

내인
수유*
수유*이다.

수유1동 마을관리사회적협동조합 소식지
2023. 10.

수유1동 마을관리사회적협동조합 소식지 10월호

10월호 주요 내용

- 아주 사소한 인터뷰
- 수다, 은빛마당 무상사용 연장 승인
- '마을조합 후원의 날' 진행 준비
- 광명새터마을 탐방교육 외
- 몸살림운동, 수다 힐링교실서 진행
- 유현초, 수다서 방과후 수업 진행
- 프로그램 심층 취재
- 모락, '수유1동 청소년 연합축제' 체험부스 운영 등 적극 후원
- 수다극장, <백치 아다다> 10월 무료영화상영회
- 우리마을 이모저모

아주 사소한 인터뷰

사소한 이야기 속에서 행복을 찾는 코너입니다. 10월 주인공은 빨래골유랑단 단장이자 마을조합 이사로 눈코뜰새 없이 바쁜 시간을 보내고 있는 김홍녀 단장입니다. 그녀가 사는 법을 들여다봤습니다.

프로그램 심층 취재

10월호 프로그램 심층 취재는 라인댄스 수업입니다. 음악에 맞춰 춤을 추다보면 건강도 좋아지는 라인댄스, 인기리에 수업을 이끌고 있는 권은자 강사를 만나 라인댄스의 특징점을 알아보았습니다.

수유1동 마을관리사회적협동조합 사무실

전 화 : 02-980-0715

이메일 : tomorrowsuyu@naver.com

주 소 : 서울시 강북구 삼양로77길 62, 3층

- 자세한 취재 내용은 마을조합 블로그에서 확인할 수 있습니다.
- blog.naver.com/tomorrowsuyu



유쾌상쾌통쾌한 그녀가 사는 법

김홍녀 빨래골유랑단 단장,
마을조합 이사

한치의 망설임도 없이 “돈 많이 벌어서 봉사하며,
재미있게 사는 것”이 인생 목표라고 말하는 그녀입니다.
마을의 행사가 있을 때면 어김없이 나타나서 굼직굼직
하게 일을 해내는 그녀이기도 합니다. 빨래골유랑단
단장이자 수유1동 마을조합 이사이기도 한 김홍녀 님이
10월호 ‘아주 사소한 인터뷰’의 주인공입니다.
유쾌하고 상쾌하고 통쾌한 그녀가 사는 법을
들여다 보았습니다.



- Q. 현재 하는 일
- A. 빨래골유랑단 단장, 수유1동 마을조합 이사, 하계 배드민턴 동아리 총무, 주민자치회 하계 산악회 총무 그리고 보험설계사
- Q. 혈액형
- A. 0형
- Q. 좋아하는 과목
- A. 체육
- Q. 좋아하는 음식
- A. 김치찌개
- Q. 잘 만드는 음식
- A. 한식
- Q. 좋아하는 색
- A. 카키색

- Q. 좋아하는 운동
- A. 배드민턴
- Q. 좋아하는 장소
- A. 나이트클럽
- Q. 현재 어려운 일이 있다면
- A. 인간관계
- Q. 스트레스 푸는 방법
- A. 최대한 조용하게 혼자 시간보내기
- Q. 최근 관심사
- A. 보험설계(조합원 가입 시 기부금 약정 등 환원에 관심)
- Q. 나를 행복하게 하는 것
- A. 좋아하는 사람들과 함께하는 것
- Q. 좌우명
- A. 꿈은 이루어진다

- Q. 우리동네의 매력은 무엇이라고 생각하는지
- A. 뭉치기 좋아하는 것
- Q. 나를 움직이게 하는 동력
- A. 숙면
- Q. 앞으로 계획
- A. 즐겁게 사는 것
- Q. 앞으로 바라는 점
- A. 우리 공간들을 지켜내는 것

아주 사소한 인터뷰 계속 :
마을조합 블로그 -> 마을조합 사람들

수다, 은빛마당 무상사용 연장 승인

빨래골마을사랑방 수다와 60플러스활력소 수유은빛마당이 커뮤니티 공간의 무상 사용기간이 연장되었습니다. 기간은 2023년 10월 17일부터 2024년 10월 16일까지입니다.

수다와 은빛마당은 올해 4월 17일부터 각각 6개월 간 시범운영을 위한 무상사용 및 수익허가를 받아 운영해왔습니다.

'수다'는 주민들의 사랑방으로서 수다카페테리아, 수다키친, 생생배움터, 수다극장 등을 운영하고 있으며, '은빛마당'은 시니어들을 위한 공간으로 한방차 카페와 교육 공간을 운영 중입니다.



'마을조합 후원의 날' 진행 준비

수유1동 마을관리사회적협동조합은 '마을조합 후원의 날'을 진행하기로 하고 본격적인 준비에 들어갔습니다. 이번에 진행하는 후원의 날 행사는 '모두가 함께 만들어가는 마을조합'이라는 주제로 오는 12월 2일 토요일 빨래골마을사랑방 수다에서 열릴 예정입니다.

2일 후원의 날 당일에는 마을조합이 직접 만든 상품을 판매하는 등 마을조합 운영을 위한 후원금 마련을 위한 다양한 프로그램을 진행할 계획입니다.

이번 행사를 통해 수다를 중심으로한 공간 활용방안을 재정비하고 마을조합의 자립은 물론 지역주민이 주체가 되는 계기가 될 것으로 기대하고 있습니다.



광명새터마을, 탐방교육 진행

17일 오전, 광명새터마을에서 방문, 탐방교육이 진행되었습니다.

광명에 위치한 새터마을에서 총 14명이 방문했으며, 박경희 이사장의 '도시재생 사례나눔' 강의를 시작으로 수다와 은빛마당 견학이 이어졌습니다.

또한 수다키친에서 진행된 화요식당에서 점심을 나누었으며 식사 후에는 생생배움터 너나들이에서 가족공예 체험으로 동전지갑을 만들며 알찬 시간을 보냈습니다.

새터마을 주민들은 "박경희 이사장님의 강의를 너무 좋았으며, 조합원들의 열정을 느낄 수 있었다"고 감사함을 표했습니다.



중랑마을넷 활동가들, 우리마을 탐방

27일 오전에는 중랑마을넷에서 방문해 탐방교육이 진행되었습니다.

중랑마을넷은 중랑구에 위치한 단체로 행복한 지역사회를 만드는 주민과 주민모임, 단체들의 네트워크이며, 이날 10명의 활동가들이 방문했습니다.

방문단은 이날 박경희 이사장의 사례발표를 들은 후, 수다, 은빛마당, 생활문화공작소 등 개별 공간들을 꼼꼼하게 둘러본 후 자원순환 환장에서 점심식사와 차를 나눴습니다. 이상미 대표의 환장소개와 김성훈 이사의 모락, 산수유 탐방안내까지 더해져 더욱 풍성한 탐방교육이 되었습니다.



조합원동아리 진달래, 나문쫘 활동

3일, 산행동아리 진달래가 의정부에 있는 사패산에 다녀왔습니다.

이번 산행은 초보자도 쉽게 오를 수 있는 장소를 선택하고 동아리 회원 7명이 함께했습니다. 오전 10시 수유역에서 시작된 이날 산행은 1호선 회룡역~호암사코스 도착 일정으로 진행되었습니다.

한편, 문화동아리 '나문쫘'은 8일 공연 나들이를 다녀왔습니다.

나문쫘(나도 문화 생활 쫘 하자!!) 회원 7명은 이날 서울공예박물관을 방문해 전시를 둘러보고 바로 옆 건축비엔날레도 둘러봤습니다.

다음에는 연극이나 뮤지컬을 관람할 예정입니다.



몸살림운동, 수다 힐링교실서 진행

이달 10일부터 강북구청 교육지원과와 함께 진행하는 동네배움터 수업 '몸살림운동'이 빨래골마을사랑방 수다 3층 힐링교실에서 진행되고 있습니다.

매주 화요일 오전 10시30분부터 2시간 동안 진행되는 몸살림운동은 회차를 거듭하면서 주민들의 큰 호응을 얻고 있으며 수다 힐링교실 공간에 대한 만족도도 높은 것으로 나타났습니다.

수업을 마친 주민들은 수다키친에서 화요수다식당에 들러 점심도 함께하며 즐거운 시간을 보냈습니다.



새마을협회, 새마을부녀회, 새마을문고 수다에서 효도관광 기금마련 후원행사

21일 토요일, 새마을협회, 새마을부녀회, 새마을문고 회원들이 지역 어르신들에게 효도관광을 보내드리기 위한 행사로 빨래골마을사랑방 수다에서 행사를 가졌습니다. 이날 행사는 12시부터 8시까지 수다키친과 카페테리아를 무료 대관하여 열린 일일호프였으며, 지역주민 누구나 참여하여 즐거운 시간을 가졌습니다.



유현초, 수다서 방과후 수업 진행

유현초등학교 학생들이 지난 9월부터 빨래골마을사랑방 수다에서 방과후 수업을 진행하고 있습니다. 매주 수요일에는 힐링교실에서 연극수업이, 금요일에는 수다극장에서 난타 수업이 진행 중입니다. 초등학교 학생들의 열정적이고 활기찬 모습이 수다 공간에 활기를 더해주고 있습니다.



강북나눔돌봄센터 발달장애우, 수다극장서 난타수업 예정

강북나눔돌봄센터 발달장애우 10명(보조교사 5명)이 12월부터 매주 목요일 오전 10시반부터 한시간 동안 수다극장에서 난타수업을 하기로 했습니다. 수업을 위한 강사 섭외와 복사용에 대한 협의를 마치는 대로 본격적인 수업을 진행할 예정입니다. 이처럼 빨래골마을사랑방 수다가 공간이 필요한 단체와 개인들에게 더욱 유용하게 사용되길 기대해봅니다.



“라인댄스 장점이요? 존중과 힐링을 먼저 공유해요!”

라인댄스교실 권은자 강사



흥겨운 음악소리와 함께 웃음소리가 끊
이질 않습니다. 노래에 맞춰 춤을 추다가
서로에게 격려를 보냅니다.

수다 힐링교실

라인댄스 교실의 모습입니다.

최근 인기를 끌고 있는 라인댄스! 어떤
매력이 있길래 운동도 하고 화기애애한
분위기도 연출하는지 권은자 강사에게
라인댄스의 매력에 대해 물었습니다.



라인댄스가 무엇이고 배워서 좋은 점은?

“신나는 음악을 틀고 여러사람이 줄을 맞추어 서서 추는 춤을 말합니다. 신체적인 건강과 더불어 심리적인 안정, 정서 순화 그리고 사람들 만나면서 사회적인 관계나 소통을 할 수가 있습니다. 그러면서 굉장히 삶의 질이 올라가요. 재미있는 댄스를 배우면서 동작을 외워서 추기 때문에 기억력이 좋아지세요. 치매 예방에 엄청 도움이 되거든요. 체력도 강화하고 근 손실도 방지됩니다.”

어떤 음악을 주로 사용하시나요?

“칠리차차, 마리아 메랑게, 맘미아, 트로트 흥시, 영탁의 찐이야 같은 곡을 주로 사용합니다. 그런 곡들에 팔을 많이 움직일 수 있는 건강체조를 더 가미해서 가르치기도 합니다. 1시간 반이 어떻게 지나가는지 모르게 훌쩍 지나가죠.”

선생님 수업의 특징점은 무엇인가요?

“존중을 받는 느낌을 드리고 싶어요. ‘당신이 있어서 이렇게 우리 가정, 우리 동네, 우리 구, 우리나라가 발전할 수 있었다’라고요. 정말 너무 잘하셨고 감사하다고 말씀도 드리고, 설명을 드릴 때도 자세하게 해드려요. 그리고 다들 굉장히 화합을 잘 합니다. 못 따라오는 분이 계시면 서로 알려주시고요, 공감대가 형성되고 소속감을 느끼실 수 있어서 누구나 쉽고 편하게 함께 할 수 있습니다.”

계속>

프로그램 심층 취재 이어보기:
[마을조합 블로그 -> 마을사랑방 '수다'](#)

한신대 피크닉축제, 자원순환 환장&수유수제맥주 참여

8일, 한신대학교 서울캠퍼스에서 진행된 피크닉축제에 자원순환 환장과 수유수제맥주가 부스 운영을 하며 적극적으로 홍보에 나섰습니다.

한신대는 시민 대상으로 10월 7일, 8일 양일간 피크닉축제를 열고 지역사회와 적극적인 교류를 추진하고 캠퍼스 공간을 축제의 공간으로 거듭나게 한다는 취지로 이 같은 행사를 진행한다고 밝혔습니다.

이에 자원순환 환장과 수유수제맥주가 참여해 자리를 빛냈습니다.



'2023 인수올래 FESTA' 자원순환 환장&수유수제맥주 함께해

14일 토요일 12시부터 '2023 인수올래 FESTA'가 진행되었으며 자원순환 환장팀과 수유수제맥주가 함께했습니다.

이번 행사는 동네상점 이용촉진 및 소비증진을 통한 골목상권 활성화를 목적으로 인수생활상권 및 강북문화예술회관 광장 일대에서 진행되었습니다.

'인수올래 FESTA- 소풍올래&호프광장'이라는 제목으로 개최된 이 행사에서는 여러 플리마켓 및 다양한 이벤트가 열렸으며, 먹거리 볼거리가 풍성한 하루가 되었습니다.



'수유1동 청소년 연합축제' 체험부스 운영 등 적극 후원

18일 오후 5시부터 8시까지 수유일공원에서 '수유1동 청소년연합축제'가 열려 모락이 적극 후원에 나섰습니다. 이날 열린 청소년축제는 수유1동 주민자치회 청소년분과 주관하고 강북희망네트워크와 빨래골청소년공간 모락의 후원으로 진행되었습니다. 모락은 이에 체험부스를 운영하고 자원봉사자를 지원하는 등 청소년들이 소통하고 체험하는 즐거운 장이 마련되는데 일조했습니다. 한편, 수다 마을배움터 너나들이와 놀멍쉬멍도 체험부스에 참여하는 등 여러 기관과 단체가 함께해 성황리에 청소년축제를 마무리했습니다.



추석연휴에도 월요노인밥상 진행

2일, 추석연휴에도 월요노인밥상이 차려져 많은 어르신들과 함께했습니다. 빨래골마을사랑방 수다키친에서 진행된 이번 월요노인밥상 행사에서는 박점심 조리장을 비롯해서 자원봉사자 14명이 카레라이스와 밑반찬을 준비해 어르신들에게 대접하고 또 포장을 해가는 분들에게는 테이크아웃도 진행했습니다. 매월 첫째주 월요일에는 수유1동 마을조합이 지원하고 있습니다.



2023 강북구민 한마음 체육대회 개최

14일 토요일 오전 9시부터 오후 5시까지 강북구민운동장에서 '2023 강북구민 한마음 체육대회'가 열렸습니다. 이날 개최된 체육대회는 강북구에서 주최하고 강북구, 동별 추진위원회에서 주관하는 행사로 선수단, 응원단, 운영요원, 주민 등 많은 인원이 참여했습니다. 오전에 비가 오는데도 불구하고 체육대회를 찾은 사람들은 입장식, 구민대회 시상식, 종목별 체육경기 그리고 강북구민 가요제에 열정을 다해 참여했습니다. 한편, 체육대회 음식준비를 위해 수유1동 주민자치회는 수다키친을 대관해 음식을 만들었습니다.



수다극장, <백치 아다다> 10월 무료영화상영회 열어

28일 토요일 2시, 빨래골마을사랑방 수다 4층 수다극장에서 무료영화상영회가 열렸습니다. 10월 무료영화 <백치 아다다>는 1956년 작품으로 이강천 감독이 만들고 나애심, 장민호 배우 등이 출연했던 작품으로 월요노인밥상 참여 어르신들의 추천작입니다. 무료영화상영회는 수유1동 마을관리사회적협동조합과 두루두루배움터 주관으로 매달 열리고 있습니다. 이날은 마을조합이 준비한 팝콘과 함께하며 즐거움을 배가시켰습니다. 한편, 11월부터는 매월 첫째주 월요일, 월요노인밥상 진행 후 수다극장에서 열립니다.



빨래골 마을사랑방 수다
10월 영화 상영회

추천의 영화

<무료영화상영회>
영화 제목 : 백치 아다다

일시 : 2023년 10월 28일(토) 오후 2시
장소 : 빨래골 마을사랑방 수다 4층 수다극장
(서울 강북구 상암동 77길 62, 301 배리어스 임의정 방문접대소(5층511호))

* 참여 대상: 주민 누구나 *

문의 02-980-0715 수유1동 마을관리사회적협동조합 / 02-980-0715

11월 진행예정 프로그램 안내

빨래골마을사랑방 수다 11월 프로그램 안내

2층 [생생배움터2 - 놀명쉬멍]

날짜	프로그램명	전문강사	시간	문의	대상	수강료
매주 월요일	창의수학지도사 1, 2급 과정	박영진	오전 9:30~12:00	010 -4007 -7968	성인	24만원 (교재 9권 포함)
매주 화요일	초등논술	윤미영	오후 14:00~15:00		초등 1-3학년	7만원 (교재 포함)
매주 금요일	창의융합 보드게임	송민정	오후 16:00~17:00	010 -3766 -6814	초등 1-3학년	2만원 (교구비 포함)

1층 [수다키친]

날짜	프로그램명	지원기관	시간	문의	대상	금액
11/6 월요일	월요노인밥상	수유1동 마을관리 사회적 협동조합	오전 11:30~12:30	02 -980 -0715	누구나	2천원
	영화상영회 -제목 : 운수대통	장소 - 4층 수다극장	오후 13:00~15:00			무료

2층 [소모임실]

날짜	프로그램명	전문강사	시간	문의	대상	수강료
매주 월요일	우쿠렐레 초급반	신정목	오후 13:30~15:00	02 -980 -0715	누구나	3만원
매주 수요일	통기타 초급반		오후 19:00~20:00			

3층 [힐링교실]

날짜	프로그램명	전문강사	시간	문의	대상	수강료
매주 화요일	몸살림	황경숙	오전 10:30~12:30	02 -980 -0715	누구나	3만원
매주 금요일	라인댄스	권은자	오전 10:00~11:30			1만 5천원
11월 14,21,28 화요일	라디오 교실	김일웅 (강북FM 총 괄 PD)	오전 10:30~			라디오 방송에 관심있는 누구나

오늘은 내가 DJ, 나만의 방송 만들기

수다 라디오 교실

- 일시 : 11월 14일/21일/28일(화) 오전 10시30분
- 장소 : 빨래골마을사랑방 수다
(삼양로77길 62 3층 수다방송국)
- 강사 : 김일웅 (강북FM 총괄PD)
- 대상 : 라디오 방송에 관심있는 누구나



<강북FM과 함께하는 수다 라디오 교실>

오늘은 내가 우리마을 DJ~
마을라디오 방송에 관심있는 분들은 누구나 참여하실 수 있습니다.

- 일시 : 2023년 11월 14일, 21일, 28일, 매주 화요일 오전 10시 30분
- 장소 : 수다 방송국 (삼양로77길 62 빨래골마을사랑방 수다 3층)
- 강사 : 김일웅 (강북FM 총괄PD)
- 교육내용 : 마을미디어의 이해, 방송 기획의 이해, 구성 대본의 이해,
나만의 방송 기획하기, 나만의 방송 제작하기 등
- 참가신청 : <https://forms.gle/85hWK8PCRUdjVind8>

빨래골 마을사랑방 수다
11월 영화 상영회

추억의
영화

코미디
편



〈**무료영화상영회**〉

영화 제목 : 운수대통

일시 : 2023년 11월 6일(월) 오후 1시

장소 : 빨래골 마을사랑방 수다 4층 수다극장

(서울 강북구 삼양로77길 62, 3번 마을버스 정류장 '한빛명학교 GS편의점')

*** 참여 대상: 주민 누구나 ***

**무료영화상영회가
매월 첫째주 월요노인밥상 하는
날로 변경되었습니다!**

**11월 6일 월요일 오후 1시
빨래골 마을사랑방수다 4층
수다극장**

**코미디영화 <운수대통>
무료영화상영회!!**