

제35회 정기총회

- (사)한국알트루사 -



* ZOOM 온라인 총회 접속 방법

1. <https://zoom.us/>에 로그인해 참가 버튼을 누른 후 회의 ID와 암호 입력
2. 당일 문자로 전송받고, 알트루사 다음카페에 공지된 링크 주소 클릭
3. 회의 ID와 암호는 당일 회의 전 문자로 발송

* 내용

1. 주제 : 제35회 알트루사 정기총회
2. 일시 : 2024년 1월 27일 토요일 오전 11시 ~ 12시 30분
3. 장소 : 비대면 화상회의 (ZOOM 이용)
4. 문의 : 한국알트루사 02-762-3977/8

2024. 1. 27

회 순

1부. 정기총회

- I. 개회 및 회장 인사
- II. 전 회의록 검토
- III. 경과보고 / 2023년 사업 및 결산 보고
- IV. 안건 심의
 1. 2023년 사업 및 결산 보고 승인의 건
 2. 2024년 사업 계획 및 예산(안) 승인의 건
 3. 2023년 결산 및 2024년 예산
- V. 공지사항 및 폐회

2부. 나눔

I. 개회 및 회장인사

2024년 새해가 밝았습니다. 3~4년 동안 코로나시기를 겪으며 각자의 다양한 어려움의 시간이 있으셨음에도 불구하고 알트루사 활동을 묵묵히 해주셔서 감사합니다. 혼자 시간을 보내는 것에 익숙해져 있는 지금, 우리는 좀 더 마음을 열어서 주변 이웃에 관심을 가지고 먼저 손을 내미는 모람들이 되시면 좋겠습니다. 어린이부터 노인까지의 세대가 서로 소통하여 도움을 주고받으며 잘 섞여서 지내려고 노력하면 자연스럽게 '혼자'에서 '같이'로 될 것입니다. 언제나처럼 알트루사의 대문은 올해도 앞으로도 활짝 열려있습니다.

2023년을 돌아보고 2024년을 계획하는 알트루사 제35회 총회를 이제 시작하겠습니다.

II. 전 회의록 (제34회 정기총회 회의록)

일시 : 2023년 1월 28일(토) 오전 10:30

방법 : 화상회의 (ZOOM 이용)

사회 : 1부(최현숙) 2부(박희영)

보고 : 최현숙 김은정 한문순

기록 : 김지은 이주영

참석회원 (총 52명 외 13명의 위임)

강용민 고은하 김광윤 김순금 김윤경 김윤정 김은정 김지은 김지혜 김진숙 김현경 문은희 박경옥 박선옥 박소영 박진선 박희영 배혜화 양재경 윤들 이경란 이경희 이미경 이인미 이정연 이정현 이주영 이한나 이현숙 장미란 정미형 정선주 정은선 조은숙 지영림 최미리 최현숙 한문순 한제선 한지연 홍혜경 황선하

* 어린이, 청소년 : 김인하 손여진 이은우 이하진 진효리 천하림

* 청년 : 이원석 이현주 조수아

1. 최현숙 회장의 개회사와 인사말로 정기총회를 시작하였다.

2. 제33회(2022년) 전 회의록을 홍혜경 부회장이 낭독하였다.

참석한 정회원의 의견 없이 만장일치로 전 회의록을 받았다.

3. 2022년 사업보고 및 결산보고

가. 경과보고는 최현숙 회장, 사업보고(총회자료집 6-20쪽 참고)는 김은정 님이 그 자리에서 선정되어 낭독하였다.

나. 22년 결산보고(총회자료집 45쪽 참고)를 한문순 이사가 보고하였다. 이의 없이 승인받았다.

4. 안건 토의 및 결정

가. 23년 사업계획을 김은정 님이 낭독하였고, 23년 예산안(총회자료집 46쪽 참고)을 한문순 이사가 보고하였다. 만장일치로 승인받았다.

나. 신임회장 한지연 님과 신임이사 김순금 님이 취임사를 하였다.

다. 기타 안건 없음.

5. 폐회선언 - 최현숙회장

Ⅲ. 2023년 사업 보고 (2023/1/1 ~ 2023/12/31)

여성정신건강 사업

개인상담과 집단상담을 통해 내면세계에 눈 뜨고 다른 이들의 마음에도 관심 두게 되었다. 알트루사 다음카페에 자기분석에 대한 글, 가정과 사회에서 경험한 의미 있는 글을 올리면 문은희 소장님과 회원들이 피드백을 해주어 온라인을 통한 정신건강사회운동도 경험할 수 있었다. 정신건강연구소에서는 어머니연구를 함께 하며 자료집을 발간하고 있으며, 세대간의 소통을 위해서 새롭게 소통모임을 시작했다. 심리학교실 10기를 시작하였다.

자기발견과 관계맺기 모임

여성의 눈으로 성서읽기모임을 통해 성서에 비취 자신의 내면을 들여다보며, 성숙한 삶의 태도를 키울 수 있었다. 성서읽기모임은 참여 회원이 계속 증가하며 신앙적인 고민을 함께 나누는 모임으로 자리잡았다. 화상모임이 많아지면서 '노래모임, 오케스트라모임'은 잠정 중단되어 아쉽지만 언제든 재개되기를 기다리는 지역주민들이 있으니 앞으로 이 모임은 새 회원들과의 만남으로 진행될 수 있겠다.

교육사업

어린이 재미있는학교, 청소년 재미있는학교, 청년 모임에서 함께 살기를 가르치고 배웠다. 어린이 아잘사(아이들과 잘살아보자는 사람들의 모임)에서 자원봉사자들이 수업을 계획하며 직접 진행했다. 청소년 아잘사에서는 아이와 나와야의 관계를 심도 깊게 이야기 나누는 모임으로 자리잡았다.

출판사업

소식지가 전국에 있는 회원들에게 전해졌다. 화상모임이 많아지면서 모임의 후기가 많아져 소식지가 풍성해졌다. 계간 <니>는 2005년 발간을 시작해 이번에 2023년 겨울 72호를 냈다.

사회운동 사업

큰언니운동, 핵없는세상, 난민과함께살기, 장애인집짓기 운동을 통해 가까운 곳, 먼 곳에 있는 이웃들과 마음 나누고 살기를 실천했다.

미디어 매체 기록 사업

홈페이지를 꾸준히 정비하며 모임을 알리는 데 활용했다. 다음카페나 카톡을 통해 모임 공지나 후기 등을 올리며 나누는 노력을 지속했다.

1

여성정신건강 사업

1.1 개인상담

- 상담일수 : 총 35일
- 내담자 : 총 35명
- 상담봉사 : 문은희 소장

문은희 상담소장이 개인상담을 해주셨다. zoom을 열고 상담자와 내담자가 만나면 호스팅을 상담자에게 넘겨 상담은 안정되고 비밀이 지켜지는 가운데 진행되었다. (최미리)

1.2 집단상담 (정신건강상담공부)

- 모임 일시 : 매월 첫째, 셋째 주 수요일 오전 10시 30분 ~ 12시 30분, 총 22회
- 누적 참여 인원 : 총 345명
- 모임 방법 : 화상회의 (zoom 이용)
- 진행자 : 문은희 소장

상담소장 여는 글 목차

- 심리학을 왜 하나? ('마음건강을 위한 심리학여행' 수록 글)
- 심리학 이론 : 우리 눈에 맞는 안경 맞추기 ('마음건강을 위한 심리학여행' 수록 글)
- 자기 성격을 바로 알고 살자! ('마음건강을 위한 심리학여행' 수록 글)
- 지난날의 '나' 그리고 날로 달라져가는 이제(오늘)와 올제(내일)의 '나' ('마음건강을 위한 심리학여행' 수록 글)
- 자신을 어떤 사람이라 생각하며 사는가? ('마음건강을 위한 심리학여행' 수록 글)
- 배우며 깨우치며 살아가는 인생 길 ('마음건강을 위한 심리학여행' 수록 글)
- 사랑하며 일하며 ('마음건강을 위한 심리학여행' 수록 글)
- 바닥을 치는 도덕성을 어이할까! ('마음건강을 위한 심리학여행' 수록 글)
- 남자와 여자는 어떻게, 그리고 얼마나 다른가? ('마음건강을 위한 심리학여행' 수록 글)
- 평생살이 심리학 ('마음건강을 위한 심리학여행' 수록 글)
- 남다른 별종, 우리네 여성심리 ('마음건강을 위한 심리학여행' 수록 글)
- 몸만 튼튼? 마음까지 튼튼! ('마음건강을 위한 심리학여행' 수록 글)
- 길 잃고 함정에 빠진 것 같은 느낌 (사춘기)
- 믿을 수 있는 세상이 되어야 (사춘기)
- 인조합성 성격인 (사춘기)
- 중요한 결정을 사춘기에 (사춘기)
- 어정쩡할 수 밖에 없는 우리네 청년들 (청년기)
- 사랑이란? (청년기)
- 사랑과 일 (청년기)

- 어른이 될 준비가 되었어야 하는데..(청년기)
- 적절하게 거리두기 (청년기)
- 사랑 그리고 성 (청년기)

□ **정신건강연구 기록물 발간**

- 정신건강상담공부방 세 번째 책 (2023년 5월 발간) : 2019년 상담모임 녹취록으로 기초 신뢰감 1강, 2강을 공부하며 발설하는 모람들의 목소리가 담겨있다.
- 자료집 자원봉사자 : 문은희 소장님, 김은정, 박희영, 이미경, 정미형, 최미리, 한문순, 한제선, 홍혜경
- 2023년의 정신건강상담공부방은 문은희 소장님의 <마음건강을 위한 심리학 여행> 책을 교재 삼아서 상반기 12회를 진행하였으며, 이어서 에릭에릭슨의 발달과정에 따른 <사춘기>, <청년기> 10회의 모임을 가졌다. 참여한 모람들은 자신과 가족과 이웃의 마음건강을 돌아보고 어려움을 나누며 도우며 살아가는 삶을 경험하였다. (한제선)

1.3 **정신건강연구소**

1. 어머니연구모임

- 모임일시 : 월 1회 둘째 주 화요일 오전 10시 30분~12시 30분, 총 11회
- 참여 인원 : 15명, 연 인원 75명
- 연구 주제 : 어머니연구
- 진행자 : 문은희 소장

여성상담소와 협력하여 2022년 발간된 정신건강공부방 자료집 두 권에 이어 2023년 5월에 세 번째 자료집이 발간되었다. 2014년부터 참여한 모람, 작년과 올해 새로 참여한 모람 그리고 참여기간과 배경이 다른 연구자들이 매달 함께 모였다. 어머니와의 대화나 직접 쓴 글 내용을 모임에서 분석하여, 자신과 어머니의 관계를 이해해 나가는 방법을 취했다. 소통하지 못하던 전과 달리 제대로 이해하기 위해 함께 노력하고 있다. (이정현)

2. 소통연구모임

- 모임일시 : 월 1회 둘째 주 금요일 오전 10시 30분~12시 30분, 총 6회(2023년 7월시작)
- 참여 인원 : 15명, 연 인원 75명
- 연구 주제 : 소통연구모임
- 진행자 : 문은희 소장

문은희 선생님의 봉사와 모람들의 참여로 매달 1회씩 6회 진행하였다. 어머니 연구에 이어 “나와 다른 이웃들과 서로 알아주며, 소통하며, 같이 사는 방법을 연구하고, 실습하고, 세상에 퍼내 봅시다.”라는 문은희 선생님의 제안으로 2023년 7월에 시작하였다. 어머니연구자들이 했던 것처럼

럼 다른 사람을 연구대상으로 삼아 인터뷰를 진행하고, 대화 내용을 모임에서 분석하여 자신과 연구대상과의 관계를 객관적으로 이해해 가는 방법을 취했다.

14명의 모람이 각기 자녀, 시어머니, 아버지, 동생, 남편을 소통 연구 대상으로 출발하였다. 소통연구모임을 진행하면서 잘 안다고 생각했던 대상자들과 제대로 소통하고 있지 않은 것도 알게 되었고 진정한 소통을 위해 상대의 다름을 인정하고 이해해야 함을 알게 되었다. 가까운 가족들 뿐 아니라 다른 사람들과 소통하며 함께 살아가는 방법을 연구하고 실천하고자 노력하고 있다. (이미경)

1.4 심리학교실

- 모임일시 : 월 2회 첫째, 셋째 주 금요일 오전 10시 30분~12시 30분, 총 24회
- 참여 인원 : 9기 10명, 10기 15명 (23년 9월부터 10기 시작) 연 인원 240명
- 연구 주제 : 4가지 이론을 근거한 자기분석
- 진행자 : 문은희 소장

9기 : 포함단위이론을 통해 다른 나라 여성들과 다른 우리나라 여성들의 심리구조를 들여다보고 '포함단위'에 따른 우리의 관계 개념과 자신을 이해하는 시간을 가졌다.

10기 : 에밀을 읽고 본능론에 입각해서 자기 자신의 특성과 내면을 들여다보았다. 나는 어떤 사람이며 타인은 왜 그러한지 머리가 아닌 마음으로 이해하는 귀한 시간이었다. (최미리)

2 자기발견과 관계맺기 모임

2.1 여성의 눈으로 성서 읽기

- 연구주제 : 누가복음 19-24장
- 모임일시 : 매월 둘째 주 수요일 오전 10시 30분 ~ 12시 30분, 총 18회
- 누적 참여 인원 : 126명 (참여인원 7명)
- 모임 방법 : 화상회의 (줌 이용)

2023년 여러 지역의 새 모람들이 참여하게 되었다. 누가복음 19장부터 읽으며 등장 인물에 대해 호기심 어린 관찰과 탐구로 각 인물을 이해하고, 그 인물이 그렇게 살아가는 요인에 대해서 두루 살피며 자신의 모습도 돌아보게 되었다. 한 장을 여러 번 읽어 이해를 더했고, 단어 하나를 가지고 써름하고, 성경번역본마다 같은 구절의 다른 표현을 통해 성경내용을 풍부하게 이해했다. 구약성서와 복음서마다 다른 묘사를 읽기도 하고, 영화나 기사를 가지고 성경의 주제를 얘기했다.

모임 공지는 김은정 님, 이사회보고 내용정리는 이미경 님이 수고하셨습니다. (김지은)

2.2 뜨개모임

- 모임일시 : 매월 둘째 주 화요일
- 누적 참여 인원 : 14명
- 연간 모임 횟수 : 3회(2023년 10월 10일~ 12월)
- 진행자 : 김순금 선생님

코로나로 인해 뜨개 모임을 할 수가 없어서 문은희 선생님께서 조끼와 목도리를 뜨시는 것이 전부였다. 그러다 김순금 선생님의 제안으로 대면 뜨개 모임을 10월 10일 시작하였다. 8명의 회원으로 시작하여 김순금 선생님의 지도로 모자와 목도리 등을 만들었고 신입회원 김경미 님의 열정적인 참여로 가방, 조그만 담요 등 다양한 작품이 만들어졌다. 이정연 님의 추진으로 뜨개 모임의 활성화를 위해 다양한 사업을 구상중에 있다.

그동안 문은희 선생님이 정성스럽게 떠 주신 목도리를 63명의 평생회원들에게 연말에 발송을 하였으며 나머지 목도리 30여 개를 추후에 발송할 계획이다. (이미경)

2.3 노래모임

COVID-19 상황으로 인해 모임을 진행하지 못했다.

2.4 화요모임

- 연간 모임 횟수 : 3회
- 누적 참여 인원 : 82명
- 모임 방법 : 화상회의 (줌 이용)

- 한국인들은 난민들 이야기를 어떻게 듣고 있을까? <계간 니, 공개 인터뷰 >

- 일시 : 3월 14일 (화, 저녁 8시 30분)
- 모임 방법 : 화상회의 (줌 이용)
- 참여 인원 : 15명
- 내용 : 김대권 님을 초대해 이주민과 난민을 위해 활동하는 시민단체 아시아의 친구들 전 대표이자 시민모임 '마중'의 회원으로 화성외국인보호소 장기수용 난민을 정기적으로 면회하며 돕는 얘기를 들었다. 법무부, 출입국외국인사무소, 외국인보호소. 언론 시민 등 한국인들이 난민의 이야기를 어떻게 듣고 있는지 살펴보고 우리를 돌아보았다.

- 거듭된 참사, 우리는 어떤 이웃인가?

- 일시 : 5월 20일 (토, 오후 2시)
- 모임 방법 : 화상회의 (줌 이용)

- 참여 인원 : 50명
 - 내용 : 40주년 창립기념행사를 맞아 '이제 혼자 아파하지 마세요'의 저자이자, 단원고 스쿨닥터 김은지 원장을 초대했다. 단원고 스쿨닥터로 봉사한 후 그들과 약속을 지키고자 안산으로 가서 병원을 열고 함께한 이야기를 들었다. 단원고 학생, 가족과 함께한 전문가로 다시 반복되는 이태원 참사를 바라보는 심경을 들으면서 우리는 어떤 이웃인지, 또 어떤 이웃이어야 하는지, 함께 대화를 나누었다.
- **말더듬이 캠프이야기 : 서로 다른 시민으로 함께 살기 <계간 니, 공개 인터뷰 >**
- 일시 : 11월 2일 (목, 오전 10시 30분)
 - 모임 방법 : 화상회의 (줌 이용)
 - 참여 인원 : 17명
 - 내용 : 사우스 앨라배마 대학교 언어병리학 교수 최다혜 님을 만나 직접 진행한 말더듬이 캠프 이야기를 듣고, 서로 다름을 존중하면서 시민으로 함께 살기 위한 소통의 이야기를 나누었다. 진정한 소통은 유창한 말솜씨가 아니다. 다 다른 사람들이 다 다른 차이를 가지고 있음을 알고 그 다름을 축하하고 기뻐하고 함께 배워가면서 살아가야 함을 깨닫는 시간이었다. (최미리)

2.5 오케스트라

2023년 진행 내용은 없다.

2.6 <니> 다시읽기 모임

2023년 진행 내용은 없다.

3

교육 사업

3.1 재미있는학교

입학조건

- 주 양육자가 알트루사 정회원일 것, 어린이회원/청소년회원 가입 필수
- 알트루사의 정신을 공유할 수 있도록 정신건강 계간 <니> 정기구독자일 것
- 주요 정신건강상담공부방, 아잘사모임, 재미있는학교 참여 필수
- 정신건강사회운동 방침과 재미있는학교 원칙을 공유할 것
- 참여후원비 : 한 해 10만원 화상모임, 운영사정에 따라 참여후원비는 추후 변경될 수 있음.

입학식

어린이, 청소년, 졸업생과 학부모, 교사가 모두 모였다. 재미있는학교에서 자란 학생들은 후배들과 신입생들에게 경험담을 나누며 좋은 선배이자 안내자가 되었다. 졸업생들이 전하는 재미있는학교의 경험은 언제나처럼 감동적이다. 당시에는 몰랐던 가치를 시간이 지나 깨달아 후배들에게 활동을 권한다. 신입생들은 긴장도 하지만 설레는 표정을 감추지 못한다.

초등부 참여 인원 및 현황

- 학생 : 11명
(김웬디, 김인애, 김인하, 손정휘, 이하진, 임고유, 임은유, 현승주, 김인준, 손여진, 현주은)
- 참여 교사 : 6명 (김은정, 박소영, 윤들, 윤재오, 이정현, 정은선)
- 모임 방법 : 화상회의 (줌 이용)

초등부 진행된 수업

- 수업 기간 : 2023년 3월 ~ 2023년 12월
- 수업 횟수 : 총 13회
(3/27, 4/10, 4/24, 6/12, 6/28, 7/17, 9/11, 9/25, 10/16, 10/30, 11/13, 11/27, 12/11)
- 수업 내용
 - ① 1학기
 - 가정별로 돌아가면서 부모와 아이가 같이 고른 그림책을 읽고, 다양하고 재치있는 대화를 나누었다.
 - 5줄 글쓰기를 하고 발표해 보는 시간을 가졌다. 어린이들이 자신의 생각을 솔직하고 적극적으로 표현하고, 서로의 이야기를 들으며 즐거워했다.
 - ex) <나는 개다> 읽고 키우고 싶은 동물에 관해 써보기
<단어 수집가> 읽고 자신이 좋아하는 단어나 낱말 3개, 좋아하는 이유 써보기
<나 화났단 말이야!>를 읽고 억울했던 일 2가지, 어떻게 해결됐는지 2가지 쓰고 이야기 나누기

② 2학기

- 가정에서 준비한 안부질문(예: 한 주 동안 들었던 말 중 기분 좋았던 말하기)을 했다.
- 그림책을 낭독하고, 어떤 내용이 좋았고 그 이유가 무엇인지 말해보았다.
수업을 준비한 가정에서 글쓰기 주제를 정하면 아이들이 5줄 글쓰기를 하고 발표했다.
- '덕질 프로젝트'를 통해서 자신이 좋아하는 것을 설명하고, 시작한 시기, 좋아하는 이유, 기분, 소감을 말해보았다. (이정현)

청소년부 참여 인원 및 현황

- 학생 : 3명 (김한을, 이은우, 천하림)
- 교사 : 한문순
- 모임 방법 : 화상회의 (줌 이용)

청소년부 진행된 수업

- 수업 기간 : 2023년 1월 ~ 2023년 12월
- 수업 횟수 : 총 40회 (매주)
- 수업 내용 :
 1. 만나고 싶은 사람
 - 세 학생이 제각각 외국인(천하림), 과학자(이은우), 수학자(김한을)를 만나고 싶어했다. 23년에는 직접 섭외는 어려워 관련 영상을 함께 보고 토론했다.
 2. 좋아하는 분야로 시작해서 지식과 생각의 폭 넓히기
 - 스파이더맨과 양자역학을 연결하고 축구와 책을 관련짓고, 이슈와 관련된 성서본문을 읽고 토론하고 글쓰기 했다. 구글사이트 도구를 활용해서 학생들에게 익숙한 SNS 소통으로 자료를 참고하고 쌍방향 퀴즈와 글쓰기로 진행했다. 스마트폰에 익숙한 청소년에게 접근이 쉬워 반응이 좋았다.
 3. 근황을 나누며 자신과 이웃을 파악하고 이해하기
 - 자기만의 경험, 친구들과 부모님과의 갈등을 토로하며 자기 욕구를 들여다보고 다른 사람들에 대한 이해 넓히기를 도모했다.
 4. 서로가 추천하는 기사 함께 공유하고 토론하기
 - 서로 다른 분야의 관심사를 알리면서 세상사를 바라보는 시야를 넓히고 놓쳤던 사회적 이슈를 접하며 판단하고 고민하는 기회를 만들었다. (한문순)

청년부 참여 인원 및 현황

- 학생 : 6명 (박성철 박종근 유성동 이원석 이현주 조수아)
- 참여 교사 : 한문순

○ 모임 방법 : 화상회의 (줌 이용)

진행된 수업

○ 수업 기간 : 2023년 1월 ~ 2023년 12월

○ 수업 횟수 : 총 20회 (월 2회)

○ 수업 내용 : 청년 어른이 되었지만 특성에 따라 제각각 다 다른 상황에 놓여 있어 진로 고민이 깊었다. 친구하고도 그렇지만 아르바이트나 직장 내에서도 인간관계를 성의껏 맺기 위해 함께 고백하고 돌아보고 조언하고 응원했다. 서로 상황은 달라도 서로의 이야기에 축하하고 고민에 공감하며 거울이 되어 지지하고 응원하는 흔치 않은 든든한 관계를 맺어가고 있다.

청년은 취업고민만 하지 않는다. 내밀한 속사정은 훨씬 더 다채롭고 풍부하여 경청이 중요하다는 것을 모두가 실감했다. (한문순)

3.2 아잘사 (아이들과 잘살아보자는 사람들의 모임)

연간 모임 횟수 : 월 2회, 총 18회

누적 참여 인원 : 9명

(강용민 김지은 김지혜 박희영 이정현 정미형 한문순 한제선 홍혜경)

모임 방법 : 화상회의 (줌 이용)

아이와 부모가 같이 다니는 재미있는 학교 필수 참여 모임이다. 부모가 어른으로 제대로 살기 위해 아이를 키워 가며 느끼고 경험하는 바를 같이 나누고 돌아보며 한 해 동안 서로를 응원했다. (한문순)

4 출판 사업

4.1 소식지 발간

올해 소식지는 255호(2023년 2월호)부터 264호(2023년 12월 · 2024년 1월 합본호)까지 발간했다. 올해도 필자, 원고청탁, 수합, 편집, 교정, 발송까지 이 모든 과정을 회원들의 자원봉사로 채워졌다. 특히나 매달 소식지 발송을 위해 매달 정기적으로 사무실 방문을 하는 봉사자들이 늘어 즐겁게 발송을 마치고 있다. 이러한 수고의 결과로 매달 국내 650여 명에게 우편 발송을 했다. 매번 알트루사 다음카페와 홈페이지에 온라인으로도 만날 수 있도록 업데이트했다. (홍혜경)

4.2 계간 <니> 발간

2023년 발행분

- 70호 귀도 마음도 달아
- 71호 나를 만든 삶의 순간
- 72호 건강한 시민 건강한 사회

2005년 겨울 창간한 계간 <니>는 2023년 가을호 72호를 발행했다. 매호 400여부를 발행하고 있으며 정기구독자는 100여 명이다. (편집팀)

4.3 도서출판 니

2023년 사업내용 없음

5 사회운동 사업

5.1 큰언니운동

카드쓰기운동

- 기간 : 2023년 1월 ~ 12월

초창기 모람분들, 아픈 모람과 모람의 부모님, 화성보호소에 계신 난민분등 여러분들에게 카드쓰기 운동이 큰언니운동의 일환으로 전개되었다. 여러 모람들이 함께 마음을 글로 써주시고, 카드로 예쁘게 만들어 보내주어 감사했다. 카드 받으신 분들이 답장을 보내주시기도 했는데 무척 감동적이었다. (정미형)

5.2 핵없는세상

핵없는세상을 위한 읽기모임

- 연간 모임 횟수 : 총 1회, 매월 셋째 주 화요일 10시 30분
- 연간 참여 인원 : 3명
- 모임 방법 : 화상회의 (줌 이용)

핵없는세상을 위해 꾸준히 독서하여 공부해 나가며 문제가 되는 것을 살피고자 독서모임으로 전환을 준비했다. 기후위기와 관련하여 돌아가며 소식지에 글을 썼다. (김지은)

핵없는세상 시민모임

- 정기 모임 일시 : 매월 첫째 주 토요일 오전 11시 (연간 12회)

- 누적 참여 인원 : 약 80명
- 모임방법 : 화상회의 (줌 이용)

- 후쿠시마 오염수 방류 반대 광고 : 6회 (콩나물 신문, 알트루사 소식지, 계간 니)
- 홍보 : 소식지 2회 발간, 홈페이지, 블로그, SNS등
- 핵없세 정기 광고회의 신설 : 매월 셋째주 토요일 (6월부터 시작)
- 행진 및 행사 참여 : 후쿠시마 핵사고 12주년 탈핵행진 (3.9 서울/3.11 부산)
 923 기후정의행진
 2023 반핵아시아포럼 한국조직위 및 행사참여
 핵오염수 방류 반대 주말집회 등 회원 다수 참석
 핵없세에서 방류반대 노래 제작 “모두의 바다” (한제선)

5.3 난민과함께살기

- 정기 모임 일시 : 매월 둘째 주 월요일 오전 10시 30분
- 연간 모임 횟수 : 12회
- 연간 참여 인원 : 100여 명
- 모임 방법 : 화상회의 (줌 이용)

난민들과 협력하며 관계를 지속하고 있다. 난민별 담당자를 배치해서 소통했다.

- 후원원칙

난민을 처음 만나 소개할 때 알트루사가 정신건강사회운동 단체라는 것을 알린다.

난민이 도움 청한 내용을 정확하게 파악하여 개별적인 도움이 아니라 단체 이름으로 도움을 줄 수 있도록 회의를 거쳐 협의한다. 난민의 상황을 고려하여 그들의 신분이 쉽게 노출되지 않도록 주의한다.

- 개별 난민 담당자

난민들을 개별적으로 모람들과 연결하여 꾸준히 소통하고 그들의 상황을 알고 있도록 했다.

- 냉 · 난방비 지원

백주년 기념교회 어린이들의 후원금으로 난방비를 각 난민 가정에 10만원씩 지원하였고, 그동안 모은 난민 기금으로 여름에 냉방비로 각 가정에 10만원씩 지원하였다. (이번 해에 한시적으로 시행함.)

- 화성외국인 보호소 후원

전화카드, 영어 소설, 모람들이 쓴 크리스마스 카드를 전달했다. (한문순님 직접 방문)

- 명절, 생일, 연말 선물

추석, 가정의 달, 연말에 난민 가정에 선물을 보냈다. 지난해에 이어 한 후원자님이 과일을 난민 가정에게 보냈으며, 이정연 모람 교회에서 한 어려운 난민 가정을 위해 많은 후원금을 전달하기도 했다. 난민 담당자들을 통해 난민 가족들의 생일을 잊지 않고 카드와 선물을 보내며 챙기고 있다.

-난민활동가인터뷰

난민 후원 단체 '아시아의 친구들' 대표 김대권 님과 인터뷰를 하였다. 일반적으로 갖고 있는 난민에 대한 부정적인 편견에서 벗어날 수 있었고 우리나라의 난민 정책이 난민들에게 우호적이지 않은 것도 알게 되었다.

- '화성 외국인 보호소 난민과 함께 살기' 자료집 발간

난민 활동가 김대권 님의 인터뷰를 자료집으로 발간하여 많은 분들에게 난민에 대한 바른 이해를 돕도록 했다. 알트루사 평생회원들에게 연말에 배부하였다.

- 지정후원

어려운 처지의 난민 가정을 위한 후원을 몇몇 모람들이 하고 있다. (이미경)

5.4 장애인 집짓기

활발하게 활동하지 못했어도 지속적으로 관심을 갖고 기사를 공유했다. (한문순)

6 미디어 매체 기록 사업

6.1 홈페이지

홈페이지 구조를 조금 개편했다. SNS와 연계해서 홍보매체로 활용했다.

정은선 님의 봉사가 큰 기여를 했다. (한문순)

6.2 미디어 사업

핵없는세상 기념영상과 후쿠시마오염수바다방류 반대를 촉구하는 노래 '모두의 바다'를 제작하여 온라인 영상 편집, 공유했다. (한문순)

6.3 자료와 기록

모임을 온라인 ZOOM으로 열기 때문에 기록을 항상 남기고 있다. 비영리기관을 돕는 테크숍을 통해 할인된 비용으로 MS사의 원드라이브와 구글을 활용해서 자료와 기록을 저장 관리하고 있다. (한문순)

7

행사와 자원활동

7.1 행사

정기총회, 창립기념회

1월 28일에 제34회 정기총회가 열렸다. 전국각지에서 참여하는 상황으로 인해 온라인으로 치러졌다. 52(외 13분 위임)명의 회원이 참석해 자료집을 검토하며 한해 사업을 돌아보고 내년 사업을 계획했다. 신임 회장(한지연) 및 이사(김순금)의 선출을 만장일치로 승인받았다. 2부에는 회원들의 발표와 공연을 함께 했고, 오랜만에 만난 회원들의 인사와 이야기도 들을 수 있어 뜻깊었다.

제40회 창립기념회는 5월 20일, 전국각지에서 참여하는 상황으로 인해 온라인으로 치러졌다. 구호로 '마음이 건강한 여성들이 만드는 착한 사회'를 외치고 때맞춰 받은 정신건강공부방 세 번째 책을 들고 기념촬영을 했다. 계간 니 소개와 니 70호를 홍보했다. 창립 40주년 후원의 날에 모금동참으로 함께 고무되었다. 회원들의 축하 동영상과 공연이 이어졌고 만나지 못하는 상황에서 서로의 안부와 마음을 주고받을 수 있는 좋은 기회가 되었다.

이사회, 자원활동가 회의

월 1회 열린 이사회에서 각 모임과 사업의 보고를 받고 사업내용을 계획했다. 주요 안건에 대해 논의, 의결했다. 7월 이사회에서 논의되어 이정연 님이 이사활동을 시작했다. 월 1회 열린 자원활동가 회의에서 각 모임과 사업의 구체적인 활동에 대해 논의했다. (김지은)

7.2 자원활동

COVID-19가 지속되는 상황에서 서로 조심하며 알트루사 자원봉사는 꾸준히 이어졌다. 비대면 상황에서도 화상모임이나 문서공유, 톡 챗봇 등을 이용한 소통이 활발했다. 뜨개모임의 경우 대면모임으로 진행하였다. 각 모임의 담당자는 모임공지를 다음카페와 톡에 공유하는 활동을 했고, 만나지 못하는 회원들과 평생회원에게 카드와 선물 발송도 봉사자들의 노력으로 이어질 수 있었다. 매달 나오는 소식지와 계간 <니> 발송도 발송봉사자들이 마음을 모아 함께 했다. 사무실 일상의 사무와 법률, 회계업무 지원활동도 전문성을 갖춘 봉사활동으로 자리를 잡고 있다. 문은희 소장님의 상담봉사와 뜨개봉사도 계속되었다. (김지은)

8

새 회원

평생회원 : 평생회원 : 김영남(완남) 박선옥(완남) 윤들(완남) 이정현 조윤숙

월회원 : 김소윤 김숙희 박정희 변범석 유은옥(재개) 유정인 이미숙 이복원 임미선 임세은 정은지 조수아 조승우 조영우 조현성 황재경

IV. 2024년 사업 계획 (2024/1/1 ~ 2024/12/31)

여성정신건강 사업

정신건강상담공부방에서 발달단계에 따른 내면의 성장을 돌아보고, 소장님의 개인상담, 심리학교실과 소통연구 모임을 계속 이어간다. 수요집단상담 모임의 출판물을 계획한다.

자기발견과 관계맺기 모임

모임을 통해 자아를 발견하고 키워 관계를 진전시켜 나갈 수 있게 서로 돕는다.

교육사업

재미있는학교에서는 학습을 강요하지 않고 스스로 탐구하여 재미있게 공부하도록 돕는 대안 교육 프로그램을 진행한다.

출판사업

소식지, 계간지 발간을 이어간다. 도서출판 니에서 알트루사 정신에 맞는 책을 출판한다.

1 여성정신건강 사업

1.1 개인상담

COVID-19 상황을 감안하여 줌으로 개인상담을 계속해 나간다.

1.2 집단상담(정신건강상담공부)

정신건강상담공부방은 방학없이 매월 1, 3주 수요일에 계속한다.

정신건강상담공부방 기록물을 발간한다.

상담모임의 참여를 통해 정신건강사회운동이 마음 건강을 위한 평생의 과업임을 깨닫고 함께 한다.

1.3 정신건강연구소

어머니연구 모임은 일단락되었다. 그러나 두 번째 자료집 이후 자료를 정리해서 상반기에 발간할 계획이다. 개별 연구자들이 작업은 필요에 따라 이어가도록 한다.

여러 모람들이 겪었던 그 솔직한 대화를 이어간다. 아프고, 힘들고, 표현하기 어려웠던 그 마음 그대로를 보기 위해서는 인식의 변화를 필요로 한다. 어머니에 대한 이해가 바뀌는 과정은 이상

하리만큼 신기하고 감동적이지만 그리 편안하지도 유쾌하지도 않다. 그 용기있는 참여가 가져오는 변화와 성숙을 맛볼 새로운 모람들의 참여를 기대한다.

소통모임은 문은희 선생님의 봉사와 모람들의 참여로 매달 1회 둘째 주 금요일 오전에 모임을 계속 이어간다. 새로운 모람의 참여를 위해 적극적인 홍보를 한다. 소통연구를 통해 더 많은 모람들이 다른 사람들과의 건강한 관계를 맺기를 바라며, 나아가서 서로 다르지만 다름을 인정하고 이해하여 함께 어우러져 살아가는 것을 추구하고자 한다. 노인과 청년이 함께 하는 모임도 추진 중이다.

1.4 심리학교실

심리학교실은 본능론에 이어 환경결정론, 상호교섭론에 입각해서 자신을 비추어보고 이를 통해 나와 타인을 진심으로 이해하고 존중할 수 있는 계기가 되기를 소망한다.

2 자기발견과 관계맺기 모임

2.1 여성의 눈으로 성서 읽기

2024년에는 하나님의 이야기와 사람들의 이야기의 부딪힘이 있는 성서를 건강하게 읽어 정신건강을 도모할 것이다. 구약의 하박국서를 읽을 것이다.

2.2 뜨개모임

문은희 선생님의 뜨개 봉사는 계속 이어진다. 김순금 선생님의 지도로 대면 뜨개모임을 매월 진행하면서 많은 작품을 만들 것이다. 누구나 쉽게 접근할 수 있는 뜨개모임으로 많은 회원들이 참여할 수 있도록 알릴 계획이다.

2.3 노래모임

COVID-19 상황에 따라 모임 개최 여부를 결정한다.

2.4 화요모임

난민 모임과 협의 하에 다양한 주제로 진행할 예정이다.

2.5 오케스트라

COVID-19 상황에 따라 모임 개최 여부를 결정한다.

2.6 <니> 다시읽기 모임

<니> 과월호를 계속 읽어갈 예정이다. 후기를 계간지에 실는 것으로 변경할 예정이다.

3 교육 사업

3.1 재미있는학교

초등계획

1. 23년 사업을 이어가며, 24년에도 같은 기초를 이어간다.
2. 어린이 재미있는 학교의 긍정적인 활동 내용들을 홍보하여 학생 수를 늘려간다.

청소년계획

1. 23년 사업을 이어 가며 24년에도 같은 기초를 이어간다.
2. 원칙을 전달하며 청소년 재미있는학교를 모람들에게 홍보하여 학생 수를 늘려간다.

청년계획

1. 23년 사업을 이어 가며 24년에도 같은 기초를 이어간다.
2. 탈북 청년들과 함께하고자 한다.

3.2 아잘사 (아이들과 잘살아보자는 사람들의 모임)

1. 23년 사업을 이어 가며 24년에도 같은 기초를 이어간다.
2. 어린이, 청소년, 청년들이 자라면서 관계를 이어가며 건강한 공동체를 형성하도록 지원한다.
3. 어려서부터 형성된 건강한 공동체가 장애인 등 소수자를 배려하고 적극적으로 협력하며 살아가는 사회를 만들어가도록 지원한다.

4 출판 사업

4.1 소식지 발간

1. 애써준 소식지 필자 외에 그동안 새로운 필자들을 적극적으로 발굴해서 더 다양한 회원의 목소리를 담도록 한다.
2. 소식지 발간에 힘 보태는 봉사자들과 지속적으로 봉사할 수 있는 관계를 형성하도록 한다.
3. 온라인 소식지에 대한 고민을 이어 나가도록 한다.

4.2 계간 <니> 발간

- 봄, 여름, 가을, 겨울 시기에 맞춰 독자들이 받아볼 수 있도록 출간을 진행한다.
- 필자들이 각 호의 특집주제를 잘 이해하고 글을 쓸 수 있도록 돕는다.
- 다양한 연령의 필자들을 발굴하고 참여하도록 권장한다.
- 직접 만나기 어려운 상황에서 정신건강의 뜻과 목표를 익히고 마음을 모으는 매개체로 적극 활용한다.
- 정기구독자를 늘리고, 널리 읽힐 수 있도록 방안을 계속 모색한다.

4.3 도서출판 니

알트루사 정신과 취지에 맞는 책을 출판한다.

5 사회운동 사업

5.1 큰언니운동

24년에도 카드쓰기로 서로 마음을 전하고 사랑을 키우기를 소망한다.

5.2 핵없는세상

- 핵없는세상을 위한 읽기모임
 - 매월 정기모임을 계속하여 실시한다.

- 기후위기와 관련한 핵 문제에 대해서 알리고 운동에 여러 모임을 동참을 권한다.

□ 핵없는세상 시민모임

- 매월 정기모임을 계속하여 실시한다.
- 후쿠시마 오염수 방류 반대 매체 광고를 진행한다.
- 탈핵 행사, 기후위기 행진, 집회 등에 참여한다.

5.3 난민과함께살기

- 모임들과 후원 원칙을 공유한다.
- 난민과 개별 담당자를 정해 소통을 꾸준히 한다.
- 난민 가족들의 생일을 개별 담당자를 통해 축하한다.
- 화성외국인보호소 장기 수용 난민을 후원한다.
- 긴급지원금을 마련하여 필요한 때 지원한다.
 - ex) 이번 해 난민 가정 학생이 대학을 진학했는데 지정 후원에 대한 논의가 필요함. 냉방비, 난방비, 명절, 연말 등
- 난민 인정을 받도록 협력한다.
- 화요모임에 난민을 초대하여 난민들의 상황을 구체적으로 파악한다.
- 난민분들의 건강을 위해 의료 혜택받을 수 있는 지역난민협력병원에 대해 알아본다.
- 난민 활동에 대한 기록물을 정리하여 난민 모임에 처음 참여하는 사람들에게 활동 정보를 알리고, 난민 활동의 이해를 돕는다.
- 알트루사 소식지나 계간지에 난민 가정, 난민들의 근황을 올린다.

5.4 장애인 집짓기

관련자 초대 화요모임과 구체적인 참여 제안을 통해 활동을 더 구체화하고자 한다.

6 미디어 매체 기록 사업

6.1 홈페이지

웹진 형식으로 온라인 소식지를 준비 중이다. 홈페이지와 연결해서 종이 소식지를 일부 대체하고 널리 퍼진 휴대기기를 통해 소식지를 쉽게 접할 수 있도록 하고자 한다.

6.2 미디어 사업

알트루사에서 벌이는 다양한 운동을 쉽게 전달할 수 있는 영상기록을 꾸준히 기획 중이다.

6.3 자료와 기록

23년 기초를 이어 24년에도 자료와 기록을 철저하게 저장하고 관리하고자 한다.

7 행사와 자원활동

7.1 행사

- 정기총회 : 2024년 1월 27일에 제35회 정기총회가 열린다.
- 창립기념회 : 2024년 5월 셋째 주 토요일에 개최될 예정이다.
- 이사회회의 : 매월 셋째 주 금요일 저녁 8시에 진행된다.
- 자원활동가 회의 : 매월 첫째 주 목요일 오후 2시에 진행된다.

7.2 자원활동

돌림병이 확산되지 않도록 책임감을 갖고 자원봉사를 지속한다. 온라인을 통한 모임과 소통을 활발히 한다. 문은희 소장님의 상담과 뜨개봉사를 비롯하여 정신건강공부방 자료집 제작, 계간 니 발행 등 모든 활동을 능동적으로 봉사하여 자발적인 시민으로 정신건강사회운동을 주도하고자 한다.

3. 2023년 결산 및 2024년 예산 총괄표

2023년 결산

(단위: 원)

수입	금액	지출	금액	비고
이월	33,119,973			
운영수입		관리운영지출		
월회비	10,008,000			
평생회비	2,080,000	소식지 인쇄비	1,646,000	
이사회비	11,140,000	인건비	18,634,510	
일반후원	9,535,200	사무관리비	13,049,570	
목적사업후원(지정)		목적사업 지출		
계간니후원	4,756,000	계간니	4,975,410	
재미있는학교후원	930,000	재미있는학교	165,300	
난민함께살기후원	4,520,000	난민과함께살기	2,751,180	
		난민함께살기지정	5,000,000	
연구소후원	1,070,000	정신건강연구소지정	1,000,000	
		정신건강연구소	5,574,290	
핵없는세상 후원	200,000	핵없는세상	160,500	
뜨개모임 후원	200,000	뜨개모임	243,900	
큰언니운동 후원	200,000			
목적사업 수입		<p>관리운영비는 운영과 관련된 지출입니다. 운영수입(회비+일반후원)으로 충당됩니다. 23년에 운영비가 적자였습니다.</p> <p>목적사업후원금은 사업별로 계정을 만들어 별도 관리하고 있습니다. 목적사업후원은 목적사업에 지출하고 있습니다.</p>		
계간니 수입	795,153			
연구소 수입	78,220			
기타수입				
녹취	315,000			
기타수입(이자 외)	5,352,158			
예수금	32469			
정신건강연구소예금	135,000,000	정신건강연구소예금	127,065,598	
		차기 이월	39,065,915	
합계	219,332,173	합계	219,332,173	

2024년 예산				
(단위 : 원)				
수입	금액	지출	금액	비고
월회비	11,000,000			
평생회비	2,700,000			
이사회비	10,000,000			
알트루사후원	5,000,000	운영비	16,000,000	
계간니후원	6,000,000	계간니	6,000,000	
재미있는학교후원	1,000,000	재미있는학교	500,000	
장애인집짓기후원	200,000	장애인집짓기	200,000	
난민함께살기후원	5,000,000	난민과함께살기	5,000,000	
도서출판니 후원	1,000,000	도서출판니	1,000,000	
정신건강연구소후원	1,000,000	정신건강연구소	20,000,000	
핵없는세상후원	200,000	핵없는세상	200,000	
뜨개모임후원	500,000	뜨개모임	500,000	
큰언니운동후원	500,000	큰언니운동	500,000	
계간니 수입	1,000,000	2024년부터는 알트루사 활동은 모람들이 전면 자원 봉사합니다. 인건비 지출이 없어 적자 해소에 도움이 될 것으로 예상합니다. 올 한 해도 함께 활동하고 후원하며 정신건강사회운동을 보람되게 펼쳐가기를 기대합니다.		
도서출판니 수입	500,000			
정신건강연구소수입	1,000,000			
녹취록판매	300,000			
기타수입	3,000,000			
수입예산총액	49,900,000	비용예산총액	49,900,000	

- 이월금과 정기에금분은 제외된 예산입니다.

총회를 준비한 사람들 : 실무위원회

“마음이 건강한 여성들이 만드는 착한 사회”

여성상담 . 집단상담 . 정신건강연구소 . 심리학교실
여성의눈으로성서읽기 . 뜨개모임 . 노래모임 . 화요모임 . 오케스트라
재미있는학교 . 아이들과 잘살아보자는 사람들의 모임
소식지 . 심리상담 계간 <니> . 도서출판 니
큰언니운동 . 핵없는세상 . 난민과함께살기 . 장애인집짓기

(사)한국알트루사
서울특별시 종로구 통일로 12길 6-7 (03029)
전화 02-762-3977/8, 팩스 02-762-3979
altrusa.adm@daum.net
www.altrusa.or.kr