



7월, KFAM의 다채로운 소식을 전해드립니다.
이번 달에는 우리 커뮤니티 곳곳에서 이어진 치유와 용기,
그리고 의미 있는 나눔의 이야기를 소개합니다.

KFAMLA 유튜브 채널



매월 둘째·넷째 주 금요일 낮 12시, 라이브 방송에서 만나요!

KFAMLA 유튜브 채널에서는 KFAM의 프로그램 소개뿐만 아니라 라이브 방송, 쇼츠 등 다양한 영상을 통해 한인 및 아시아 태평양계 커뮤니티에 유용한 정보와 실생활에 도움이 되는 자료, 지역사회 소식과 의미 있는 이야기를 전해드립니다.

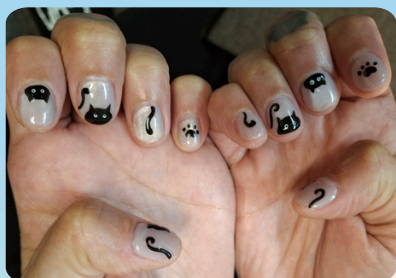
지금 KFAMLATV를 구독하고, 우리 커뮤니티의 다양한 소식과 이야기를 함께해 주세요!





폭력피해자 지원 프로그램

네일아트 힐링 세션



폭력피해자 지원 프로그램의 일환으로, 클라이언트들이 편안한 분위기 속에서 자신을 돌보고 서로 소통할 수 있는 네일아트 힐링 세션을 진행했습니다.



안녕하세요,

진심으로 감사한 마음 꼭 전하고 싶어서 답장 드립니다.



사실 미국에 온지 8년만에 처음으로 받아본 네일 케어였어요. 빠듯한 살림에 저한테 시간이나 돈을 쓰는 일이 늘 사치처럼, 어떨 땐 죄짓는 것처럼 느껴져서 엄두도 못 내던 일이었거든요. 그런데 막상 받고 나니, 반짝이고 깨끗한 이 손톱이 지금 제 몸에서 제일 예쁜 부분이 되었습니다. 손톱을 들여다볼 때마다 구질구질하던 마음까지 환해지는 기분입니다.

오랜만에 저를 위한 시간을 선물받은 것 같아서, 정말 진심으로 감사했습니다. 덕분에 오랜만에 '나도 예쁜 사람이지'하는 생각이 들었습니다.

진심으로 감사드립니다. 사랑합니다. KFAM^^



호신술 클래스

She's Club



7월 11일, KFAM 폭력피해자 지원 프로그램과 Peace Over Violence는 십대 여학생들을 위한 호신술 클래스를 진행했습니다. 이번 클래스에서는 자신의 경계를 지키는 방법과 실생활에 도움이 되는 안전 기술을 배우는 시간을 가졌습니다.

쉬즈 클럽 프로그램은 7월 13일 리더 피드백 미팅을 끝으로 마무리되었습니다. 한인 여성 리더 12명은 건강한 관계의 의미를 되짚어보고, 향후 프로그램 개선을 위한 다양한 의견을 나누었습니다.



함께 알아보는 심리 상담 프로그램

KFAM의 심리 상담 프로그램을 소개합니다! 저희 심리 상담 프로그램은 개인과 가족의 건강한 삶을 지원하기 위해 심리 상담과 워크숍, 다양한 정보와 자료를 제공하고 있습니다.



1. 심리 상담 프로그램을 한 문장으로 소개한다면?

클라이언트들이 건강하고 행복한 삶을 살아갈 수 있도록 돕고, 더욱 건강하고 강하며 행복한 커뮤니티를 만들어가는 열정적인 전문가 팀입니다.

2. 클라이언트들은 주로 어떤 고민으로 심리 상담을 받으러 오나요?

대부분의 클라이언트는 불안과 우울, 가족 또는 대인 관계 문제, 트라우마, 일상생활에 영향을 미치는 여러 어려움으로 상담을 요청합니다.

3. 이민 가정에서 부모와 자녀가 겪는 가장 흔한 소통의 어려움은 무엇인가요?

많은 이민 가정에서는 부모와 자녀 간의 언어와 문화적 가치관, 미국 사회에 대한 문화 적응 정도의 차이로 소통에 어려움을 많이 겪습니다.

4. 최근에 들어본 한국어나 영어 신조어 또는 유행어가 있나요?

저는 '작지만 확실한 행복'을 뜻하는 '소확행'이라는 표현을 좋아합니다. 일상의 작은 기쁨이 우리의 마음 건강에 큰 변화를 가져올 수 있다는 점을 일깨워주는 좋은 표현이라고 생각합니다.

5. 마지막으로, 커뮤니티를 위해 따뜻한 응원의 한마디 부탁드립니다.

상담을 받는 것은 나약함의 표시가 아니라 자신을 돌보기 위한 현명한 선택입니다. 상담을 통해 마음 건강을 돌보고, 상처를 치유하며, 한층 더 성장해 나가시기를 응원합니다. 자신을 돌보는 것은 더욱 건강하고 단단한 삶을 향한 중요한 첫걸음입니다.



MISOOK NIERODZIK, PSY. D.

심리 상담 프로그램 디렉터



청소년 후원자들

“나눔은 나이와 상관없이 누구나 실천할 수 있습니다.”

케이티 민은 할머니를 떠난보낸 뒤 슬픔에 잠긴 어머니에게 힘이 되어드리고 싶었습니다. 할머니를 기리는 마음으로 처음 코바늘 뜨개 작품 전시회를 열었고, KFAM 위탁 아동들을 위해 3,000달러의 후원금을 모았습니다.

“이 전시는 하늘에 편지를 보내는 저만의 방법이에요. 가족을 하나로 묶어주는 사랑을 기리며 한 땀 한 땀 정성껏 작품을 만들었습니다.”

- 케이티 민 -



리나 곽과 Venture Crew 707은 위탁 영아들을 위한 필수품 키트 마련을 위해 직접 만든 빵과 과자를 판매해 후원금을 모았습니다.

“저의 봉사 프로젝트는 KFAM AFFI 부서를 통해 위탁 및 입양 가정에서 처음 맞이하는 영아들을 위한 필수품 키트를 만드는 데 중점을 두었습니다.”



각 키트에는 기저귀와 물티슈, 아기 옷, 젖병, 기저귀 가방, 그리고 직접 쓴 카드가 담겼습니다.

하이의 성장에는 따뜻하게 지지해 주는 가족이 매우 중요하다는 믿음에서 이 프로젝트를 시작하게 되었습니다. 많은 위탁 아동이 안정적인 환경을 누리지 못한 채 생애 첫 시기를 보냅니다.

KFAM과 함께 이 프로젝트를 진행하며 아이들은 물론, 아이들을 새로운 가족으로 맞이하는 분들에게도 힘이 되고 싶습니다.”

-리나 곽-



여름 코바늘 뜨개 워크숍

KFAM 리더십 자원봉사자 로렌이 커뮤니티를 위한 코바늘 뜨개 워크숍을 진행했습니다. 참가자들은 기초 뜨개법을 배우며 스트레스를 해소하고 마음의 건강을 돌보는 시간을 가졌습니다.

