방화6종합사회복지관 소식지
2018 Summer Vol.26

6유쾌한 사람들



Kiturami 복지재단
방화6종합사회복지관

마을과 이웃, 특히 생활이 어려운 주민을 위한
다양한 봉사활동을 하며 보람되고 즐거움을 느꼈습니다.

봉사활동이 나 자신에게 더 활력을 주는 것 같습니다.
뜻있고 활기찬 활동이 없을까 생각하다가
남편과 지역 어르신들을 위한 색소폰 연주를 의논했습니다.
복지관에서 하는 어버이날 행사에서
카네이션을 달아드리고 색소폰 공연도 펼쳤습니다.
짧은 시간이었지만 흥겨워하는 어르신들을 보니
마음이 뿌듯했습니다.
마을과 이웃을 위해 마음을 보태는 일에 함께 해 주세요.

김기학 주민



[표지해설]
스물여섯번째 표지모델 **김기학 김흥배** 가족



마을일이라면 언제 어디서나 발 벗고 나서는 **김기학, 김흥배** 가족을 소개합니다.

식사배달, 방화나눔축제, 어버이날 행사...봉사활동을 하며 몸이 열 개라도 부족하지만
'몸은 힘들어도 내가 해야 할 일'이라는 김기학, 김흥배 가족이 있어
방화동 곳곳에서 행복한 웃음이 피어났습니다.
마을행복지킴이 김기학, 김흥배 가족과 함께 해 보세요. 따뜻한 하루가 시작됩니다.

주민의 마음이 알음알음 모여 하나가 되다

어깨춤을 들썩이게 한 색소폰 공연
가슴에 카네이션을 달아드리며 감사인사를 전했던 손길
건강을 기원하며 특별식을 만들며 흘린 땀방울
주민들의 정성이 알음알음 모여
마을 어르신들께 어버이날 감사인사를 전했습니다.

노릇노릇 해물파전, 닭꼬치, 떡볶이...
맛깔나는 음식을 만든 지역단체와 주민모임 회원들
'구경 한 번 해 보세요' 목이 쉬도록 외치던 귀뚜라미 사원들과 봉사자
'골라골라' 안쓰는 장난감을 팔아 기부한 어린이들
손뜨개, 캐리커처...나눔에 즐거움을 더한 누구나 강좌 강사와
주민들의 노력이 모여 방화나눔축제를 성대히 마쳤습니다.

지난 4월~6월
주민들의 마음이 알음알음 모여
아름드리나무처럼 하나가 되었던 이야기들을
소식지 26호에서 만나보세요.



Contents

FOCUS	2018 방화나눔축제, 방화동 함께 움트다	/ 04
생생정보톡	방화떡방앗간 사장님이 전하는 떡 맛있게 보관하는 방법	/ 07
유쾌한이야기1	어버이날 맛이 어울한마당 카네이션 나눔축제	/ 08
유쾌한이야기2	마을배움터 프로젝트 누구나강좌	/ 10
유쾌한이야기3	내 삶의 리더가 되는 과정 동기유발프로젝트 리더십캠프	/ 12
방화6NEWS	2018년 4월~6월 주요행사	/ 14
유쾌한이웃1	마을에서 나눔을 실천하는 오휘 류정옥 후원자	/ 18
유쾌한이웃2	식사배달 봉사자 노우경, 조용성, 조다빈 가족	/ 20
참,고맙습니다	방화6의 따뜻한 이웃, 선한 이웃	/ 22

• **발행인** 김성미 • **편집인** 하정민, 송진호, 남정교, 김서빈 • **발행처** 방화6종합사회복지관
• **전화** 02-2666-6181~3 • **팩스** 02-2666-6184 • **홈페이지** www.banghwa6.or.kr
• **주소** 서울시 강서구 금낭화로 23길 25(방화동, 방화6단지아파트) • **디자인/인쇄** 리치애드

함께 만드는 우리동네

2018 방화나눔축제 방화동 함께 움트다

푸르른 나뭇잎이 움트는 **5월, 18일(금)~19일(토) 2일간**
2018 방화나눔축제 **'방화동 함께 움트다'**가 진행하였습니다.

올해로 8번째를 맞이하는 방화나눔축제는
'어르신들의 건강한 삶을 영위할 수 있도록 도움을 주는 동네'
'아동청소년이 함께 어울리는 즐거움이 가득한 동네'
'이웃의 꿈과 행복을 함께 채움으로 따뜻한 동네'
'재능나눔을 통한 배움이 활발한 동네'를 위한
나눔을 움트게 하였습니다.

축제 시작 전부터 많은 주민들의 관심을 받았습니다.
포스터를 본 어르신은 '이번엔 또 어떤 재미난 것들을 준비했어??'묻고,
아이들은 '작년에 풍선 만들어줬는데 이번에도 해줘요?'라며 들뜬 마음을 표현하였습니다.



빨리 시작해요

분주하게 손을 움직이며 준비하는 틈 사이로 주민들이 방화나눔축제에 대한 기대감을 표현하였습니다. '싹이 새로 돋아 나오기 시작하다'라는 의미를 가진 움트다처럼 방화동에 새로운 희망을 움트기 위해 많은 사람들이 모여서 풍성한 축제를 만들었습니다. 주민들의 관심속에 방화나눔축제가 성황리에 막을 올렸습니다.

우리 마을에서 하는 거니깐 당연히 같이 해야지

방화나눔축제를 진행한다고 하니 지역단체 회원들이 한 마음 한 뜻으로 기꺼이 봉사에 참여하였습니다. 음식 먹거리부스를 운영한 나눔행복봉사단, 바르게살기위원회, 방화3동 적십자회, 재향군인회, 방화3동 부녀회 회원들이 이웃 한명, 한명과 눈을 맞추며 맛있는 먹거리를 판매하였습니다.

우리도 함께 참여하면 더욱 의미 있는 시간이 될 것 같아요

누구나 강좌에 참여하는 강사와 수강주민들이 풍성한 축제를 만드는데 도움을 주었습니다. 손뜨개, 종이접기, 캐리커처, 정리수납 등 다양한 체험활동으로 이웃과 함께 하였습니다. 부스에 참여한 주민들은 다양한 활동의 즐거움 뿐만 아니라 나눔의 의미도 다시금 느끼는 시간이었습니다.
꿈틀꿈틀 도서관을 이용하는 아동들도 집에서 가져온 중고 장난감을 판매하고 수익금의 10%를 기부하였습니다. 고사리 손으로 나눔에 참여하며 힘을 보탰습니다.









역시 식혜는 여기가 최고 맛있어

매번 복지관 행사가 있을 때마다 참여하는 주민모임들이 이번에도 더욱 풍성한 축제를 만들어 주었습니다. 하나두리-이음, 미생, 행복한 노우 모임 회원들은 직접 만든 먹거리를 판매하여 수익금을 기부하고, 판매한 음식을 맛있게 먹는 이웃들을 보며 더욱 즐거워하였습니다.

힘든데, 정말 축제에 참여하는 것 같이 보람있네요

양일간 귀뚜라미 그룹 임직원, 대학생, 청소년과 학부모 등 자원봉사자들이 방화나눔축제 진행에 도움을 주었습니다. 각 부스에서 주민들을 맞이하면서 물건을 판매하고, 모아진 기금이 어디에 사용되는지, 나눔축제에 의미가 무엇인지를 설명하며, 축제에 즐겁게 참여하였습니다.

11개의 지역단체, 5개의 주민모임, 5개의 누구나강좌 모임, 꿈틀꿈틀도서관 이용 아동, 지역상권 35곳 등에서 방화나눔축제를 만들고 후원하였습니다. 귀뚜라미 그룹 임직원을 비롯한 자원봉사자 192명이 모여 2일간 의미 있고 풍성한 축제를 만들 수 있었습니다.

혼자서는 다하지 못했을 이틀간의 방화나눔축제, 우리 마을 주민들이 알음알음 모은 관심과 사랑으로 방화동이 더 행복한 동네가 되었습니다.

글 | 정효숙 사회복지사







방화떡방앗간 사장님이 전하는
떡 맛있게 보관하는 방법

매일아침 마을에 퍼뜨리는 고소한 깨 볶는 냄새와
식사배달 봉사활동으로 따뜻한 마음을 전하는
방화떡방앗간 사장님이 떡 맛있게 보관하는 노하우를 전해주었습니다.

떡을 얼려 보관할 때에는

1 "떡은 조금씩 만들어서 바로 먹는게 제일 맛있어요. 하지만 다 못 먹을 때가 많죠.
냉동실에 얼려 보관한다는 것은 다들 알지만, 맛이 없어질 때가 많죠? 이유는 급냉하지 않기 때문이에요."

- TIP 1 빨리 얼도록 한 번 먹을 양 만큼 봉지에 나누어 담아 보관하기
- TIP 2 식으면 바로 얼리기

떡을 다시 먹을 때에는

2 "얼린 떡을 녹일 때 어떤 떡은 괜찮은데, 어떤 떡은 다 터져버리기도 하지요.
그 이유는 쌀의 차이에요.
멥쌀 떡과 찹쌀 떡은 찰기가 달라서 녹이는 방법이 다르답니다."

- TIP 1 찹쌀떡은 먹기 전날 밤 꺼내서 자연해동 시키기
- TIP 2 멥쌀떡은 냉동실에서 꺼내 바로 찌기
- TIP 3 떡국떡은 1인분씩 보관하고 냉동실에서 꺼내 1번 물에 헹군 후 바로 끓이기

"떡은 무엇보다도 쌀이 중요해요. 좋은 쌀로 만들면 얼려 보관했다가 먹어도 불지 않지만, 요즘엔 전분을 섞는 경우가 많아서 떡이 쉽게 불어요. 좋은 재료로 만들고, 바로 먹기, 냉동 보관하더라도 최대한 빨리 먹기가 떡 맛있게 먹는 꿀팁이랍니다."

인터뷰 | 하정민 사회복지사





사랑합니다
항상 건강하세요

어버이날 맞이 어울한마당
카네이션 나눔축제

어울한마당은 지역 어르신들을 대상으로 정서적 지지활동과 경제적 지원활동을 통해 공경의 마음을 전하고 마을 공동체로서의 의미를 나누고자 진행하는 프로그램입니다.

2018년 5월 8일, 하늘같이 높고 바다같이 넓은 부모님의 은혜를 생각하는 어버이날을 맞아 지역어르신들에 대한 감사와 공경의 마음을 전하는 뜻깊은 자리를 마련하였습니다. 이번 어울한마당은 총 169명의 어르신들과 함께하였으며 강당에서 진행된 주민공연과 경로식당 특식, 선물전달 활동으로 구성되어 어버이날의 의미를 전하였습니다. 복지관에 직접 오실 수 없는 어르신들에게는 가정방문을 통해 가슴에 카네이션을 달아드리며 감사의 의미를 나누었습니다.

11시부터 시작한 카네이션 나눔축제는 어버이날의 상징인 카네이션을 달아드리는 순서로 막을 올렸습니다.

매주 수요일 어르신들의 배꼽을 책임지는 지현정 강사의 열정적인 웃음 치료 레크레이션, 상록어린이집 아동들의 귀여운 율동이 이어졌습니다.

김홍배 주민의 흥 넘치는 색소폰 연주는 어버이날의 분위기를 한껏 고취시켰고 유명 가수 공연과 견줄 만큼 뜨거운 반응을 보였습니다.



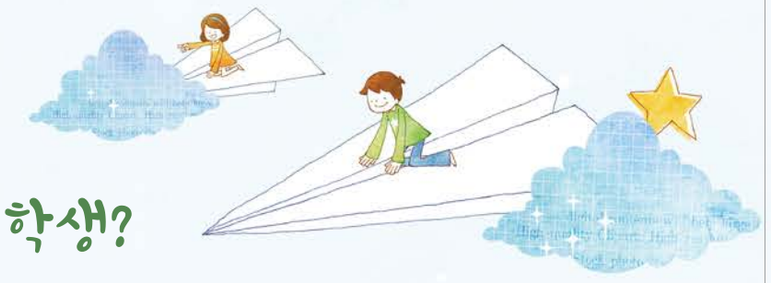
또한, 장영훈 어르신이 직접 쓰신 '목련꽃 우리어머니'라는 시는 뭉클한 감동과 어버이에 대한 그리움의 감정을 불러일으켰습니다. 주민들의 공연 순서가 모두 마무리 되고 직원들이 '어버이 은혜'를 합창하였습니다.
실력은 부족하지만 진심을 담으려는 노력에 참여한 어르신들이 감동의 박수로 화답하였습니다.

강당 공연을 마무리한 후 경로식당에서 준비한 맛있는 특식을 나누었습니다. 그 어느 때보다도 기분 좋은 미소가 복지관 안에 가득했습니다.
어르신 어울한마당은 적십사, 나눔행복봉사단, 새마을부녀회, 경로식당봉사자 등 주민들이 어르신들을 위해 알음알음 힘과 정성을 보태 이루어졌습니다.



어르신 어울한마당이라는 이름처럼 어르신들이 함께 어우러지는 한마당에서 행복한 노후를 즐길 수 있도록 애써준 주민들께 감사의 인사를 전합니다. 다음 어울한마당도 많은 기대와 참여 부탁드립니다.

글 | 송진호 사회복지사



누구나 강사? 누구나 학생?
누구나 만날 수 있는!

마을배움터 프로젝트 '누구나강좌'

'누구나강좌'는 문화, 실용, 인문 등 다양한 배움의 욕구를 주민의 재능 공유 강의 활동으로 충족하고,
'배움의 장(長)'을 통한 자연스런 만남으로 주민의 관계망을 확대하고자
운영하는 마을배움터입니다.











2018년 봄학기 누구나강좌는 압화공예, 테팅-서양매듭, 청춘영어, 사진, 뜨개질, 캐리커처, 정리수납, 종이접기, 반찬만들기, 캘리그라피, 직조공예 총 11의 강좌를 운영하였습니다. 처음에는 강의내용에 흥미가 있고 재미있을 것 같아서 강의를 신청하였지만, 이웃과 만나며 서로 알게되고 친분이 쌓여 만남을 계속 이어가고 싶다는 주민들이 많았습니다.

압화공예에 참여한 한 주민은 "원래는 압화를 몰랐어요. 매스컴 통해서 압화라는 걸 알게 되었고 마침 '누구나 강좌'에서 한다는 이야기를 듣고 참여하게 되었는데, 젊은 사람들이랑 같이 만나서 이야기도 나누고 꽃도 만지니까 즐거웠어요. 그래서 많은 사람에게 감사해요"라고 소감을 이야기 하였습니다.

종이접기에 참여한 주민은 "같이 모였던 선생님(주민)하고 모임이 끝나고 언니, 동생 사이하기로 했어요"라며 계속 연락할 이웃이 생겼다고 기뻐하였습니다.
반찬만들기에 참여한 주민은 "복지관에 처음 와봐요. 저소득층만 오는 곳인지 알았는데 누구나강좌를 통해서 복지관이 지역사회와 함께 한다는 것을 알았어요. 그리고 나 역시 지역 사람들과 함께 한다는 것이 너무 좋았어요."라고 소감을 나누어 주셨습니다.

누구나강좌는 2014년에 북카페 사업으로 기획하여 다음해인 2015년 10개 강좌로 시작하였습니다.
그리고 작년 2017년에는 22개 강좌, 올해는 1학기에만도 11개 강좌가 개설되어 점점 더 많은 주민강사들이 재능을 나누고 있습니다.

올해 누구나강좌 봄학기의 10주 동안의 여정을 마쳤습니다. 학원처럼 특정분야를 배우고 끝나는 것을 넘어 주민들은 서로의 삶을 만나고 관계 맺으며 하나 될 수 있는 시간이었습니다. 주민 누구나 선생님이 되고 누구나 학생이 되어 누구나 만날 수 있는 마을배움터 누구나 강좌 가을학기에도 함께 해요!

'누구나강좌'사업은 강서구청 교육청소년과 평생 학습지원사업 '세모네모'에서 후원하고 있습니다.





글 | 류규환 사회복지사



내 삶의 리더가 되는 과정,

동기유발 프로젝트 '리더십 캠프'



6월 8일(금)~9일(토), 25명의 동기유발 프로젝트 참여청소년(한서고등학교 1~2학년)들이 졸린 눈을 비비며 한서고등학교 진로상담교실에 모였습니다. 25명의 청소년들은 아침잠을 이겨내고 학교수업에서 잠시 나와 리더십 캠프에 참여했습니다.

'동기유발 프로젝트'는 미래에 대해 고민하고 걱정하고 있는 우리마을 청소년들이 진로에 대한 동기를 가질 수 있도록 '직업', '진로', '가치관'에 대해 생각하고 이를 친구들과 함께 토의하는 동아리입니다.
지난 6월, 이틀간 진행한 '리더십 캠프'에서는 참여청소년들이 직접 체험하고 연습하고 발표하는 과정을 통해 자신감/열정/소통능력/대인관계/문제해결능력/명확한 비전/실행력을 키웠습니다. 의미도 있고 재미도 있던 캠프의 현장과 청소년들의 모습을 함께 보실까요?





환경을 기회로 과거에 가지고 있던 편견을 깨고 긍정적으로 사고하도록 돕는 활동
"힘들고 어려운 상황 그 자체를 바꿀 수는 없지만 그 상황을 대하는 내가 달라지면 모든게 바뀐다는 것을 배우는 시간이었어요."

셀프토크 빈의자 기법을 활용하여 자신에게 위로와 응원의 말을 건네며 나 자신과 대화하는 활동
'OO아 고마워, 잘 해왔어, 사랑해'
"셀프토크를 통해서 내 상처를 돌볼 줄 아는 방법을 터득했고 치료 받을 수 있었어요."

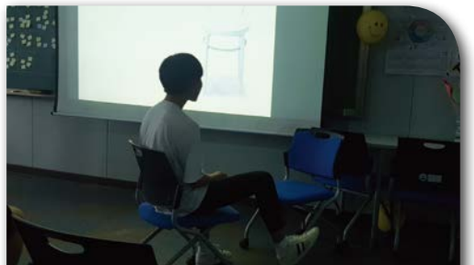
비전 찾기 자신의 가치관을 탐색하고 직업인으로서의 미래상, 버킷리스트를 계획하는 활동
"처음에는 별로 기대를 안했는데 내 진로의 방향을 정할 수 있는 시간이었습니다. 감사합니다."

우리 청소년들의 이야기를 들어보니, 리더십캠프를 통해 틀에 박힌 꿈 찾기가 아닌 나의 과거-현재-미래를 탐색하고 긍정적으로 바라보는 방법을 배운 것 같습니다. 또 '나만의 고유성'을 바탕으로 '나의 진로'를 계획하는 시간을 가졌습니다.

동기유발 프로젝트 활동은 이제부터가 시작입니다!

7월부터는 스스로 '진로'가 무엇인지를 정의하는 활동에 참여하여 삶의 주도성을 더욱 키울 예정입니다. 우리 청소년들이 각자의 진로를 어떻게 풀어나갈지 기대하는 마음으로 우리 마을 청소년들의 활동을 관심 갖고 응원해주세요!

글 | 임하은 사회복지사



BANGHWA6 NEWS



2018년 4월~6월
복지관 주요 활동
한눈에 보기

아동&청소년 BANGHWA6 NEWS



교육문화프로그램 어린이날, 스승의날 이벤트

5월 4일(금), 어린이날을 맞이하여 교육문화프로그램 각 반별로 특별수업을 진행하였습니다. 경단만들기, 좋아하는 곡 연주하기, 나노블록 필통 만들기 등 평소와 다른 특별한 이벤트를 통해 즐거운 어린이날을 맞이할수 있었습니다. 또한 5/15(화), 스승의 날을 맞아 교육문화사업 수강생들이 강사님들에게 정성껏 적은 편지와 선물을 전달하며 감사함을 표현할 수 있었습니다.



어깨동무 가족체험활동

5월 28일(토), 어깨동무 참여 가족들이 개화산 둘레길로 숲체험을 다녀왔습니다. 개화산 둘레길을 올라가며 사진 찍기, 2인3각 릴레이 등의 미션을 수행하였습니다. 함께 협동하여 미션을 수행하며 가족 구성원간 더 친밀해질 수 있는 시간이 되었습니다.





꿈틀꿈틀 놀이터 꿈틀e 문화활동

4월 27일(금), 복지관3층 꿈틀꿈틀 놀이터에서 꿈틀e 문화제 텃밭가꾸기 활동이 진행되었고 6월 18일(월)에는 복지관 강당에서 꿈틀e 문화제 찾아가는 책공연이 진행되었습니다.
지역에 있는 초등학생들이 모여 방울토마토를 심고 식물에 대해 알아가는 시간을 가졌고 놀이터에 있는 텃밭을 가꾸며 생명의 소중함을 알아가고 있습니다. 또한 책공연을 통해 책에서 나오는 동화에 흥미를 느끼고 독서의 소중함을 아는 시간을 가졌습니다.



꿈꾸는 아이들 – 비전원정대

4월 28일(토), 63빌딩 아쿠아리움에서 비전원정대 활동이 진행되었습니다. 아쿠아리움에는 어떤 직업인이 있는지 미션을 통해 알아보고 인터뷰도 하는 시간을 가졌습니다. 청소년들은 해양동물을 구경하며 재미도 느꼈지만 직업에 대해 적극적으로 공부하는 진지한 모습도 보였습니다. “어떻게 이 일을 하시게 되셨어요? 이렇게 안내하는 일을 하려면 뭘 잘해야 하나요?” 직업인에게 적극적으로 질문하며 청소년 스스로 활동을 만들어가는 시간이었습니다.





똑톡 문화플래너 – 문화워크숍

5월 12일(토)~13일(일), 1박 2일 동안 문화워크숍을 진행하였습니다. 1일차에는 하반기에 진행할 예정인 청소년문화카페 운영에 대한 밑그림을 그려보고, 문화기획단이 직접 기획한 레크레이션을 친구들과 함께 진행하며, 서로에 대해 알아가는 시간을 가졌습니다. 2일차에는 인천 송월동의 '동화마을'을 탐방하며 인천지역의 문화에 대해 알아보는 시간을 가졌습니다. 이번기회를 통해 앞으로 청소년문화카페를 어떻게 운영해야 하는지 청소년들이 생각해볼 수 있는 시간이 되었습니다.



‘노노케어’활동가 안전교육

6월 21일(목) ‘노노케어’활동가를 대상으로 안전교육을 진행하였습니다. 혹서기와 어르신 일상생활 혹은 노노케어 활동 중 발생할 수 있는 안전사고에 대해 알아보고 이를 예방할 수 있는 방법에 대해 배웠습니다. ‘노노케어’는 어르신 일자리 및 사회활동을 독려하며 건강한 노후를 보낼 수 있는 활동입니다. 앞으로 어르신들이 안전하고 건강한 ‘노노케어’활동을 응원합니다.

어르신 BANGHWA6 NEWS



어르신 자조모임 ‘미생’ 사회활동

6월 22일(금), 미생 사회활동을 진행하였습니다. 미생 사회활동은 회원들이 다양한 지역의 복지기관을 탐방하며 복지정보를 얻고 더불어 친목을 도모하는 활동입니다. 이번 활동은 한강유람선 관람, 강서치매지원안심센터를 다녀왔습니다. 여의도에 예쁘게 꾸며진 다양한 조형물들과 한강을 관람한 후 강서구치매지원안심센터에서 진행되는 치매예방교육과 간이 치매검사를 받았습니다. 회원들의 현재 상태를 점검하고 이웃들과 함께 치매를 예방하기 위한 노력이 필요함을 깨달을 수 있었습니다.



늘벗바라기 서포터즈 선언식

6월 9일(금), 늘벗바라기 참여 어르신들이 경로식당 이용자들 앞에서 활동의지를 표명하는 선언식을 진행하였습니다. ‘늘벗바라기’는 복지관 내 경로식당이 더 반가운 곳이 되도록 이용문화를 만들어가는 경로식당 운영위원회입니다.“나는 우리의 건강을 위하고 친절한 경로식당이 되기 위해, 말로 앞장서지 않고 몸으로 행동하는 늘벗바라기가 되겠습니다.” 어르신들이 각자 정하고 선언한 문구처럼 늘 건강하고 서로 친절한 경로식당의 모습을 꿈꿔봅니다.



귀뚜라미 복지재단 ‘가족愛온도’ 결연자원봉사활동

6월 9일(토) 귀뚜라미 봉사자들과 지역어르신들이 오두산통일전망대를 관람하며 남과 북의 자유와 인권, 행복이 보장되는 통일을 염원하였습니다. 매 회기를 거듭할수록 가족의 사랑을 느낄 수 있는 따뜻한 모습 발견할 수 있었습니다.



행복한 노우 식도락 여행

4월 25일(수), 행복한 노우 참여 어르신들과 월미도로 식도락 여행을 다녀왔습니다. 식도락 여행은 어르신들이 맛집에 방문하여 먹거리를 먹어보고, 이를 밥상나눔 활동 시 만들어보기 위한 활동입니다. 바닷가에 가서 맛있는 회와 매운탕을 먹어봤으면 좋겠다는 말씀을 전부터 하셨는데, 이번 기회를 통해 식사를 하고 활동 나누었습니다. 언젠가 매운탕을 만들어 봤으면 좋겠다고 하며, 각자의 레시피를 이야기 나눠보는 어르신들의 얼굴에는 미소가 가득했습니다.

지역주민 BANGHWA6 NEWS



꿈틀꿈틀 놀이터 꿈지기 간담회

4월 19일(목)과 6월 28일(목)에는 꿈틀꿈틀 놀이터를 이끌어 가는 학부모(꿈지기)들이 모여 꿈틀꿈틀 놀이터 진행에 대한 논의를 하였습니다. 학부모(꿈지기)가 진행하는 '우리 아이도, 이웃집 아이도' 함께 노는 프로그램이 진행될 수 있는 방향과 아이들에게 유익한 프로그램이 될 수 있도록 계획하는 시간이었습니다.





자원봉사나들이1 – 이미용서비스

5월 30일(수), 매월 정기적으로 지역 어르신들의 파마와 컷트를 책임지는 가위손 이미용 봉사자들과 강화도로 나들이를 다녀왔습니다. 가위손 이미용 봉사자 8분이 함께 했습니다. 나들이 장소 인근에서 맛있는 점심을 하고, 보문사 내에서 자유롭게 산책하고, 장터를 구경하며 즐거운 추억을 만들었습니다. 그동안 봉사활동으로 함께 나누지 못한 이야기도 나누었습니다. 한 봉사자는 "어르신들께 더 잘해야겠어요. 덕분에 좋은 추억 만들 수 있으니까요. 날씨도 좋고, 함께 하는 사람들도 좋고 다 좋네요."라고 소감도 전했습니다.



자원봉사나들이1 – 급식서비스

5월 31일(목), 지역 어르신들의 맛있는 점심식사를 책임지고 있는 무료급식사업 자원봉사자 나들이를 진행하였습니다. 화사하게 핀 장미축제를 관람하고, 체험행사, 맛있는 저녁식사를 나누었습니다. 나들이를 통해장기간 봉사활동을 느낀 봉사의 의미를 나누고 활동의 의지를 높일 수 있었습니다.



상쾌한누리 리모델링

6월 13일(수) 상쾌한누리 리모델링을 진행하였습니다. 당구, 장기,바둑 프로그램과 이미용 서비스등이 진행되는 곳인 만큼 거울과 선반을 외부에 설치하여 공간을 최대한 효율적으로 확보하였으며 낡은 이미용의자와 테이블, 의자를 교체하여 편의성을 높였습니다. 앞으로도 복지관은 주민들의 편의를 위해 다양한 노력을 지속하겠습니다.



하나두리–이음 문화교류활동

6월 23일(토), 하나두리–이음 모임에서는 참여주민들과 함께 롯데타워 아쿠아리움과 남산에 다녀왔습니다.
참여주민 뿐 아니라 가족들이 함께하여 즐거움이 더욱 가득하였습니다. 특히, 모임에서 음식을 판매하여 발생한 수익금으로 문화활동을 한 것이라 참여자들에게 더욱 의미있는 시간이 되었습니다. 향후에도 참여자들과 함께 만들어가는 문화활동이 될 수 있도록 하겠습니다.



서울형 자산형성지원사업 '금융교육'

6월 16일(토), 서울형 자산형성지원사업 참가자들을 대상으로 생애주기와 재무계획, 보험관리와 활용 2가지 주제로 금융교육을 진행하였습니다. 금융교육 전문 강사의 열정적인 강의로 참가자들의 만족도가 높았으며, '보험과 금융개념들을 새롭게 알게 되어 좋았다.'는 소감을 이야기 하였습니다. 앞으로도 다양한 주제의 금융 · 주거 · 창업교육을 진행할 계획입니다. 많은 관심 부탁드립니다.



마을아카데미 '인문학 특강'

6월 15일(금), 지역주민 22명이 참여한 가운데 고병헌 성공회대 교수의 나의 일상과 마을을 잇는 인문학특강 '한사람이 살아가는데 온마을이 필요합니다'를 진행하였습니다. 고독사, 쓰레기 문제, 옆집 사람 등 마을 안에서 살아가는 나의 일상 속에서 우리가 마을에서 어떻게 살아갈지에 대해서 생각해 보는 의미 있는 시간이었습니다. 이번 특강을 시작으로 이웃과의 관계, 마을에 대한 관심과 소통이 더욱 활발해지기를 기대합니다.

직원 BANGHWA6 NEWS



IAPT 성과발표회

6월 20일(수), IAPT모델 적용 성과보고회를 곰달래문화복지센터에서 진행하였습니다. IAPT 교육은 강서구 사회복지 실무자를 대상으로 자살예방 및 정신건강 증진을 위한 임상적 실무역량 강화를 목적으로 실시하였습니다. 교육의 성과보고회를 통해 우리가 마주한 현실과 실천해야하는 과제들에 대해 더욱 고민하고 나름대로의 실천들을 공유하며 힘을 얻게 되었습니다. 앞으로도 지역사회의 발전과 안전에 이바지하고자 열심히 학습하여 강서구가 행복하고 더욱 단단해지길 바랍니다.



직원교육 – 젠더 관점에서 본 사회복지사 인권

6월 11일(월), 사회복지연구소 물결 성정숙 대표를 초빙하여 직원 인권교육을 진행하였습니다. 젠더의 관점에서 본 사회복지사의 인권을 주제로 학습하고 토론하는 의미있는 시간이었습니다. 교육을 통해 얻은 지식과 기술을 바탕으로 한층 더 성장한 모습으로 유쾌한 방화를 만들어가겠습니다.



이동목욕 실무자 연합회 정기회의

6월 15일(금), 서울시에서 이동목욕 사업을 하고 있는 사회복지기관의 실무자들이 모여 활동의 노하우를 나누는 간담회를 진행하였습니다. 중증장애로 어려움을 목욕에 어려움을 겪고 있는 주민과 가족을 위해 더나은 서비스 위해 기관별 운영방법을 공유하고 토론하는 의미있는 시간이었습니다.





마을에서 나눔을 실천하는 [오휘 서서울점] 류정옥 후원자님을 소개합니다.



후원자님 자기소개 한마디 부탁드립니다.

안녕하세요 저는 방화동에서 오휘 서서울점을 운영하고 있는 류정옥이라고 합니다.
화장품을 판매하는 일을 하고 있고, 별거 아닌 후원을 함에도 불구하고 저를 소개하게 되어 감사합니다.

방화6종합사회복지관과 인연을 맺게 된 계기는 무엇인가요?

2017년도에 직원 한 분이 소식지를 저희에게 주려고 방문하셨어요. 그러던 중 기관에서 방화나눔축제가 있다고 하며 후원이 가능한지 여쭈어 보셨습니다. 그 당시 저희 직원들을 위해 준비해둔 즉석식품이 있었고, 이러한 것도 후원가능한지 묻자 흔쾌히 가능하다고 하여 후원을 할 수 있었습니다.
그렇게 시작된 것이 벌써 2년이나 되었네요.

후원을 통해서 가장 기억에 남는 일은 무엇인가요?

사실 후원을 해놓고 잊어버리는 경우가 많은데 가장 기억에 남는 경우는 딸 아이 이름으로 후원을 하게된 계기가 가장 기억에 남습니다. 복지관 직원과 마찬가지로 사무실에 방문하여 후원을 요청하였고 꼼꼼하게 후원금이 어떻게 사용되고 있는지, 후원을 하게 되었을 때 그 사람에게 어떻게 도움이 되는지 알려주셨습니다. 그 과정에서 그 사람의 태도가 가장 기억에 남았습니다.
사실 후원에 대해 잘 모르는 경우가 많은데 이렇게 설명을 해주니 믿음이 가고 시작하는 것 같습니다.

사장님이 생각하는 나눔이란 무엇인가요?

정말 내가 가지고 있지 않아도 되는 것들을 나누는 게 나눔인 것 같습니다. 나는 비누 1개만 필요한데 내가 가지고 있는 것이 3개라면 나머지 2개를 나누는 것처럼요. '이런 것까지 후원해도 될까?'라는 마음을 가지고 있으니 후원에 주저하게 되는 것 같습니다. 나조차도 처음 물품을 후원했을 때, 주저했었는데 흔쾌히 받아주셔서 지금은 보다 가벼운 마음으로 후원을 하고 있습니다.
또 하나 생각하는 것은 제가 방화동에서 근무하고 있고 그렇기 때문에 그 안에서 나누는 것이 맞다고 생각을 하였습니다.

후원을 통해 지역사회에 변화되었으면 하는 부분이 있으신가요?

소소하게 후원을 시작해서 많은 사람들이 참여하는 방화동이 되었으면 좋겠어요. 아이들 학교 축제나 일본 여행갔을 때 지역축제를 가보았는데 정말 '이런 것도 파는건가?' 싶을 정도로 소소한 것들을 내놓아서 모두가 부담없이 참여하는 모습을 보니 '우리도 이렇게 되면 좋겠다'라는 생각이 많이 들었어요.
다들 너무거창하게 생각하니깐 후원이든 봉사든 참여를 하지 못하는 것 같아요.

마지막으로 이글을 읽는 분들에게 한마디 부탁드려요.

후원을 하고, 나의 것을 나누는 것에 대해 부담을 갖지 않았으면 좋겠습니다. 작은 것부터 나눈다는 생각을 가지고 인식을 변화시켰으면 바랍니다. 또한 이렇게 나누는 것이 나만 알고 있는 것이 아니라 입소문을 통해서 다른 사람들이 알고 같이 실천할 수 있는 계기가 되었으면 좋겠습니다.

인터뷰 | 정효숙 사회복지사





식사배달 봉사자

노우경, 조용성, 조다빈 가족을 소개합니다.

Q. 자원봉사활동을 시작한 계기는 무엇인가요?

노우경 대학 때 수녀셨던 고모를 따라 독거어르신 봉사를 다녔던 기억이 있어, 아이들에게도 풍족한 자기만의 생활에 감사하는 마음과 자신이 할 수 있는 의미 있는 일에 대해 느끼게 해주고 싶었어요.

조용성 어머니의 지인분의 소개와 어머니의 권유로 시작하게 되었어요. 생각보다 독거어르신이 많아 놀랐고 우리나라의 복지정책이 더 활발히 펼쳐져야 한다고 느꼈어요.

조다빈 오빠와 마찬가지로 어머니의 지인분의 소개와 어머니의 권유로 시작하게 되었어요. 평소 심각하게 생각했던 독거노인과 관련된 봉사였고 조금이나마 몸이 불편하신 어르신들게 도움을 드릴 수 있다는 생각에 매주 참여하게 되었어요.



Q. 자원봉사활동을 하며 인상적이었던 순간은 언제인가요?

노우경 아무 생각없이 도시락 배달을 할 것 같았던 아이들이 어떻게 이런 비용을 마련하는지 또 우리나라 복지제도가 조금 미약한 것 같다는 의견을 나누는 모습, 그런 아이들의 변화가 인상적이었어요. 또한 주방에서 봉사해주시는 분들 모두 연세가 있으신 분들임에도 다른 사람을 위해 시간을 내주시는 것이 인상적이었어요.

조용성 도시락 배달을 가서 거동을 할 수 없어 방안에만 누워계시는 할머니를 뵌 적이 있는데 그 할머니가 이런 봉사를 하는 나에게 착하다고 하며 사탕을 주셨어요. 봉사 활동하는 게 뿌듯했어요.

조다빈 봉사를 하면서 학교만 다녔다면 알 수 없었던 일들을 경험하게 된 것 같아요. 봉사를 하면서 어르신들이 이렇게 많다는 것이 놀랍게 느껴졌고 노인복지정책들이 실제로 실현이 되는지 관심을 가지게 되었어요.

Q. 자원봉사활동이 나에게 주는 의미는 무엇인가요?

노우경 자원봉사는 주고 받는 나눔이다.
왜냐하면 내가 많이 가진 것을 나누는 것이 아니라 내가 할 수 있는 일을 해주면서 보람을 느끼고 도움이 필요하신 분들에게는 실질적 도움을 줄 수 있으며로 상호 주고 받는, 그래서 함께하면 더 행복한 것이 봉사라고 생각해요.

조용성 자원봉사는 양쪽에게 이득을 주는 행동이다.
봉사를 하는 사람은 하면서 보람을 느끼고 사회문제를 직접 체험하며 더 깊게 알게 되고, 봉사자의 도움을 받는 사람은 자신의 어려운 환경을 극복할 수 있는 힘과 희망을 얻을 수 있기 때문에요.

조다빈 자원봉사는 줄지 않는 나눔이다.
받는 사람도 주는 사람도 모두 행복한 나눔이자 사랑이라고 생각해요. 이웃에 대한 배려는 세상을 더 아름답게 만들어주는데 그 첫 걸음이 자원봉사라고 생각해요. 나눔이 오히려 저를 더 가득 채우는 그런 것이요.

인터뷰 | 김서빈 사회복지사



참, 고맙습니다.

당신은 누군가의 희망입니다. 희망이 모여 따스한 빛을 만들어갑니다.

2018년 4월~6월 방화6의 따뜻한 이웃

2018년 2분기 후원금/품 수입 및 지출 내역

≫ 후원품 수입 및 지출내역

수 입	지 출
저금통 외 247건	쌀 외 89건

≫ 후원금 수입 (단위 : 원)

구 분		금 액
지정후원금	결연후원금	12,591,711
	지정사업후원금	23,869,152
비지정후원금		27,916,560
합계		64,377,423

≫ 후원금 지출 (단위 : 원)

지출항목	금 액
장학사업	10,354,180
결연후원사업	2,907,910
사례관리팀	72,550
서비스제공사업	17,469,658
지역사회조직사업	14,313,795
합계	45,118,093

≫ 후원자

결연후원금

개인 후원자 강미주, 권준형, 김영례, 김윤석, 김택균, 남미현, 박영수, 박찬익, 신동준, 심용진, 오경옥, 유경애, 유병규, 유재훈, 이선이, 이영란, 임선숙, 정영재, 정태연, 조재형, 진옥자, 최병호, 최진주, 하석원, 하재덕, 한승진

단체 후원자 기아대책, 삼성SDS, 초록우산 어린이재단, KBS강태원복지재단, KDB나눔재단

일반후원금

개인 후원자 강은수, 구은정, 국중영, 권나영, 김길찬, 김다애, 김명숙, 김미선, 김미영, 김미정, 김미혜, 김서빈, 김선주, 김선희, 김성미, 김성훈, 김연진, 김영희, 김용태, 김원석, 김정욱, 김종국, 김종례, 김주원, 김주희, 김해옥, 김혜윤, 김혜진, 나미혜, 남궁명, 남정교, 도재언, 류규환, 류민호, 류주환, 박경원, 박경희, 박남진, 박석우, 박시인, 박정애, 박종찬, 박학수, 박혜정, 박희순, 방춘희, 백낙일, 변지영, 서유경, 석지은, 선경호, 손미경, 송나래, 송영자, 송지해, 송진호, 신종훈, 신지영, 심혜수, 안지연, 양선영, 양순흥, 양재덕, 양종철, 옥수정, 우명주, 유감순, 유미래, 유병규, 윤소영, 윤소원, 윤영은, 윤유진, 윤은영, 윤의정, 음예진, 이계낭, 이금자, 이길선, 이미진, 이민정, 이선영, 이수진, 이슬비, 이연희, 이옥숙, 이은파, 이지연, 이진규, 이충효, 이현진, 이현탁, 이희성, 이희찬, 임근영, 임지혜, 임하은, 장근희, 장화숙, 전병권, 전세롬, 전수진, 전해천, 정궁희, 정다희, 정명식, 정문수, 정순철, 정영재, 정효숙, 정희진, 조영웅, 조용현, 조유정, 채은숙, 최대헌, 최민정, 최연미, 최웅, 최유정, 최윤숙, 최윤정, 최정윤, 하정민, 허안나, 홍범식, 홍윤순, 홍춘희, 홍화영, 황순덕, 황영은

단체 후원자 가양4종합사회복지관, 가양5종합사회복지관, 가양7종합사회복지관, 강서구립연지노인복지센터, 강서농협마트, 강서뇌성마비복지관, 강서희망나눔복지재단, 금강프라자 관리사무소, 기쁜우리복지관, 늘푸른나무복지관, 등촌1종합사회복지관, 등촌4종합사회복지관, 등촌7종합사회복지관, 등촌9종합사회복지관, 루이스웍스561, 리치애드, 방화2종합사회복지관, 방화11종합사회복지관, 방화차량사업소, 부민병원, 방화3동 구정평가단, 방화3동 바르게살기위원회, 방화3동 새마을부녀회, 방화3동 재향군인회, 방화3동 청소년 지도위원회, 방화3동 통친회, 봉제산어르신노인복지센터, 서울시립강서노인종합복지관, 신도에스큐, 신정레져투어, 아이티컴, 예당, 오레시피, 월드비전, 종려나무재가복지센터, 주식회사 한송건설, 태화루, KB은행

후원품

개인 후원자 서해숙, 차정해, 이영하, 강순선, 최현호, 김송우, 이정해, 지현정

단체 후원자 6단지 경로당, 영신교회, 큰나무교회, 한국사회복지관협회, 꿈을주는 과일재단, 월드비전, 코미코, 대한전기, 아시아나봉사단, 삼전종합사회복지관, 강서희망나눔복지재단, 고센, 새로나메리케이트, 굿데이, 쓰리팩토리, 동대문종합사회복지관,부천생활용품협동조합, 신광주방, 태인일렉콤, 그릇이야기, 아이린, 엔젤펜시, 강서구청, 금천누리복지관, 수정문구, 코코수, 씨앤에이치에프액스, LG생활건강(오휘 서서울점), 꽃보라플라워, 웰진코리아, 아이문화사, 우림복지재단, 중림종합사회복지관, 빅커피, 사회복지법인 기아대책, 초록우산 어린이재단 서울지역본부, 방화2종합사회복지관, 서울시사회복지관협회

디딤돌 후원업체 경희대태권도, 꽃꽂이교실(김경희), 마산아구찜, 방화떡방앗간, 임가네떡집, 파리바게트(화곡역점), 토마토안경

2018년 4월~6월 방화6의 선한 이웃

자원봉사자

꿈지원센터 고동일, 이경희, 이종환, 이지혜, 이지효, 조원재, 진혜인, 한다연

무료급식사업 강대분, 강미경, 강양순, 강춘이, 구미자, 구민자, 김기학, 김동민, 김선웅, 김성연, 김순이, 김신자, 김애경, 김영님, 김영자, 김재숙, 김정희, 김지우, 김진수, 김현영, 김현주, 나혜영, 남정희, 남혜진, 노우경, 문동진, 박경주, 박서현, 박화정, 백윤정, 서예지, 서현정, 손일순, 송성희, 송성희, 신옥자, 신은영, 안경일,안영자, 우수안, 우인숙, 유은영, 윤미경, 윤병권, 이강례, 이강분, 이건희, 이경희, 이다나, 이동준, 이상숙,이순희, 이영숙, 이영순, 이정자, 이혜정, 장근희, 장윤정, 장현숙, 장형주, 전용진, 정귀자, 정진숙, 정혜문,조귀녀, 조다빈, 조용성, 조은경, 조은희, 조재원, 조정임, 진금희, 차준화, 최경순, 최숙자, 최영자, 추은자,하애경, 허덕순, 허은숙, 홍준호, 홍지호, 황규태, 황금래, 황남이, 황인성

영양식 박영화, 홍선미

보건의료사업(건강관리실) 김병옥, 안순자, 한연희

아동사회성증진사업 (어깨동무) 김예진, 김지영, 김태성, 심수미, 심혜은, 안세진, 양미림, 양정빈, 왕혜인, 유진화, 유태진, 이예나, 이주형, 이하은, 임현수, 정영실, 조제윤, 홍주희

이동목욕사업 이동목욕 서비스 김경래, 김순례, 김영이, 박근호, 박병옥, 박은숙, 백종희, 서영순, 석운기, 성성남, 송점복, 신승희, 이라미, 이맹균, 이미연, 이윤회, 조형순, 최영애, 최정임, 하은주, 황보영희

가사도우미서비스 (아시아나 봉사단) 김정원, 김주현, 박명숙, 박용선, 박찬흠, 안종수, 이만수, 이상규, 이수빈, 이한솔, 정광열, 정준하

일상생활지원사업 이미용서비스 강숙자, 고숙자, 고영옥, 권영순, 김해옥, 박정심, 유영열, 이귀영, 이지은, 정명숙, 조은희, 최광남, 허문순

정서지원사업 결연말벗서비스(가족애온도) 고광선, 김건엽, 김경래, 김경호, 김동언, 김연우, 김은주, 남경재, 라하니, 박근호, 박선정, 박성은, 오재현, 오주영, 울자나, 윤철하, 이승원, 이재헌, 이주상, 장지은, 정하영, 조경희, 지대일, 지효근, 최은주, 최충식

청소년 진로동아리 (동기유발프로젝트) 권나영, 김가은, 김수민, 나향림, 라연지, 서지연, 유수빈, 이예원, 임정수, 조정인

꿈틀꿈틀 놀이터 김영희, 김유리, 박채린, 염주현, 이현덕, 임진희, 정종미

누구나 강좌 김진희, 노미순, 박동진, 박신열, 서혜경, 정경희, 조숙희, 최형미, 한현경

SH 여행 북카페 이승윤

행사지원 (방화나눔축제) 김미숙, 유정수, 강대분, 강두진, 강명희, 강미숙, 강미연, 강성주, 강양희, 강여경, 강인순, 고길탄, 구경민, 구민자, 권진호, 김건엽, 김건우, 김경래, 김국희, 김근택, 김기학, 김도현, 김동훈, 김미정, 김민송, 김범수, 김상호, 김선종, 김선희, 김성옥, 김순희, 김연우, 김영숙, 김영희, 김옥순, 김유선, 김윤식, 김윤아, 김은선, 김재숙, 김정권, 김주연, 김지한, 김지혜, 김진영, 김진희, 김한나, 김현주, 김혜민, 김효순, 나혜인, 남기성, 노미순, 노예원, 노정훈, 문성민, 문소원, 박경민, 박근호, 박기평, 박병옥, 박상민, 박선희, 박성은, 박수례, 박용준, 박은숙, 박정자, 박지현, 박현순, 박현우, 박현주, 배석영, 배진호, 백승민, 백주열, 서은주, 서지해, 서혜경, 손일순, 손진혁, 송찬후, 신수정, 신유진, 심영수, 안순자, 안현철, 안혜정, 양연희, 엄명희, 염종선, 오은혜, 오제록, 옥정오, 우혜인, 울자나, 위석환, 유미연, 유사랑, 유시연, 윤나영, 윤예진, 윤정, 윤홍, 이나영, 이대현, 이라미, 이미화, 이민정, 이민혁, 이병철, 이상숙, 이성실, 이승연, 이승원, 이영숙, 이유진, 이윤경, 이은주, 이재순, 이정일, 이종선, 이지호, 이진서, 이진솔, 이한결, 이한나, 이현우, 이현진, 이혜인, 임선경, 임정수, 임혜순, 장남희, 장석우, 장예은, 장재용, 장정옥, 장주희, 장현숙, 장혜은, 전민혁, 전서진, 전은별, 전은영, 정경옥, 정계화, 정나겸, 정노적, 정수진, 정순옥, 정우진, 정종미, 정지원, 정현우, 조대진, 조영순, 조영탁, 조현수, 주애림, 주정환, 지선림, 지영숙, 진금희, 진영복, 채민서, 채준기, 최민우, 최세준, 최승은, 최옥미, 최윤주, 최현숙, 최현자, 최형미, 치정인, 하애경, 한경남, 한다연, 한유진, 함유경, 홍경순, 홍서정, 홍승진, 홍준한, 황재경, 황지태, 황현진, 황혜원

어르신 어울한마당 김기학, 강대분, 강명희, 구민자, 김국희, 김기옥, 김미정, 김영숙, 김옥순, 김홍배, 김효순, 손일순, 이광순, 이상숙, 이영숙, 임혜순, 장현숙, 정순옥, 진금희, 최옥미, 최현자

유쾌한 한마디

주민의 마음이 알음알음 모여 하나 된 마을 정겹고 따뜻한 이웃관계를 위해서는 내가 할 수 있는 일이 무엇이 있을까요?



이웃과 시선을 맞추고 미소를 나누면 따뜻한 이웃이 될 수 있어요.

김신자 주인

따뜻한 이웃이 될 수 있는 5가지 방법!

- 하나! 매월 CMS 정기 후원(자동이체)
- 둘! 농협 하나로마트(방화점) 포인트 후원
  방화6복지관(적립번호: 6181) 포인트 적립
- 셋! 온라인 후원
  네이버 해피빈 기부-'방화6종합사회복지관' 검색
  http://happylog.naver.com/sjci123.do
- 넷! 물품(생활용품, 도서 등) 후원
- 다섯! 아름다운 이웃, 서울디딤돌업체 후원
  상점, 업체가 직접 물품이나 서비스 후원

▷ 후원계좌 : **신한은행 140-008-335770** (예금주 : 방화6종합사회복지관)
▷ 후원 내역에 대해 연말정산 세액공제 기부금영수증을 발급해 드립니다.
▷ 후원 문의 : 지역사회조직팀 후원담당자 ☎ 02-2666-6181~3

당신의 서명은 당신이 생각하는 것 보다 더 가치 있습니다.

2018. . .

후원 신청자 _____ (서명)

연락처 _____

후원을 희망하는 분은 신청서를 절취하여 방화6종합사회복지관으로 전달해주시거나 ☎ 02)2666-6181번으로 문의하여 주시기 바랍니다.

Kiturami 복지재단
방화6종합사회복지관
서울시 강서구 금낭화로23길 25(방화동 방화6단지아파트)
Tel. 02-2666-6181~3 Fax. 02-2666-6184
Home page www.banghwa6.or.kr

