

장애인 개인예산제

쉬운말 안내지



서울시립뇌성마비복지관



서울시립뇌성마비복지관
Seoul Rehabilitation Center for the Cerebral Palsied

목차

- 03 개인예산제는 무엇인가요?
- 04 왜 개인예산제가 필요할까요?
- 05 개인예산으로 어떤 일을 할 수 있을까요?
- 06 이런 곳에는 사용할 수 없습니다.
- 07 개인예산으로 나의 꿈을 계획하는 과정
- 08 개인예산계획은 어떻게 세우나요?
- 09 우리들의 역할
- 10 예산은 얼마인가요?
- 11 워크북

01

개인예산제는 무엇인가요?

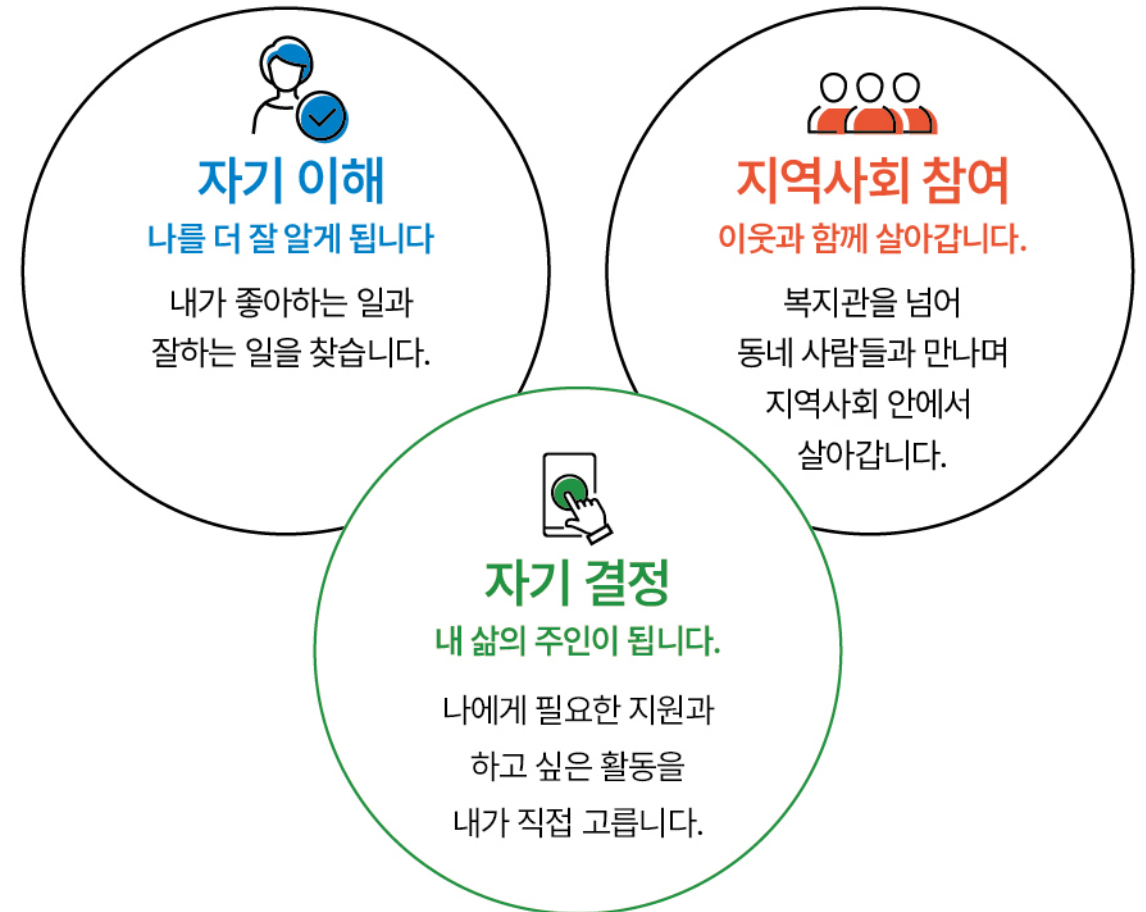
개인예산제는 내가 원하는 삶을 생각해보는 제도입니다.
 내가 해보고 싶은 일, 배우고 싶은 일,
 바꾸고 싶은 삶을 먼저 생각합니다.
 그다음 그 계획에 맞게 예산을 사용합니다.
 중요한 점은 예산보다
내 삶의 방향이 먼저라는 점입니다.



02

왜 개인예산제가 필요할까요?

사람마다 원하는 삶이 다릅니다. 필요한 지원도 서로 다릅니다.
 누군가는 운동을 배우고 싶어 합니다.
 누군가는 지역사회 활동을 넓히고 싶어 합니다.
 누군가는 취미를 넘어 일과 꿈으로 이어가고 싶어 합니다.

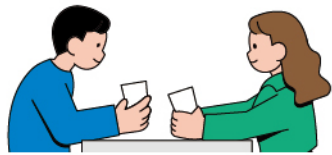


개인예산제는 내가 평소 해보고 싶었던 일들을
내 삶에 맞게 계획하고 실행해 보는 기회입니다.

03

개인예산으로 어떤 일을 할 수 있을까요?

내가 세운 계획서에서 목표를 이루기 위해
꼭 필요한 활동에 사용할 수 있습니다.



지역사회 활동 참여

나의 동네 상점을 자연스럽게 이용하거나
나와 잘 지내는 주변 사람을 만나 소통합니다.



강점과 재능을 키우는 교육

평소 배우고 싶었던 것, 내가 잘 하는 것을
더 잘할 수 있도록 배웁니다.



건강 관리

운동을 하거나 건강한 음식을 먹으며
나의 몸을 튼튼하게 관리합니다.



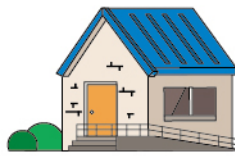
자립을 위한 준비

나 스스로 생활하는 방법을 익힙니다.



취업을 위한 준비

내가 하고 싶은 일을 찾고,
그 일을 잘할 수 있도록 연습합니다.



주거 환경 개선

내가 사는 집에 불편한 곳을 고치고
더 편하게 지낼 수 있게 바꿉니다.

이런 곳에는 사용할 수 없습니다.



단순한 생활비나 다른 곳에서
이미 지원받고 있는 경우에는 사용할 수 없습니다.
개인예산은 나의 새로운 변화를 위해 사용하기 때문입니다.

1

**돈이나 현금처럼
쓸 수 있는 것들**
예) 백화점 상품권, 저축 등

2

매달 반복되는 생활비
예) 집세, 전기요금, 반찬 등

3

**다른 곳에서
이미 지원받고 있는 것**
예) 활동지원서비스 등

4

**내가 아닌
다른 사람을 위해 쓰는 것**
예) 가족이나 친구의
물건 대신 사주기 등

5

병원에서 치료받는 비용
예) 진료비, 수술비, 약제비 등

개인예산은
내 삶의 변화를 위한 활동에 사용합니다.

04

개인예산으로 나의 꿈을 계획하는 과정

이 시간에는 내가 원하는 삶을 생각합니다.
그리고 필요한 지원을 정합니다.

1

마음열기

내가 좋아하는 것을 말합니다.

2

꿈꾸기

어떤 삶을 원하는지 생각합니다.

3

계획하기

필요한 지원을 정합니다.

4

활동하기

내가 고른 활동에 참여합니다.

5

돌아보기

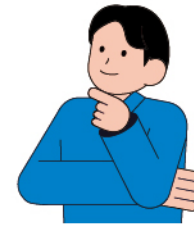
활동 후 느낌을 나눕니다.



이 과정에서 내가 주인공이 됩니다

개인예산계획은 어떻게 세우나요?

현재 나의 상황을 돌아보고
변화를 위한 구체적인 계획을 세웁니다.



① 나의 현재 상황

- 지금 나는 하루를 어떻게 보내고 있나요?
- 내가 잘하는 것과 좋아하는 것은 무엇인가요?
- 생활하면서 힘들거나 불편한 점은 무엇인가요?



② 내가 바라는 변화

- 앞으로 어떤 모습으로 살고 싶나요?
- 새롭게 도전해 보고 싶은 일이 있나요?
- 1년 뒤에 나의 모습이 어떻게 바뀌면 좋을까요?



③ 변화를 위한 방법

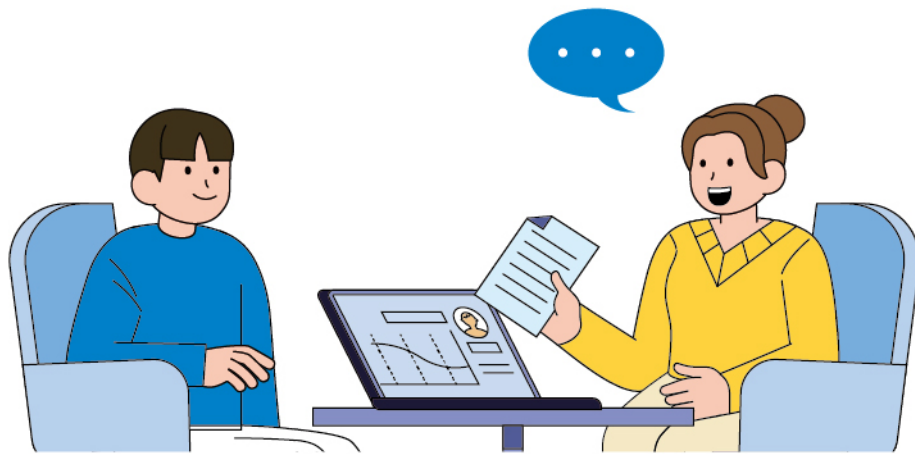
- 어떤 활동을 하면 나의 꿈을 이룰 수 있을까요?
- 활동을 할 때 어떤 지원이 필요한가요?
- 누구와 함께하고 싶은가요?

가장 중요한 것은 '지금 나의 생활'과
'앞으로의 꿈'을 정리해서
나에게 꼭 필요한 곳에 예산을 사용할 수 있도록
계획을 세우는 것입니다.

05

우리들의 역할

개인예산제의 주인공은 "나"입니다.
 하지만 모든 걸 혼자서 해야 하는 건 아닙니다.
 필요한 순간마다 코디네이터(복지관 직원)의 지원을 받을 수 있습니다.



참여자

삶의 주인공

- 내가 원하는 것을 말합니다.
- 내가 하고 싶은 일을 선택합니다.
- 도움이 필요하면 이야기합니다.

코디네이터(복지관 직원)

길잡이

- 내 이야기를 듣고 정리합니다.
- 계획에 필요한 사람과 장소를 함께 찾습니다.
- 계획을 끝까지 이어가도록 지원합니다.

06

예산은 얼마인가요?

개인예산제는 기관마다 예산과 신청 방법이 다릅니다.
 신청 전 확인이 필요합니다.

개인예산제 종류	운영 하는 곳	내용	신청방법
서울형 장애인 개인예산제	한국 장애인 재단	최대 240만원 일상생활, 사회생활, 취창업활동, 자기개발, 건강안전, 주거환경개선 * 서울시에 거주하는 만 18세~만 65세 성인만 참여 가능	한국 장애인재단 홈페이지 참고
보건복지부 장애인 개인예산제	한국 장애인 개발원	활동지원서비스 등 바우처의 20% 사용 * 일부 지자체에서만 참여 가능	해당 지역 행정복지 센터 문의
내가 그리는 행복예산	서울시립 뇌성마비 복지관	최대 180만원 * 뇌성마비복지관에 등록된 분들만 참여 가능	개별맞춤팀 전화 문의 02-6926-6920

개인예산제는 "남들이 정해준 하루"가 아니라
"내가 꿈꾸는 내일"입니다.

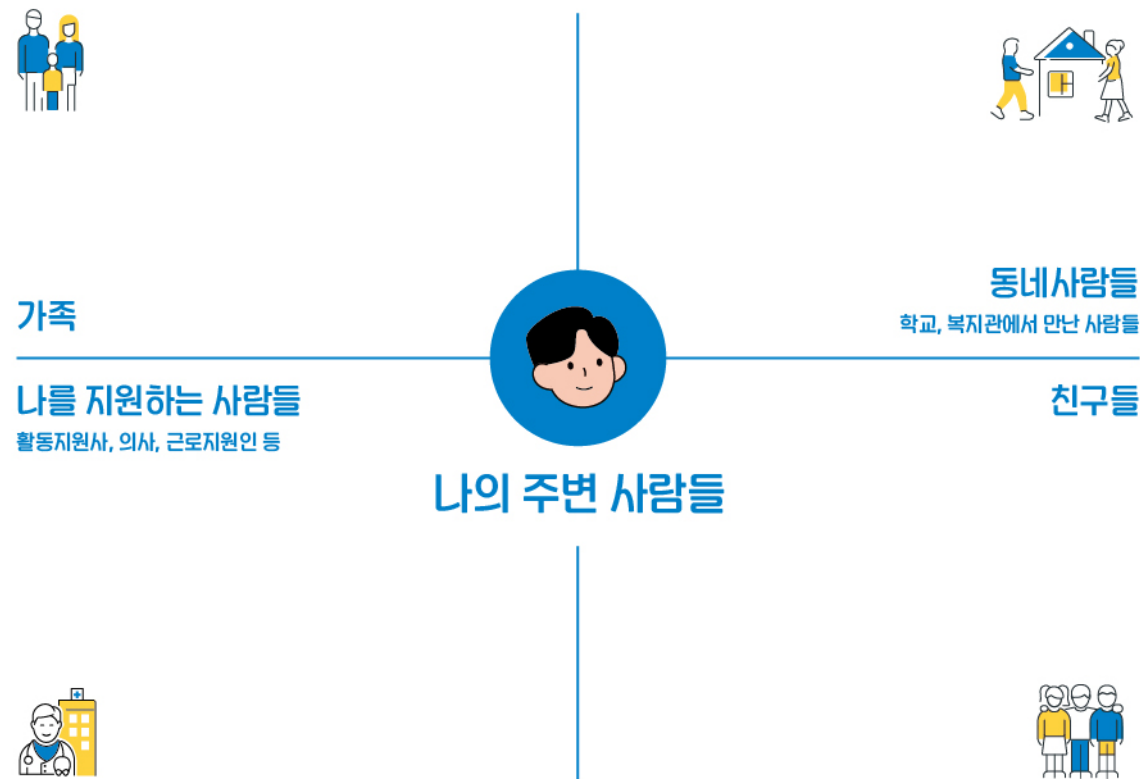
1. 나에 대해 알려주세요

본격적으로 나의 꿈을 이야기하기 전에, 나에 대한 기본적인 정보를 적어봐요.

이름	김 뇌 복	성별	남/여	생일	1990. 12. 05
전화번호	010-000-0000	가장 가까운 가족 전화번호	010-000-0000	이메일	srccp@daum.net
집 주소	서울특별시 노원구 덕릉로 70가길 96 (상계6.7동 771)				
장애유형/정도	뇌성마비/정도가 심한	보조기기 (휠체어, 워커 등)	[<input checked="" type="checkbox"/>] 사용 (전동 휠체어) [<input type="checkbox"/>] 없음		
중복장애유형 (해당자)					

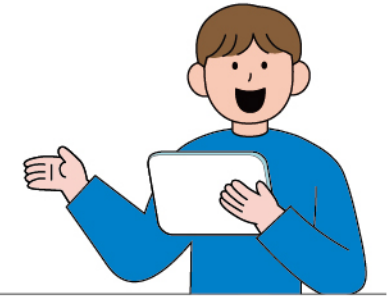
2. 내 주변 사람들

나를 지원하는 사람 중에서 가장 친하고 중요한 사람이 누구인지 생각해 봐요.



3. 나는 이런 사람이에요

내가 좋아하는 일과 나를 응원하는 사람들, 장애로 인한 어려움에 대해 생각해 봐요. 글로 표현하기 어렵다면 그림으로 표현해 보세요.



내가 잘하는 것,
나를 응원하는
사람들

<예시>

- 내가 좋아하고 잘하는 일
컴퓨터 게임, 인터넷 검색, 요리, 음악 등
- 내가 스스로 해낸 기분 좋은 일
학교 졸업, 자격증, 혼자 밥을 차려 먹거나 집안일을 해본 경험 등
- 나를 응원하는 사람들
가족, 친구, 종교·취미 모임 등

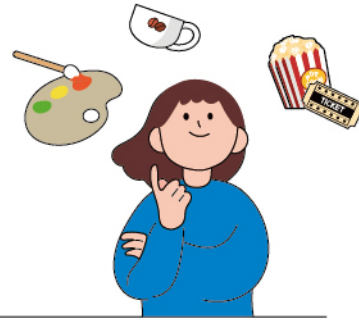
장애로 인한
어려움

<예시>

- 몸이 힘들었던 일
혼자서 옷을 입거나 씻을 때, 글을 읽을 때
- 이동할 때 힘들었던 일
계단이 많은 곳을 갈 때
- 마음이 힘들었던 일

4. 내가 바라는 변화

앞으로 나는 어떤 생활을 하고 싶은지,
어떤 사람이 되고 싶은지를 생각해 봐요.
글로 표현하기 어렵다면 그림으로 표현해 보세요.



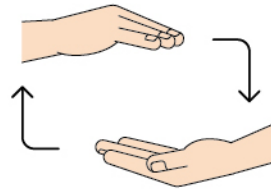
내가 꿈꾸는
삶의 모습

<예시>

- 가까운 미래에 해보고 싶은 일(1~2년 안의 목표)
- 나중에 꼭 이루고 싶은 꿈(3년 이상의 목표)

5. 변화를 위한 지원

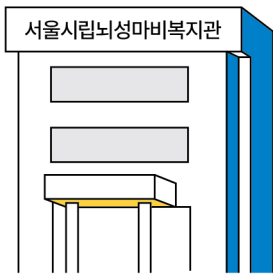
내가 바라는 모습이 되기 위해 어떤 서비스나 사람,
물건이 필요할까요?
글로 표현하기 어렵다면 그림으로 표현해 보세요.



꿈꾸는
삶을 위해
필요한 지원

<예시>

- 배우고 연습할 기회
- 곁에서 지원해 줄 사람
- 몸과 마음의 건강
- 편안하고 안전한 환경
- 정서적 지지, 멘토



서울시립뇌성마비복지관
Seoul Rehabilitation Center for the Cerebral Palsied