

## 새로운 도전을 향해!

### SOK 하계 종목 육성 지원(배드민턴)

우리 복지관은 스페셜올림픽 1~2월에 걸쳐 도봉구 소재 코리아에서 주관한 2025 SOK 한 체육관에서 진행된 이번 동·하계 종목 육성지원 프로그램 공모사업에 선정되어 약한 달간 배드민턴 훈련을 진행했습니다.

이번 사업은 운동 능력과 연령이 비슷한 발달장애인들이 한 팀을 이루어 훈련하며 협동심을 기르고, 또래 및 지역사회와의 교류를 넓히기 위해 준비됐는데요.

1~2월에 걸쳐 도봉구 소재 한 체육관에서 진행된 이번 훈련에 우리 복지관 청소년·성인 발달장애인 16명이 함께했습니다.

참가자들은 훈련기간 동안 거의 매일 함께 모여 전문 지도자의 체계적인 지도를 받으며 배드민턴의 기본 동작부터 차근차근 훈련했습니다. 라켓을 쥐는 법부터 팀 워크까지



▲ 훈련에 임하고 있는 참여자들.

하나하나 익히며 기초를 다지는 데 집중했습니다.

이번 훈련을 바탕으로 참여자들은 올해 하반기에

열리는 스페셜올림픽 코리아 대회에 선수로 출전할 예정 인데요. 많은 관심과 응원 부탁드립니다.

## 함께하는 따뜻한 설 명절

### 설 명절맞이 「붉은 복주머니」 지원



우리 복지관은 설 명절을 맞아 동대문구 지역 내 홀로 명절을 보내거나 소외되기 쉬운 장애인 100가정에 명절 선물 '붉은 복주머니'를 전했습니다.

이번 '붉은 복주머니'에는 명절 선물과 장애인의 가정 내 안전을 위한 무선 센서등이 포함됐는데요. 이번 명절 선물은 서울 사회복지공동모금회와 사랑의 기적소리 봉사회의 후원으로 마련되었습니다.

봉사자와 직원들은 장애인 가정을 직접 방문해 안부를 묻고, 명절 인사와 함께 선물을 전했습니다. 비록 짧은 만남이지만, 어떤 이들에게는 적막한 명절을 채워주는 따뜻한 위로가 되기도

합니다.

**“명절이 오면 더 적극적인 기분이 드는데, 올해도 복지관에서 직접 찾아와줘서 고마워요. 전화 한 통, 얼굴 한번 보는 것이 별 거 아닐 수 있어도 나이가 들고, 계속 혼자 있다 보니 큰 위로가 돼요.”**

바쁜 일상 속에서 잊고 살았던 우리 곁의 누군가를 기억하고, 안부를 묻고, 함께 시간을 보내는 것. 이것이 진정한 명절의 풍경이 아닐까 합니다.

서로를 기억하고 나누는 마음이 지역사회 안에서 계속 이어지기를 기대합니다.

## 라디오로 만나는 보치아교실

우리 복지관 보치아 교실이 KBS 제3라디오 '함께하는 세상 만들기'에 소개되었습니다. 박수정 리포터가 직접 현장을 찾아와 보치아 수업이 진행되는 모습과 참여자들의 이야기를 생생하게 담았는데요.

이번 방송에서는 보치아 교실의 활동 내용과 함께, 운동을 통해 변화해 가는 참여자들의 경험과 소감도 함

께 전해졌습니다. 현장의 열기와 진솔한 이야기가 라디오를 통해 많은 청취자들에게 전달되었습니다.

방송을 다시 듣고 싶은 분들은 KBS 제3라디오 '함께하는 세상 만들기' 홈페이지에 접속해 2월 25일 수요일 방송된 '장애와 피트니스'편을 통해 확인하실 수 있습니다.



# “우리 복지관, 이렇게 달라집니다!”

## 2026년 새로워지는 것들 ②

2026년을 시작하며 우리 복지관에도 크고 작은 변화들이 찾아오고 있습니다. 이미 새롭게 시작된 것들도 있고, 곧 변화를 앞두고 준비 중인 내용들도 있는데요. 1~2월 웹진에서는 2026년을 맞아 달라지는 복지관의 새로운 이야기들을 한데 모아 소개합니다.

### ▶ 신규 프로그램 힐링손 안마지원

우리 복지관은 2025년 12월 23일 종로인명장애인 자립생활센터와 업무 협약을 맺고 올해부터 ‘힐링손 안마지원’을 시작했습니다.

매주 월요일과 화요일, 종로인명자립생활센터에서 파견된 시각장애인 안마사 두 분이 상지 안마를 해주고 계신데요. 단순한 마사지에 그치지 않고 참여자의 건강 상태를 살피며 일상 속 관리 방법도 함께 안내하고 있습니다.



### ▶ 신규 프로그램 모두보드

모두보드는 초등학교 저학년 아동을 대상으로 진행되는 그룹 작업치료입니다. 놀이를 매개로 아동의 정서·사회성 발달·인지를 균형있게 지원하는 프로그램인데요.

아이들이 쉽게 참여할 수 있는 보드게임을 활용해 규칙을 이해하고, 순서를 지키는 과정을 통해 주의집중력과 사고력을 기를 수 있도록 돕습니다. 또한 또래와 함께 협동하고 상호작용하는 과정 속에서 감정을 조절하고 자신의 생각을 표현하는 연습을 하며 사회적 기술과 긍정적인 또래 관계 형성을 지원하고 있습니다.

단순한 놀이 활동이 아닌, 아동 개별 특성을 고려한 치료적 목표 설정과 관찰·중재가 함께 이루어지는 작업치료 기반 프로그램입니다.



### ▶ 신규 프로그램 농구교실

올해부터 성인 장애인을 대상으로 ‘농구교실’이 새롭게 시작되었습니다.

농구 종목의 기본 기술을 단계적으로 학습하는 프로그램으로, 패스와 드리블, 슛 등 기초 동작을 참여자의 수준에 맞춰 안전하고 재미있게 활동할 수 있도록 진행하고 있습니다.

또한 다양한 농구 활동과 게임을 통해 농구 실력과 체력을 기르는 것은 물론, 협동심까지 자연스럽게 경험할 수 있도록 프로그램을 운영하고자 합니다.



▶ **신규 프로그램-건강해GYM** **똑똑운동교실**

건강해짐에 새로운 운동프로그램 '똑똑운동교실'이 시작됐습니다. 똑똑운동교실은 장노년 장애인을 대상으로, 순발력과 협응력을 기를 수 있는 '운동 게임'을 중심으로 진행됩니다. 게임 형식의 운동과 재미있는 벌칙으로 교실에는 웃음이 끊이지 않고 있는데요. 치매예방과 웃음으로 하루에 활력이 돈다는 후기들입니다.

▶ **신규 프로그램-건강해GYM** **편안한운동교실**

건강해짐의 또 다른 신규 운동 프로그램 '편안한운동교실'입니다. 편안한운동교실은 '편마비 장애인의 신체를 편안하게 만든다'는 의미로, 장노년 뇌병변 장애인을 위한 프로그램입니다. 장애 특성과 신체 상태를 이해하는 과정부터 적절한 운동 방법까지 전문적으로 지도하며 참여자들이 자신의 몸을 객관적으로 바라보고 관리할 수 있도록 돕고 있습니다.



\*이해를 돕기 위한 예시사진입니다.


▶ **신규 프로그램** **원데이스포츠클래스**

원데이스포츠클래스는 다양한 스포츠 종목을 단회성 체험 및 관람하는 프로그램입니다. 참여자들이 새로운 운동을 부담 없이 경험해보고, 자신에게 맞는 종목을 발견할 수 있도록 돕고자 마련되었습니다. 원데이스포츠클래스는 분기별 1회씩 진행될 계획인데요. 각 운동 종목의 기본 규칙과 동작을 체험하며 스포츠에 대한 흥미를 높이고, 이를 계기로 지속적인 체육활동 참여로 이어질 수 있도록 지원할 예정입니다. 많은 관심과 참여 부탁드립니다.

**편집자의 말 |**

이번 달의 주제는 '새 바람입니다. 어느덧 1월이 지나고 2월이 되었습니다. 한 달 동안 잠시 숨을 고르던 복지관에 다시 프로그램들이 시작되고, 이용자와 보호자들이 오가며 조용했던 복지관이 다시 활기를 찾았습니다. 복지관이 다시 복작이는 모습을 보니 이제야 본격적으로 2026년이 시작되는구나 하는 생각이 듭니다. 그 풍경이 새삼 반갑고, 또 감회가 새롭습니다.

2월은 대부분의 프로그램이 개강하는 시기이기도 합니다. 긴 겨울을 끝내고 봄을 기다리는 이 시기에, 우리 복지관에도 새로운 변화의 바람들이 불어오고 있습니다. 참여자들의 새로운 도전과 따뜻한 나눔, 그리고 새롭게 시작되는 프로그램들까지. 우리 복지관에 불어오는 새 바람들을 이번 웹진에 담았습니다. 이 바람이 우리 모두의 일상에 작은 활력과 기대가 되기를 바랍니다. **김동현 사회복지사**

 사회복지법인 동안복지재단  
구립동대문장애인종합복지관



“동대문장애인종합복지관”을 검색하시면 다양한 콘텐츠를 즐기실 수 있습니다.