

♪ 그림 예방 통합문화프로그램

「기억을 잊고, 마음을 잊다」

1. 사업 개요

「기억을 잊고, 마음을 잊다」는

회상독서, 그림책, 음악(멜로디카·리코더), 레크레이션, 풍선아트 등을 결합한
어르신 고립예방 및 정서지원 통합문화활동 프로그램입니다.

2. 사업 목적

고립·우울 위험 어르신의 정서적 안정 및 사회적 관계 회복

회상과 표현활동을 통한 인지·정서 자극

사회공헌 봉사단 참여를 통한 지속 가능한 돌봄·관계망 형성

복지관 중심의 지역사회 고립예방 플랫폼 구축

3. 교육대상

지역 내 고립·독거 어르신

경로당, 복지관 이용 어르신

4. 프로그램 구성 (예시 5회기 / 확장 가능)

① 회상독서 & 인생이야기

옛날 사진, 추억 소재 그림책 활용

“내 인생의 한 장면” 이야기 나누기

추억 키워드로 짧은 글·말로 표현

☞ 효과: 기억 자극, 자존감 회복, 정서적 안정

② 그림책과 음악사이

주제별 그림책 낭독

감정 공유 및 소감 나누기

주제에 맞는 음악 감상·간단 연주

☞ 효과: 감정 표현, 공감 능력, 집단 유대감 형성

③ 멜로디카·리코더로 추억의 노래

근대가요·동요·가요 연주

가사 읽기 & 시대 이야기 나누기

“내가 좋아하던 노래” 공유

☞ 효과: 인지 활성화, 회상, 즐거움 증진

④ 레크레이션 & 소통 놀이

웃음·신체활동 중심 레크리에이션

소그룹 협력 게임

관계 형성 중심 활동

☞ 효과: 활력 증진, 사회적 상호작용 강화

⑤ 풍선아트 & 종이접기, 미술활동 등

풍선아트로 추억의 물건 만들기

손활동 중심 소근육 자극

완성작 나눔 및 전시

☞ 효과: 성취감, 자기표현, 즐거움

5. 신청 방법

- 모집 기간: 2026년 2월 5일까지
- 신청 대상: 서울, 경기, 인천 지역내 종합사회복지관
- 신청 방법: 공모신청서 제출
- 선정 발표: 2026년 2월 12일 (개별 통보)

6. 문의 및 접수

• 주관: 슬기로운사회적협동조합

• 전화: 010-6311-1801

• 카카오아이디: ansdus43

• 이메일: abccab@naver.com

※ 문자나 카카오톡으로 문의 부탁드립니다.