



충남대민국의 중심

내민 작은 손
마주하는 밝은 미소
함께하는 즐거움

손길 나눔

아름다운 봉사활동이 묻어나는 행복한 소식지

2007

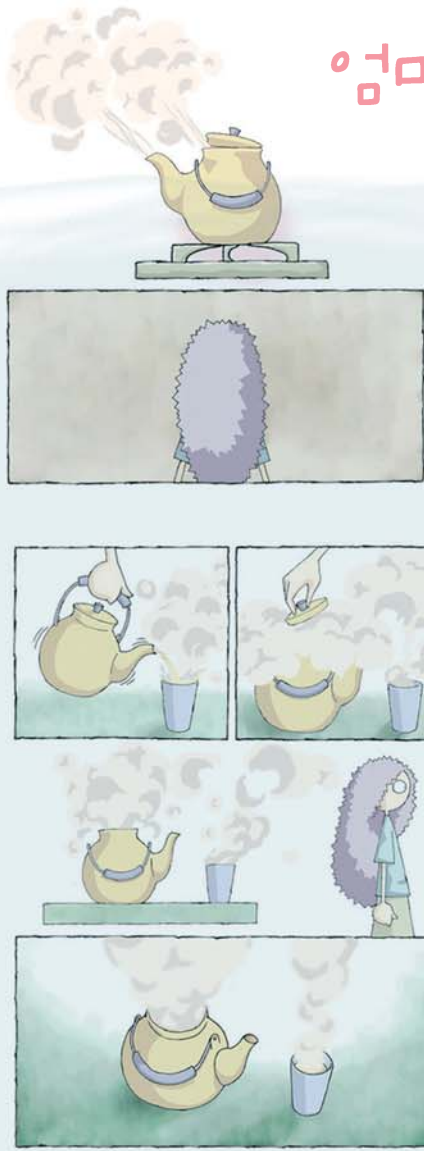
여름호 | 통권31호



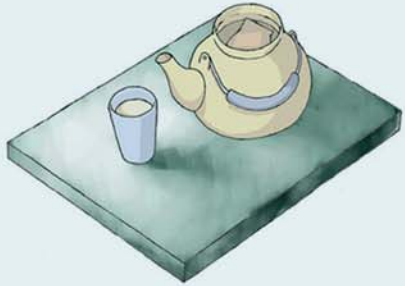
충남대학교 학생활동진흥센터
청소년 활동진흥센터

여는 그림

오늘 당장 집에 가서
엄마에게 사랑한다고
말해봅시다.



이것을 만 놓았어요...
엄마가 보리하를 싫어하
요... 한잔을 꼭 마
셔야 수감인이...



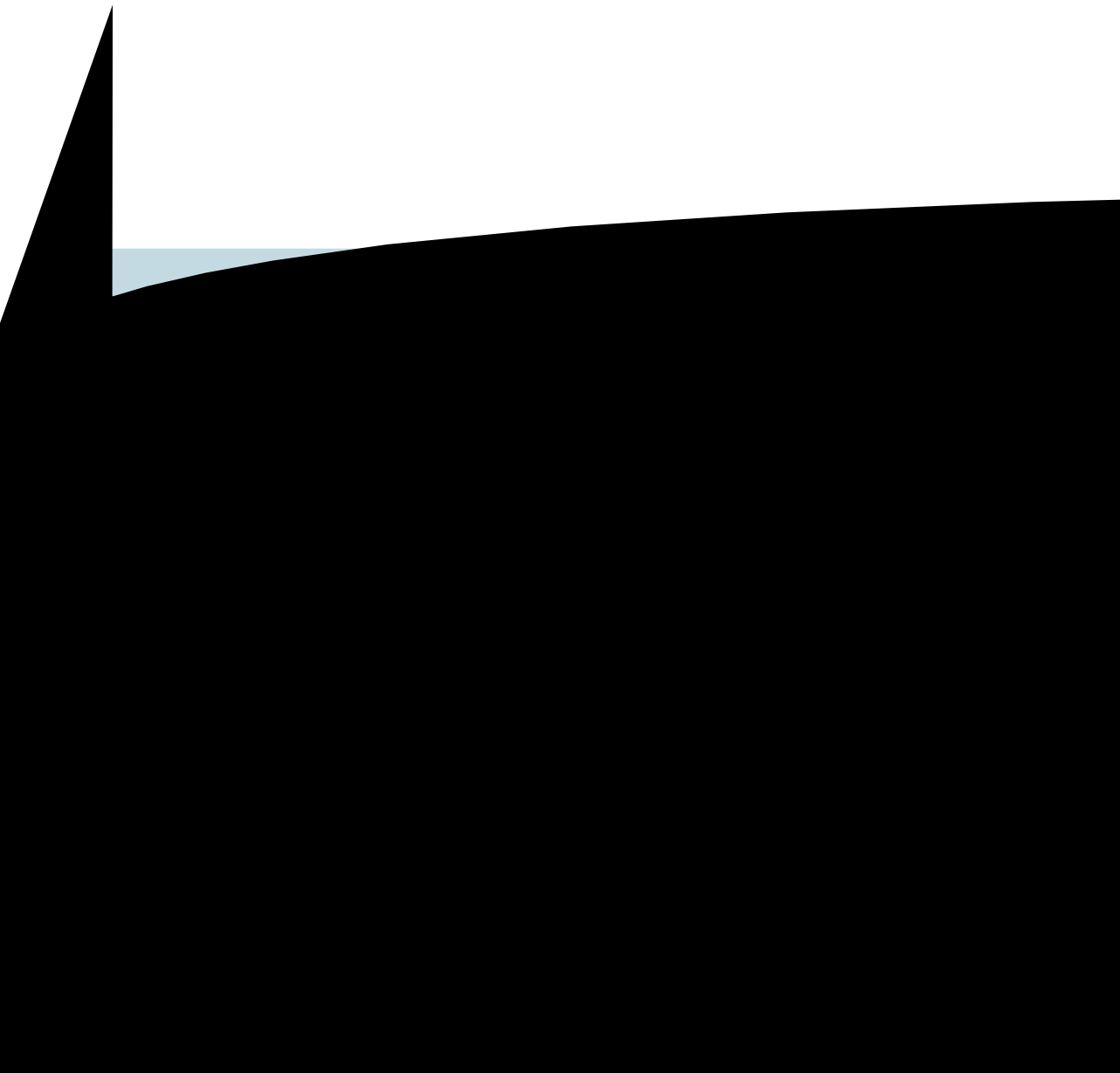
보리하. END.

손길 나눔

summer 2007

아름다운 봉사활동이 묻어나는 행복한 소식지

여름호 || 통권 31호





충청남도청소년활동진흥센터



전체

화합과 협동으로 건강하고 올곧게 자라는
우리 청소년들의 모습을 상징화



중앙

미래의 주역이 될 청소년의 밝고 희망찬 내일을
해맑은 미소로 표현



주변

중심을 감싸고 도는 세명의 사람으로 화합과 협동을 통한
미래의 무한한 가능성을 상징화

프로그램 돋보기는 센터의 프로그램을 소개하는 란입니다.
봉사활동 담당선생님 그리고 동아리지도선생님 등
학생봉사활동에 관심을 갖으신 모든 분들의 참여를 기다립니다.

지역사회 네트워크를 통한 북카페 운영

지역 작은도서관 '북카페' 운영을 위한 책을 기증받습니다.

(헌책 · 새책)



충청남도청소년활동진흥센터에서는 집에서 잠들어 있는 책을 모아 지역 작은도서관 북카페를 운영하고자 합니다. 집에서 보지 않고 잠들어 있는 책이나 새 책을 기증받고 있습니다. 좋은책의 나눔을 통해 우리지역 청소년들의 정서를 풍요롭게 하고자 하오니, 관심 있는 기관단체 · 학교 · 시민들의 많은 참여바랍니다.

- 제외도서 : 2002년 이전도서, 오락만화, 잡지류 등
- 모집기간 : 2007년 11월까지
- 보내실곳 : 충청남도청소년활동진흥센터
충남 논산시 취암동 19-1 논산공설운동장내(착불)
- 북카페 운영 청소년시설 : 7곳
천안시청소년수련관, 보령시청소년수련관
논산시청소년수련관, 연기군청소년문화의집
부여군청소년수련관, 홍성군청소년수련관
공주시청소년수련관
- 담당자 : 이영매 ☎736-9003



청소년수련활동인증제 함께 만들어가는 청소년수련활동인증제 청소년 푸른성장의 디딤돌입니다.



청소년수련활동인증제는 청소년활동의 질적인 향상과 청소년의 균형적인 발달을 위하여 청소년활동진흥법 제35조에 의거하여 시행하고 있습니다.

청소년수련활동인증제란?

수련활동이 갖는 일정기준 이상의 형식적 요건과 질적 특성을 갖춘 청소년활동이 정당한 절차로 성립되었음을 공적기관에 의해 증명하는 제도입니다.

1. 충남지역 인증프로그램

인증번호	프로그램명	프로그램유형	기관명
제7호	청소년독립군사관학교 캠프	숙박형	국립중앙청소년수련원
제8호	청소년선배21 캠프	숙박형	국립중앙청소년수련원
제39호	발사관 이야기(발판리 초급자과정)	정기형	충청남도청소년활동진흥센터
제70호	청소년 스킨스쿠버 교실	정기형	국립중앙청소년수련원
제71호	폐기수식청소년 승마교실	정기형	국립중앙청소년수련원
제72호	슌PRO 캠프	숙박형	국립중앙청소년수련원
제73호	환경사랑 캠프	숙박형	국립중앙청소년수련원
제74호	새롭게 만나는 멋진 내!	숙박형	국립중앙청소년수련원
제75호	가족 별자리 교실	정기형	국립중앙청소년수련원
제76호	자신 있는 내! 그 힘찬 움직임	숙박형	국립중앙청소년수련원
제77호	천문과학 캠프	숙박형	국립중앙청소년수련원
제78호	Blue Magic School(푸른 마술 학교)	숙박형	국립중앙청소년수련원
제87호	홍성사랑 팔경 도보여행	숙박형	홍성군청소년수련관

2. 인증대상프로그램

청소년(9~24세), 청소년을 포함한 가족 등을 대상으로 실시하는 청소년프로그램 (정기형-1회 3시간 이상 당일, 숙박형, 이동형)

3. 인증신청방법

- 신청방법 : 연중 상시 온라인 신청(www.yap.go.kr)
- 신청절차 : 청소년수련활동인증정보시스템(www.yap.go.kr) 접속 → 회원가입 및 로그인 → 인증신청 클릭 → 인증신청서 등록 → 프로그램개요서 등록 → 증빙서류 등록 → 지도자 등록 → 인증신청서 하단 신청상태 '대기' → '신청' 으로 변경
- 인증신청에 대한 자세한 사항은 인증제 매뉴얼 참조(www.yap.go.kr)

4. 인증제 컨설팅

충남청소년활동진흥센터 이선열 ☎736-9003

들어는 봤니? 선플~?



악플?

악플은 건전한 비판과 토론이 아닌 근거없는 비방과 인신공격성 댓글입니다.

선플?

선플은 착하고 아름다운 인터넷 댓글을 뜻하는 말로 악의적인 댓글, 악플에 대항하고 대체해 나갈 신조어입니다.

I. 악플의 현주소

1. 고인에게까지 악플을 다는 세대

가수 유니가 자살하고, 그 뉴스가 인터넷에 올라왔을 때, 댓글 중 '장남수가' '잘 죽었다' 식의 악성댓글이었다고 한다. 어떻게 이럴 수가 있나? 죽은 사람을 한번 더, 죽인 꼴이 되었다.

2. 애국지사에게까지 악플을 하는 세대

네티즌들의 악성 댓글(악플)이 위험수위를 넘어 극단으로 치닫고 있다. 최근 연예인들에 대해 쏟아지던 악플의 화살이 이번에는 독립운동가이자 애국 지사인 매헌(梅軒) 윤봉길(1908~1932) 의사를 겨냥할 정도로 심각한 지경에 이르러 대책마련이 시급하다.

인터넷 포털사이트 등에 따르면 1932년 4월 '홍커우 의거' 직후 일본 군경에 끌려가는 윤 의사의 사진이 진위논란에 휩싸이면서 한 출판사의 국사 교과서에서 빠졌다는 소식이 전해진 후부터 각 포털 사이트와 뉴스 게시판 등에는 윤 의사를 비하하는 글이 상당수 올라오고 있다.

자신을 희생하며 나라를 구한 애국지사를 겨냥한 악플은 입에 담기조차 부끄러울 정도다. 게시판에는 "요즘으로 치면 그저 빈 라덴과 같은

테러리스트에 불과한데 무슨 애국자냐?", "당시 중국에서만 그를 '의사'로 치켜세웠을 뿐 전세계는 그저 테러리스트로밖에 여기지 않았다.", "봉건적 조선왕조에 충성하던 사람에게 무슨 애국자냐?"는 등의 댓글이 적지 않다.

네티즌 사이에서도 이러한 악플러(악플을 일삼는 네티즌)에 대한 강력한 처벌과 함께 인터넷 세계에 아예 발을 들여 놓지 못하게 해야 한다는 주장이 쏟아지고 있다.

3. 청소년이 악플러의 주인공이 되는 경우가 많음

10대의 가치관 정립이 안된 청소년들에게서 악플러가 더 많다. 아직 가치관 정립도 되지 않은 지금의 청소년들이 오히려 인터넷이라는 급물살의 세류에 있기에 정신적인 혼동과 상이한 놀이문화로서 온라인의 이상행동을 유발할 수도 있다.

II. 악플의 해악성

1. 악플은 치명적인 무기이다.

악플은 소리없는 총과도 같이 무고한 생명을 해칠 수 있으며 심각한 정신적 피해를 안겨줄 수 있는 치명적인 무기로 이용될 소지가 높기

에 어떤 형식을 통해서든 제재를 가해야 한다는 여론이 높아져 가고 있는 중이다.

2. 악플은 무자비한 적대감의 표현

일반적인 악플이란 익명성을 전제로 유명인사에게 마음껏 험담이나 공격적 언어를 발산함으로써 자신의 열등감을 달래고 억압된 심리를 보상 받으려는 일종의 언어 테러의 성격을 띠고 있기 마련이다. 마치 복면을 하고 고 김신일씨를 사로잡아 참수를 했던 테러단의 모습과도 흡사하다. 또 어떤 경우에는 복면도 쓰지 않고 뻔뻔이 실명으로 자신의 정체를 용감하게 밝히고 테러를 가하는 경우도 종종 볼 수 있다. 너무나 자신의 주장과 행위에 자신이 넘쳐서일까? 그 어떤 경우든 악플은 상대방을 향해 적대적이고 공격적이며 폭력적이라는 공통점을 띠고 행해진다.

3. 공인일 경우 악플은 더 치명적

대중에게 사생활이 공개되기 쉬운 유명 연예인이나 정치인들, 더 나아가 명예와 인격적 존중이 생명처럼 여겨지는 성직자들의 경우 악플로 인한 정신적 피해는 가히 상상을 초월한다. 그러기에 금년 7월부터 악플에 대한 법적 제재조치를 시작한다고 한다. 자칫 잘못하면 무심코 악플을 달다가 상대방에게 고소를 당하여 처벌을 받는 경우가 생기게 될 것이다.

4. 전문가라고 자처할수록 악플은 심해질 수 있다.

자신의 영역에 있어 이견이 있을 경우 악플의 문제는 훨씬 심각하다. 습관적으로 악플을 다는 사람들은 일단 자신의 신념을 절대절명의 진리로 확정해 놓고 상대방은 그 진리를 대적하거나 훼손하는 악의 축으로 단정한 뒤에 가해지는 일종의 보복적 성격을 띠게 마련이기 때문이다. 이런 이유로 신념이 가미된 악플은 자신들에게 있어서는 결코 악플이 아니라 마땅히 응징해야 할 악을 향한 일종의 성전(holy war)으로 인식되기 때문에 일반적인 악플보다 더욱 자극적이고 공격적일 수 밖에 없기에 그 어떤 악플 보다도 폭력적이며 파괴적이기 마련이다.

그런데 문제 과연 한쪽이 완벽하게 정통적이며 다른 쪽은 명백히 잘 못되었다라고 잘라 말할 수 어려울 만큼 이 사회와 문화가 너무나 복잡 다양하다는데 문제가 있다. 예를들면 이라크 전쟁의 문제, 낙태 문제, 동성애자들의 문제, 이혼의 문제 등은 각 주제마다 전문가들에 의해 수백권의 책이 쓰여져도 모자랄 정도로 많은 토론과 담론이 필요한 내용들이다. 이런 현실임에도 불구하고 어느 한 쪽의 내용을 단 한두편의 글이나 몇 줄의 주장으로 일반적으로 자신의 옳음을 강변하려다 상대방을 너무 조금하게 악으로 규정하여 자신과 조금이라도 다른 주장을 하는 글에 대해 자기도 모르게 비방적인 악플을 달게되는 것이다.

5. 책망하기 좋아하는 사람들일수록 악플은 심해질 수 있다.

경우에 따라서는 다짜고짜로 어른이 아이를 다루듯이 훈계나 책망이나 회개하라는 의사를 일방적으로 늘어놓는 일도 서슴없이 행하게 된다. 이런 일을 당할 때 옳고 그름을 떠나 불쾌한 감정을 씻을 길이 없다. 마치 한쪽은 전혀 받아들일 준비도 안된 상태에서 자신의 일방적인 감정만을 생각하고 돌진해 들어오는 성폭력범의 무모한 일방적 행태외도 유사하다.

III. 악플을 다는 원인

1. 심리적 원인 : 심리적 열등감을 왜곡된 방법을 통해 우월감으로 만회하려는 표현

전문가들의 표현에 의하면 악플은 심리적 열등감의 소치라고 한다. 드러내 놓고 자신의 주장을 공개적으로 할 수 없는 처지에 있는 사람들이 일반적으로 성공한 사람이나 유명인사를 심하게 공격함으로써 자신의 열등감을 보상 받는 행위라는 것이다.

악플러의 심리 이면에는 공격적인 본능이나 남에게 칭찬받고 싶고 남보다 잘나고 싶고 남을 지배하고 싶은 욕구가 자리 잡고 있다. 연예인이나 유명인을 비난함으로써 자신의 우월감을

확인하고 순간적으로 짜릿한 만족감을 느끼고 싶어 한다.

2. 개인적 환경 원인 : 참된 부모나 참스승이 없는 현실

“오프라인에서 온정과 사랑을 받지 못한 일부 사람들이 온라인이라는 가상현실에서 사람들이 자기에게 관심을 가질 수 있도록 하기 위해 가학적 언행이나 폭언도 서슴없이 일삼는 일종의 정신질환이다.”

3. 사회적 원인 : 사회속에서 해소되지 않은 욕구의 분출

3.1 공동체 문화의 빈곤

2002년, 2006년 이상할 정도로 월드컵에 열광했던 것을 기억할 것이다.

물론 한국이 잘하긴 했지만 한국인이 공동체적 축제에 심하게 굶주려 있다는 것을 느낄 수 있다. 실제로 한국 문화에는 축제가 그렇게 많지 않고 전통적인 축제가 있기는 하나 현재까지 발전한 경우는 적다.

3.2 칭찬문화의 빈곤

한국인은 서로 배려해주는 것과 칭찬해주는 데 어색하다.

미국인은 간단한 것도 해내면 “난 네가 자랑스러워” 이런식으로 말해주지만 서로 “잘했어”라고 별로 말하지 않는 것이 한국인이다.

3.3 패자를 무시하는 문화

세계적으로 봐서 한국은 자살 증가율이 가장 높은 국가다. 하지만 과거 먹고살기 힘들었던 6.25전쟁 중에도 한국인은 생을 포기하지 않았다. 나약한 모습을 보이지도 않았다. 정반대로 정신력이 강하고 끈질겼다.

한국은 1인당 국민소득 2만 달러 시대를 목전에 두고 있다. 보릿고개도 이제 존재하지 않는다. 그럼에도 불구하고 생에 대한 애착, 삶에 대한 투지는 어느 때보다 나약해졌다. 왜 이렇게 됐을까?

사회가 극도의 경쟁 분위기에 돌입했기 때문이다. 학교에서 학생은 치열한 학업경쟁을 벌이고 있다. 일반인도 마찬가지로여서 출세하려면 남을

이겨야만 한다는 의식이 강하다. 승리자보다는 패배자가 더 많지만 사회에서 패배자가 설 땅은 적다. 패배자를 감싸 안고 격려해야 하는데 오히려 이들을 이해하지 못하고 손가락질한다. 자살은 본인의 목숨을 끊는 자기 파괴에서 끝나지 않는다. 가족을 파괴하고 전체 사회의 분위기를 어둡게 가라앉힌다. 부모는 자녀를 따듯이 감싸 주고 용기를 북돋아 줘야 한다. 사업이 잘되지 않거나 승진하지 못한 가장에게는 아내와 자녀의 격려가 무엇보다도 비꿀 수 없는 힘이 된다. 자살은 문제를 해결하기 위한 올바른 선택이 아니다. 가족과 사회의 따듯한 보살핌으로 얼마든지 막을 수 있다.

IV. 선플의 필요성

1. 선플은 한 사람의 삶을 좌우한다.

아무리 자신과 다른 내용의 글이라 할지라도 끝까지 예의 바르고 정중하게 상대방을 대하는 성숙한 자세가 필요하다. 내가 무심코 달은 댓글 한 마디가 상대방을 심각한 상처나 죽음으로 몰고갈 수도 있다는 무서운 결과를 생각할 때 보이지 않는 인터넷 공간에서의 자기 절제와 성숙한 인격적 대화의 노력은 아무리 강조해도 지나침이 없을 것이다.

2. 선플은 자신의 인격을 대변한다.

댓글은 곧 나의 인격 그 자체를 대변한다. 선플을 다느냐 악플을 즐기느냐를 보면 그 사람의 정체성이 가장 적나라한 실체가 드러나는 순간이다. 그러므로 이제부터 우리 함께 노력하여 악플이 받을 붙일 수 없는 청정한 공간을 만들어 가자. 내가 속한 사이버 공간에서부터라도 악플 추방운동을 먼저 시작해 보면 어떨까 제안해 본다.

우리 모두 ‘힘내세요’, ‘사랑해요’, ‘뽕잡아요’ 등의 선플달기에 동참합시다!!

겹쳐나는 소리

우리말은 발음과 표기 체계가 달라서 어떤 때는 소리나는 대로 쓰기도 하고 어떤 때는 발음과 달리 쓰기도 합니다. ‘싹싹한’이나 ‘짹짹한’과 같은 단어는 소리가 겹쳐 나는 대로 같은 글자로 적는 것이 어법에 맞습니다. 이에 해당하는 한글 맞춤법 조항과 비슷한 예를 알아보시다.

떨어지는 나뭇잎을 보니 문득 달콤 **싹싹한** 고독감이 엄습한다. (×)

달착지근하면서 **싹싹한** 맛이 돌아 좋다고 평가. (×)

달래를 요리할 때 특징은 달래 특유의 **싹싹한** 맛과 매콤한 향 때문에... (○)

달착지근하고 **싹싹한** 맛을 내지만 아무리 많이 마셔도 배탈이 안 난다는 점이 신기하다. (○)

신선하지 않은 단백질음식만 식중독을 일으키지는 않는다. **짹짹한** 젓갈을 먹고도 식중독에 걸릴 수 있다. (×)

요즘 벤처기업은 주식 배당도 **짹짹해** 고배당이 주류를 이루고 있다. (×)

다양한 동물 익살을 보는 재미가 **짹짹한** 가족 코미디. (○)

10여 가지 양념에 들깨로 수렴한 국물이 **짹짹** 구수하다. (○)

그 서류는 누군가 귀신같이 **쓱쓱쓱** 말소를 시켜 놓았던 것이다. (×)

아이에게 줄 선물은 만 원짜리 한두 장으로 즉석에서 **쓱쓱쓱**했다. (○)

사람들의 분노가 워낙 대단해서, 어떻게 대중 **쓱쓱쓱**해서 넘어갈 것 같지는 않다. (○)

[언어 예절] ‘야단’이라는 표현

Q : 아이들이 흔히 “아빠한테 야단 맞았어” 하고 말하는데, 이 말이 옳은가요?

A : ‘야단’은 어른의 행동에 대해서 쓸 수 없는 말입니다. 일반적으로 어른들이 아이를 혼내는 것은 아이가 잘 되기를 바라는 마음에서 그러하는 것이라 할 수 있습니다. 그런데 ‘야단’은 일반적으로 ‘소리를 높여 마구 꾸짖는 것’이므로 어른의 행동을 표현하는 데 적절하지 않습니다. 어른이 꾸짖고 타이르는 행동에 대해서는 ‘걱정, 꾸중, 꾸지람’ 등의 말을 써야 합니다. 위 말은 ‘아빠한테 꾸중 들었어’와 같이 말해야 합니다.

이와 같이 존경의 말을 잘 가려쓰는 것은 언어 예절에서 매우 중요합니다. ‘떡다/잡수시다/, 자다/주무시다, 주다/드리다, 말하다/아뢰다(말씀드리다), 묻다/여쭙다, 밥/진지, 나이/연세, 술/약주 와 같이 오른쪽에 있는 존경의 어휘는 언제 어디서든 어른에게 쓰는 습관을 길러야 합니다. 특히 요즘 “어디 이빨이 아프세요?” 처럼 어른에 대해서도 흔히 ‘이빨’이라고 말하는데 매우 조심하여야 합니다. ‘이빨’은 원래 동물에 대해서 쓰는 말이지 사람에게 대해서 쓰지 않습니다. 어른에 대해서는 ‘치야’라고 하는 것이 좋으며 적어도 ‘이’라고 해야 합니다.

[문장 부호]

I. 마침표[終止符]

온점(.), 고리점(。): 가로쓰기에는 온점, 세로쓰기에는 고리점을 쓴다.

1. 서술, 명령, 청유 등을 나타내는 문장의 끝에 쓴다.

짧은이는 나라의 기둥이다.
황금 보기를 돌같이 하라.
집으로 돌아가자.
다만, 표제어나 표어에는 쓰지 않는다.
압록강은 흐른다(표제어)
꺼진 불도 다시 보자(표어)

2. 아라비아 숫자만으로 연월일을 표시할 적에 쓴다.

1919. 3. 1. (1919년 3월 1일)

3. 표시 문자 다음에 쓴다.

1. 마침표 ㄱ. 물음표 가. 인명

4. 준말을 나타내는 데 쓴다.

서. 1987. 3. 5.(서기)

II. 물음표(?)

의심이나 물음을 나타낸다.

1. 직접 질문할 때에 쓴다.

이제 가면 언제 돌아오나?
이름이 뭐자?

2. 반어나 수사 의문(修辭疑問)을 나타낼 때 쓴다.

제가 감히 거역할 리가 있습니까?
이게 은혜에 대한 보답이나?
남북 통일이 되면 얼마나 좋을까?

3. 특정한 어구 또는 그 내용에 대하여 의심이나 빈정거림, 비웃음 등을 표시할 때, 또는 적절한 말을 쓰기 어려운 경우에 소괄호 안에 쓴다.

그것 참 훌륭한(?) 태도야.
우리 집 고양이(가)가 가출(?)을 했어요.

[붙임 1] 한 문자에서 몇 개의 선택적인 물음이 겹쳤을 때에는 맨 끝의 물음에만 쓰지만, 각각 독립된 물음인 경우에는 물음마다 쓴다.

너는 한국인이냐, 중국인이냐?
너는 언제 왔니? 어디서 왔니? 무엇하러?

[붙임 2] 의문형 어미로 끝나는 문장이라도 의문의 정도가 약할 때에는 물음표 대신 온점(또는 고리점)을 쓸 수도 있다.

이 일을 도대체 어쩐단 말이나
아무도 그 일에 찬성하지 않을 거야. 혹 미친 사람이면 모를까

Ⅲ. 느낌표(!)

감탄이나 놀람, 부르짖음, 명령 등 강한 느낌을 나타낸다.

1. 느낌을 힘차게 나타내기 위해 감탄사나 감탄형 종결어미 다음에 쓴다.

앗!
아, 달이 밝구나!

2. 강한 명령문 또는 청유문에 쓴다.

지금 즉시 대답해!
부디 몸조심하도록!

3. 감정을 넣어 다른 사람을 부르거나 대답할 적에 쓴다.

춘향아!
예, 도련님!

4. 물음의 말로써 놀람이나 항의의 뜻을 나타내는 경우에 쓴다.

이게 누구야!
내가 왜 나빠!

[붙임] 감탄형 어미로 끝나는 문장이라도 감탄의 정도가 약할 때에는 느낌표 대신 온점(또는 고리점)을 쓸 수도 있다.

개구리가 나온 것을 보니, 봄이 오긴 왔구나.

여름철 질병... 알면 걱정없다!

여름...바다, 계곡으로 떠나, 태양빛 아래에서의 해수욕 등을 생각하면, 뜨거운 여름 온도는 우리에게 매력적으로 다가온다. 그러나, 이는 우리뿐만 아니라, 갖은 질병을 가져오는 세균들에게도 매력적으로 다가온다. 우리가 주의해야 할 질병과 예방법을 알아보자

질병 하나. 식중독

세균 또는 독성화학물질에 오염된 음식을 먹거나 독버섯, 복어 등 자체에 독성이 있는 음식을 섭취할 경우 나타나는 질병이다. 날이 더워지면 큰 식중독 사고가 자주 일어나는데, 식중독은 음식물의 위생 관리만 잘하여도 충분히 예방할 수 있으므로 평상시 위생적인 식생활을 유지하는 것이 중요하다.

[예방법]

- 유효기간이 지나지 않은 신선한 식품을 구입.
- 냉장식품은 구입후 바로 냉장고에 다시 보존.
- 수건, 행주, 도마, 칼은 자주 소독.
- 음식은 충분히 익혀서 먹자.
- 맛이 조금이라도 이상하면 아까워 말고 버리자.(음식별로 냉장고에 보관일자를 기록)

질병 둘. 일본뇌염

일본뇌염은 제2종 법정전염병으로 대체로 7월 중순부터 시작하여 9월까지 유행한다. 하지만 이상 고온기후로 인해 4월부터 일본뇌염 환자가 발생하기도 한다.

일본뇌염은 5-10%의 높은 치사율과 완치 후에도 20-30%가 기억력 상실, 판단력 저하, 사지 운동 장애 등 후유증이 남는 무서운 전염병으로 꼽히지만 간단한 예방접종만으로도 충분히 예방될 수 있다.

[예방법]

- 6월말까지는 반드시 예방접종을 받도록 한다.
- 모기에 물리지 않도록 주의하고, 축사주변, 웅덩이 등 모기서식처가 될 수 있는 곳에는 살충 조퇴한다.
- 적당한 운동과 휴식으로 취하며 체력이 떨어지지 않도록 유의한다.

질병 셋. 냉방병

냉방된 실내와 실외의 온도차가 스트레스가 되어 발생하는 것으로 보고 있다. 두통·식욕부진·코막힘 등 감기와 비슷한 증세가 나타난다. 특히 송풍구(送風口) 가까운 데서 일하면 생기기 쉽고, 출입이 잦거나 온도차가 클 때 발생하기 쉽다. 냉방시 온도차는 보통 5도 정도가 알맞다. 고온다습한 날에는 습도만을 내리게 하는 것으로도 더위는 훨씬 참기가 쉬워지며, 귀찮더라도 의복으로 체온을 조절해야 한다.

[예방법]

- 냉방상태에서는 긴팔 옷과 바지를 입는다.
- 실내습도는 70% 정도로 유지하며, 실내온도가 외부온도와 5도 이상 차이가 나지 않도록 하면서 실내온도를 섭씨 25도씨 이하로 낮추지 않는 것이 좋다.
- 냉방할 때는 매시간 5분 정도 환기를 시키는 것이 필요하며 바깥공기를 틈틈이 쐬는 것이 좋다.
- 에어컨의 필터를 자주 청소한다.

질병 넷. 세균성이질

시겔라(Shigella)라고 불리는 이질균이 장에 급성 염증을 일으켜서 생기는 설사병을 말한다.

이질균에 감염되는 경로는 환자의 대변으로 오염된 물이나 음식을 먹음으로써 감염되며, 위생 시설이 좋지 않고 사람이 많이 모여 있는 곳에서 잘 발생한다.

이질균에 감염되면 처음에는 열과 함께 심한 물 설사와 복통이 나타나며, 시간이 경과함에 따라 점액 섞인 혈변이 나타난다. 설사와 구토가 지속되면 탈수가 일어날 수도 있다.

세균성 이질은 전염력이 매우 강하므로 일단 세균성 이질 환자로 확인되면 격리시켜 항생제 치료와 탈수에 대한 치료를 받도록 해야 한다. 설사를 멈추기 위해 지사제를 함부로 복용하면 오히려 병이 심해질 수 있으므로 주의해야 한다.

[예방법]

이질균으로 오염된 물이나 음식을 먹음으로써 감염 되므로 물을 끓여 먹고 불결한 식품을 피하는 것이 최선의 예방법이다. 또한 개인위생을 철저히 하며 특히 손을 잘 씻는 것이 중요하다.

일단 세균성 이질 환자가 발생하면 격리시켜 치료하는 것이 세균성 이질의 확산을 막는 방법이다.

여름철 질병을 예방하기 위해 이것만은!!

1. 외출 후, 화장실 다녀온 후, 식사 전·후에는 손을 깨끗이 씻는다.
2. 날 음식을 먹지 않고, 모든 음식은 충분히 익혀 먹는다.
3. 수건, 행주, 도마, 칼은 자주 소독한다.
4. 음식은 구입한 후에 즉시 요리하고, 냉장고에 오래 보관된 음식은 과감하게 버리자.
5. 전염병이 발생하기 전에 거주 지역에서 발생하기 쉬운 질병 위주로 예방주사를 맞는다. 특히 노인, 허약자, 아이들은 예방 접종 시기를 놓치지 않도록 한다.
6. 전염병 예방주사를 맞기 전에 충분한 영양 섭취를 하는 것이 우선이다. 몸이 허약해지기 쉬운 여름에는 각자의 체질에 맞는 음식으로 체력을 보강하자!



봉황중학교 강 / 성 / 배



지난 5월 26일 봉황 어머니 봉사단의 발마사지 연수가 천안 병천고등학교에서 있었다. 이날 어머니 10분과 자녀가 10명이 팀을 이루어 발마사지 강습을 받았다.

평소 복지시설에서 발마사지 봉사를 해드리면서 전문적인 지식이 없어서 많이 힘들고 죄송스러웠는데 제대로 된 강습을 받게 되어 모두가 즐거운 강습이 되었다.

이날 강습에 참여한 봉황중학교 부 학생회장 3학년 정민호 “초등학교 1학년 어버이날 엄마의 발을 씻겨 드린 후 8년 만에 처음으로 엄마의 발을 만져보게 되었다며 앞으로 엄마가 피곤해하시면 발마사지를 해드리는 효자가 되겠다”고 말하여 강습생들의 마음을 훈훈하게 만들었다.

8년 만에 만져보는

엄마의 발!!!



처음 동아리 지원 사업에 응모해 이곳에 참가하기 전까지 저는 저희 동아리가 가장 열심히 하고 있다고 생각했었습니다. 저희가 동아리를 운영하기 시작한지 1년도 채 안됐지만, 학생수도 빠른 시일 안에 늘었고, 아이들의 만족도도 높았기 때문이었습니다. 그러나 저희 동아리보다 더 훌륭한 동아리가 많다는 것을 깨달았습니다. 단순 노동, 말벗, 우애서비스를 하고 있는 저희로써는 발마사지, 일일 찻집을 운영하는(구체적 활동을 하는) 동아리를 보고서 많은 것을 느끼게 해줬습니다. 봉사란, 단순한 힘 만으로만 하는 것이 아니고, 여러 가지 자신의 특기를 살려 그것을 원하는 사람에게 주는 것이라는 것을 알게 됐습니다. 그리고 처음 동아리를 만들어 운영을 하게 되다 보니 어떤 일을 어떻게 라는 구체적 계획이나 자료를 모으는 것 때문에 애를 먹었습니다. 그런데 동아리 연수에 참가하게 되어서 '동아리 운영은 이렇게 하는 것이다' 라는 것을 느끼게 되었습니다. 비록 1박2일이라는 짧은 연수기간이었지만 저희가 동아리를 운영한 6개월의 시간과 맞바꿔도 결코 헛되지 않은 시간이었습니다. 이런 자리와 기회를 만들어 주셔서 감사합니다. 다음에도, 기회가 된다면 꼭 다시 한번 참가하고 싶습니다.



‘동아리 연수’를 마치며...

장향고등학교 이소영



나의 잘못된 생각

쌤뽀여자고등학교 강연지

나는 땀을 흘리는 것만이 그들을 위한 봉사라 믿었고, 나는 땀을 흘리는 것만이 나의 봉사활동의 전부이자 결과라고 믿었습니다.

하지만 지난 토요일에 충남 논산시 상월면에 위치한 논산정신요양원에 다녀와서 나는 내가 잘못됨을 알았습니다.

정말 저는 땀을 흘리는 것만이 봉사라 생각하고 17년을 살았습니다.

하지만 사회복지사님의 설명을 듣고 나는 참되지 않는 봉사정신으로 삶을 살았음에 회의를 느꼈고 사회복지사님은 자원봉사활동을 이렇게 소개 하였습니다.

“땀을 흘리는 것이 봉사가 아니라 그들의 마음을 조금이나마 이해해주고, 그들의 말뼉이 되어주는 것이 땀을 흘리는 것보다 더 값진 봉사라는 것을…….”

사회복지사님의 설명을 듣는 순간 나는 내 자신이 너무 초라함을 느꼈습니다.

그리고 제가 오늘 받은 봉사시간이 너무 부끄러웠습니다.

저는 반성합니다.

앞으로는 절대 봉사의 본질적 의미를 잊지 않겠습니다.

앞으로는 절대 봉사를 귀찮아하지 않겠습니다.

앞으로는 절대 환우 분들에게 거짓을 말하고 거짓된 얼굴을 하지 않겠습니다.

오늘까지, 아니 1월 14일 9시 전까지는 봉사란 무조건 땀을 흘리는 노력봉사인줄로만 알았습니다.

하지만 오늘의 경험으로 저는 깨달았습니다.

“봉사란 무조건 땀만 흘리는 것이 봉사가 아니라 마음으로 그들을 감싸주고 그들과 마음을 함께 하는 것도 봉사가 될 수 있다고,”



청소년자건봉사



인터넷으로 신청하자!

봉사활동을 통해 나눔을 연습하고, 남을 배려하고 존중하며, 생명의 소중한 가치를 깨닫고 민주시민으로서의 자질을 함양하는 삶의 긍정적 변화를 가져오는 활동인 봉사활동을 실천하기 위해 충청남도청소년활동진흥센터(www.bongsai.or.kr)는 청소년 봉사자와 자원봉사 수요처를 원활하게 연결시킴, 봉사활동이 보다 효율적으로 이루어질 수 있도록 인터넷으로 봉사신청을 받고 있습니다.

봉사자(청소년, 대학생, 교사, 일반인) 사용방법

홈페이지(www.bongsai.or.kr)에 접속하여 회원가입을 합니다.



봉사활동 신청

로그인 ▶ 미니홈페이지(마이페이지) ▶ 봉사활동 안내/신청 ▶ 지역별·기관별·날짜별로 검색 자신이 원하는 날짜와 기관(활동명)을 클릭합니다.

프로그램 선택후 『신청하기』를 클릭하신 후 활동일에 활동하시면 됩니다.



봉사활동 취소

로그인 ▶ 미니홈페이지(마이페이지) ▶ 봉사활동 신청내역 ▶ 취소 부득이하게 불참시에는 신청내역에서 반드시 취소 하셔야 합니다.



확인서 인쇄

로그인 ▶ 미니홈페이지(마이페이지) ▶ 봉사활동 신청내역 / 확인서출력 ▶ 확인서발급(개인프린터 출력가능) 활동한 내역은 활동 후 다음날 활동결과 조회가 가능하며, 확인서도 출력가능 합니다.



유의사항

- 봉사자는 매년 학기초에 개인정보를 수정하셔야 합니다.
- 봉사활동

