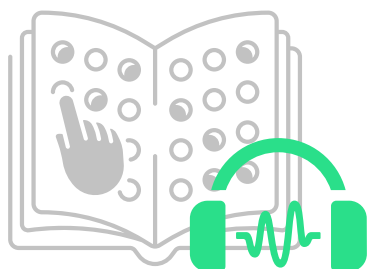
F.R.David가 노래한 'Words'입니다. 팝송 가사도 익히고 영어 약자도 익혀보세요!

● 콕콕 영어 규정 익히기

통일 영어 점자 규정을 차근차근 알아봅니다.

- 점역·교정사 시험을 준비하고 있으신 분들을 위해서 국어와 영어 과목 기출 문제 해설은 물론 모의고사가 정답과 함께 출제됩니다.

✓ 문의 02-950-0143 김예경



3월의 음악도서 안내

시각장애인들의 음악교육 및 여가 활동을 지원하고자 음악도서를 점자 파일로 제작, 보급하고 있습니다.

✓ 문의 02-950-0146 박지연

- 음악점자는 센터 내부사정으로 인해 2024년 3월까지만 접수를 받습니다.

3월의 음악도서

1. 밤양갱
2. 동방박사 세 사람
3. 그 어린 주 예수
4. I WONDER AS I WANDER
5. 평강의 노엘

점자를 공부하고 싶으시다고요?

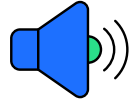
온라인 점자학교에서는 제45회 점역·교정사 시험을 준비하고 있는 수험생(시각·비시각 포함) 대상으로 국어·영어·수학 모의고사 문제지를 무료 배포합니다.

✓ 문의 02-950-0147 임경억
이메일 touchhope@naver.com



국·영·수 점역·교정 스터디 콜 센터도 운영중입니다~





브라보! 실버 라이프

고령 시각장애인 평생학습 프로그램 2024.03.05-2024.11.28 | 매주 화,수,목 | 09:00-17:00

'브라보 실버라이프'

"삶은 아름답다. 매 순간을 즐기라."

고령 시각장애인도 긍정적인 마음가짐과 적극적인 노력으로 활기찬 노년 생활을 누릴 수 있습니다. 새로운 것을 배우고 도전하는 것은 삶을 더욱 풍요롭게 만드는 비결입니다.

노원시각장애인학습지원센터

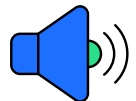
- 화요일 | 신바람 노래 교실 | 09:00-17:00
- 수요일 | 하하호호 하모니카 교실 | 09:00-17:00
- 목요일 | 인생노트 시 쓰기 교실 | 09:00-17:00

담당 | 학습지원센터 민애경 | 950-0166

노원시각장애인학습지원센터는
북권기금의 지원을 받습니다.

3월 5일 화요일, 고령 시각장애인을 위한 평생학습 프로그램 '브라보 실버라이프'가 개강 하였습니다. 건강한 심리와 자아존중감 향상을 통한 100세 시대 평생교육의 활성화를 위해 신바람 노래교실, 하하호호 하모니카교실, 인생노트 시 쓰기 교실이 운영됩니다.

✓ 문의 02-950-0166 민애경



'장애인 공무원 시험준비반' 모집 및 선발고사 지원

'한국장애인고용공단 장애인 공무원 시험준비반' 프로그램을 시각장애인이 쉽게 이용할 수 있도록, 음성컴퓨터 및 확대문제지 등의 시험 환경을 제공하고 있습니다. 선발고사를 정기적으로 실시하고 있으니, 시각장애인 수험생분들의 많은 신청 바랍니다.

● 장애인고용공단 지원내용

- 직급별 동영상 강좌(에듀윌, 에듀스파 중 한 곳)

● 학습지원센터 지원내용

- 공무원 시험 기본서 및 기출문제집 데이지 파일 제공
- 필기 합격자 모의 면접 제공

✓ 문의 02-950-0142 전지윤

