

# 따뜻한 지역사회, 여러분이 주인공입니다.

강릉종합사회복지관 자원봉사자 안내서



강원특별자치도 강릉시 강변로 510 gssw6375@gmail.com 033 · 653 · 6375

당신의 이야기를 듣고, 마음에 공감하며 함께 걸겠습니다.

우리는 주인이 가진 힘을 믿고, 스스로의 선택을 존중하며 문제를 해결하고 실천합니다. 나의 일상이 이웃과 연결될 때, 마을은 더 든든한 울타리가 됩니다. 어려움이 있다면 이웃이 함께 머리를 맞대고 변화를 주도하도록 곁에서 돕겠습니다. 서로가 서로를 돌보는 생동감 넘치는 현장에 오늘도 함께하겠습니다.

# 변화를 만들어 갈 당신께 드리는 첫 편지.



안녕하세요. [redacted] 자원봉사자 선생님, 먼저 귀한 시간을 내어 자원봉사에 함께해 주셔서 진심으로 감사드립니다. 선생님의 따뜻한 마음과 헌신이 우리 지역사회를 더욱 풍요롭고 아름답게 만들어갑니다. 자원봉사는 단순히 도움을 주는 활동을 넘어 서로를 이해하고 연결하는 소중한 기회입니다. 선생님이 내미는 손길 하나하나가 **누군가에게는 큰 힘이 되고, 희망이 됩니다.** **흔한 표현이지만, 진심입니다!**

이 안내서는 선생님의 자원봉사 활동이 더욱 의미 있고 보람차게 진행될 수 있도록 필요한 정보를 담았습니다. 궁금한 점이 있으시면 언제든지 문의해 주시기 바랍니다. 다시 한번 선생님의 참여에 깊이 감사드리며, 함께 만들어갈 변화를 기대합니다.

# 자원봉사로 성장하는 나, 나를 통해 바꾸는 지역사회.



# 자원봉사로 성장하는 나, 나를 통해 바꾸는 지역사회.



## 자원봉사, 내 삶의 일부가 됩니다.

처음에는 누군가에게 도움이 되고 싶다는 마음으로 시작했지만 세월이 지나면서 봉사가 제 삶에 일부가 되었어요. 점점 복지관의 시설이나 사업이 좋아지는 것을 보며 **우리가 함께 걸어온 길이 헛되지 않았구나**하는 생각이 들어요. 예전에는 힘들어도 웃으면서 했는데, 지금은 그 시절이 추억이 되고 자람이 되네요.



## 자원봉사, 배움이 됩니다.

처음에는 잘해야 한다, 의무감이 컸어요. 하지만 지금은 시야가 많이 넓어졌죠. 함께 하는 사람들을 배려하고 서로에게 동기부여를 주는 방향으로 변하고 봉사는 제 인격을 성숙하게 만드는 과정이 되었어요. 사람이 **난 사람보다 된 사람이 되어야 한다**고 생각합니다. 그게 봉사를 하며 제가 얻은 가장 큰 배움이에요.



## 자원봉사, 삶의 활력이 됩니다.

봉사를 하면 할 수록 봉사에 대한 마음이 처음보다 점점 더 커지는 것 같습니다. 아무리 피곤해도 봉사하는 날은 기다려지고 꼭 참석하게 됩니다. 오히려 **봉사활동이 제 활력소가 되는 것** 같아요. 모든 것을 마음에서 우러나온다고 생각하며 하다보니 어느덧 11년간 쌓이고 쌓여 더 단단해졌습니다.



# 당사자들이 보내온 행복 메시지

식당을 이용하는  
어르신들의  
말씀



매번 따뜻하게 웃으며  
밥을 챙겨주셔서 고맙습니다.

덕분에 오늘 하루도  
 든든하게 보낼 수 있겠네요.

봉사자님도 식사 꼭 제때  
챙겨 드시고 건강하세요.

마을활동가가  
자주 방문하며  
안부 묻는 어르신



이렇게 좋은 분들과 이웃으로  
지낼 수 있어 참 다행입니다.  
따뜻한 마음을  
저도 다른 이에게  
나누며 살겠습니다. 감사합니다.

복지관  
교육문화  
프로그램을  
이용하는 주민



올 때 마다 봉사자님들의  
따뜻한 마을을 느낍니다.

늘 다정하게 말씀해 주셔서  
이곳에 오는 길이 참  
즐겁습니다. 고맙습니다.

# 돕는 일부터, 함께하는 자원봉사까지, 오직 우리들의 힘으로 이룬 일.

2,853명 개인봉사자 88명, 단체봉사자 492명

2,378회 연간봉사횟수

29,497시간 연간봉사활동인증시간

## Outcome

### ✔ 청년들이 지역에서 할 수 있는 일을 찾아, 잔치 기획하고 진행

음악회 부스, 마을영화관, 키즈 프리마켓 등 마을에서 해볼 수 있는 크고 작은 행사를 직접 기획하고 실행하며 한층 더 성장했습니다.

### ✔ 마을에서 놀며 성장하는 아이들

청소년이 만드는 청소년 가요제부터, 마을의 역사를 탐방하고 알리는 활동까지. 마을에서 어른, 친구들과 어울리며 성장했습니다.

### ✔ 마을의 문제를 함께 해결하는 사람들

어려운 이웃 찾기, 잔치 기획, 다양한 지원 활동을 마을활동가가 직접 기획하고 함께 진행했습니다. 우리 마을의 다정함을 지키고 키워나갔습니다.

### ✔ 먹거리 문제 해결에 함께하기

연간 4,411명 부식 지원, 33,106명 식당 운영을 통해 먹거리 문제 해소와 위기이웃의 영양 관리에 기여했습니다.

# 자원봉사, 지금 참여하세요!

01

## 장수식당 자원봉사

- 배식 보조 또는 조리 보조
- 봉사활동 종료 후 식사 제공
- 위생수칙 준수!

연중 운영

매일 오전 9~13시

02

## 주문마루 마을활동가

- 활동기획 추진
- 간담회, 교육 등 역량강화
- 가정방문 안부확인, 지원활동

연중 운영

활동 시간 논의 가능

03

## 청소년 서포터즈

- 청소년가요제, 명절행사, 역사탐방 등 다양한 활동 마을에서 기획하고 추진

3~12월

활동 시간 논의 가능

04

## 다운서포터즈

- 마을탐방, 나만의 봉사활동 기획 및 진행
- 정기회의 등

3~12월

활동 시간 논의 가능

05

## 우리동네 그린러너

- 환경역량강화 교육 이수
- 기후약자 지원
- 환경교육강사 활동 등

연중 운영

활동 시간 논의 가능

06

## 주거환경개선

- 주거 위기 가구의 환경 개선
- 정리 수납, 분리수거 등
- 전문 주거개선 봉사 환영!

필요시 운영

활동 시간 논의 가능

07

## 사회공헌 CSR

- 장수식당 배식봉사, 플로깅, 지원사업, 배달 등 다양한 사회공헌 협력 논의 후 진행

연중 운영

활동 시간 사전 협의

08

## 재능기부 활동

- 문화, 예술 등 다양한 분야에서 자신의 재능과 끼를 나누는 봉사활동
- 나누고자 하는 분 누구나 환영!

연중 운영

활동 시간 사전 협의

# 자원봉사 활동에 참여하는 방법은?

## 자원봉사 참여방법

희망하는 자원봉사 영역 선택

유선연락 혹은 방문을 통해  
봉사활동 참여 상의

자원봉사활동을 결정한 후  
자원봉사활동 신청서 작성

자원봉사 활동에 필요한  
기본 사항 이수 후 참여하기!



## 자원봉사 활동수칙과 자세

- 1 단정한 일상복 좋아요, 슬리퍼는 필요한 경우가 아니면 신지 않기
- 2 활동 10분 전 도착하기(시간 약속 지키기)
- 3 당사자의 인격과 자존심 지켜주고, 개인정보 절대 노출 금지!
- 4 사고 발생 시 즉시 담당자에게 알리기(가능한 경우 VMS자원봉사보험 적용)
- 5 금품거래, 정치, 영리, 종교 활동과 연관하지 않기



자원봉사 활동은 크게 네 가지 특성이 있습니다. 사전에 충분히 숙지 후 자원봉사에 참여하시면 더욱 의미 있는 봉사를 하실 수 있습니다!

첫째, 타인의 강요 없이 스스로 결정하여 참여합니다(자발성). 둘째, 금전적 대가가 아닌 정신적 보람을 지향합니다(무보수성). 셋째, 개인이 아닌 지역 공동체의 이익을 우선합니다(공익성). 넷째, 필요할 때 꾸준히 활동하여 신뢰를 형성합니다(지속성).

# 즐거로운 자원봉사생활 즐기기!

## 자원봉사자 권리 챙기기

자원봉사자만을 위한  
프로그램 및 활동 참여기회

마을북마크 뉴스레터  
월 1회 정기 발송

자원봉사활동시간 지급

송년행사 초대 및  
우수 자원봉사자 표창수여



## 모두의 인권을 지키며 봉사하기

- 1 인권이란, 사람이라면 누구나 당연하게 가지는 권리로 인간 존엄과 평등의 가치를 포함한 권리입니다.
- 2 인권의 영역은 인간존엄, 최소한의 인간적 욕구, 법적 청구권, 도덕적, 정치적 의무와 권리 등이 포함됩니다.
- 3 인종, 나이, 장애, 선별 등을 이유로 타인 혹은 기관으로부터 기본적인 권리를 침해당하지 않아야 합니다.
- 4 자원봉사 활동 시 당사자들을 편견 없이 바라보고, 막연히 도와줘야 한다고 생각하지 않아야 합니다.
- 5 봉사자는 안전한 환경에서 활동해야 하고, 상호 존칭을 사용해야 합니다. 봉사 사진은 개인 소장하되, 당사자가 나온 사진은 공유하지 않습니다.



자원봉사에 참여하실 때, 반드시 VMS 또는 1365자원봉사 포털에 가입해주세요!

자원봉사 인증 시간 외에도 자원봉사 활동 중 상해 발생 시 자원봉사보험에서 보장하는 범위 내에서 보상이 가능합니다. 여러분의 안전한 봉사활동을 위해 최선을 다하겠습니다.

자세한 사항은 <https://www.vms.or.kr/volunteer/accident.do>에 접속(VMS 자원봉사보험 검색)하셔서 확인하시기 바랍니다.

# 개인정보를 지키며 봉사하기.



## 개인정보 개념

개인정보란 개인에 관한 정보로서 특정한 개인을 식별할 수 있는 정보입니다



## 개인정보 피해 방지를 위한 실천

1

**비밀번호는  
강하고 새롭게!**

문자+숫자 조합과  
주기적 교체하여  
보안 수준 유지

2

**안전한 인증과  
확인!**

주민등록번호  
요구 시 다시 확인,  
이용 약관 체크

3

**나만 아는 정보,  
공유 금지!**

주변인과 공유하지  
않기!

4

**클린한  
환경에서만 이용!**

공용 장소에서 금융  
거래 및 파일 내려받지  
않기!

1

**침해 발생 시  
즉시 신고!**

개인정보 침해 시  
주저하지 말고  
신고하고 대응하기

### 자원봉사 시 알아두면 좋은 개인정보보호 사항

자원봉사 할 때 당사자의 이름, 주소 등의 기록 사항은 봉사 진행 후 바로 폐기합니다(충분히 잘라서 유추할 수 없게 버리기). 또한, 알게 된 정보를 가족이나 지인에게 알리지 않습니다. 우연히 생긴 후원물품을 당사자에게 바로 전달하지 않고, 복지관을 통해 전달합니다. 당사자의 동의 없이 갑작스럽게 집으로 찾아가지 않습니다.

# VMS 가입 절차



- 1 사회복지 자원봉사인증관리(VMS) 사이트에 접속합니다.
- 2 상단 오른쪽에 있는 회원가입을 눌러주세요.
- 3 필수 약관 동의 후 다음단계를 눌러주세요.
- 4 편하게 할 수 있는 본인인증 수단을 눌러서 본인인증을 진행해 주세요.
- 5 자주 사용하는 홈페이지 아이디를 작성하고 중복확인을 눌러주세요.
- 6 자주 사용하는 비밀번호를 입력하고 하단의 동일하게 다시 입력해 주세요.
- 7 현재 거주중인 주소를 작성해 주세요.
- 8 자신의 전화번호(연락처)를 작성해 주세요.
- 9 1365연계 동의를 누르시면 1365, vms 둘 중 하나만 봉사시간이 입력되어도 확인이 가능합니다.
- 10 부가적으로 활동을 입력하시면 관련된 봉사활동들을 안내해드립니다.
- 11 다음단계를 누르면 회원가입이 완료됩니다.



# 자원봉사활동인증서 출력 방법



- 1 가입한 아이디와 비밀번호로 로그인을 합니다. →
- 2 홈페이지 가운데에 있는 실적인증서 발급을 클릭합니다.
- 3 내가 원하는 기간을 선택하여 검색 버튼을 클릭합니다.
- 4 발급을 희망하는 봉사활동을 발급버튼을 눌러 발급합니다.
- 5 PDF, 직접 인쇄 선택 후 필요한 곳에 사용합니다.
- 6 인쇄를 희망할 시 강릉종합사회복지관, 주문마루센터, 강남동 마을관리소 등을 방문하시면 인쇄를 도와드립니다.
- 7 직접 발급이 어려울 시 복지관에 방문하여 담당자를 찾아주세요.



# 자주 묻는 질문과 답변



### 1 봉사활동을 시작하려면 자격증이나 특별한 기술이 있어야 하나요?

아니요. 특별한 기술이 없어도 따뜻한 마음이 있다면 누구나 참여 가능합니다. 다만, 장수식당 전 처리 활동 등 보건증과 같은 서류를 요청할 수 있어요. 일반적인 배식, 환경정리 등은 사전 교육만 받으면 바로 활동할 수 있습니다.

### 2 중고등학생도 봉사활동이 가능한가요?

네 가능합니다. 특히, 청소년은 마을 내에서 진행할 수 있는 도담 서포터즈로 함께 활동을 기획하고 이루어 갈 수 있습니다.

### 3 봉사시간 인 증은 어떻게 받나요?

강릉종합사회복지관은 VMS(사회복지 자원봉사 인증관리 시스템) 또는 1365 자원봉사포털과 연동되어 있습니다. 활동 종료 후 담당자가 승인하면 온라인으로 실시간 직접 확인 및 발급이 가능합니다.

### 4 정기적으로 봉사가 불가능한데, 일회성 봉사활동도 가능한가요?

희망하는 봉사 영역에 따라 다릅니다. 배식 봉사의 경우 일회성으로 참여가 가능하시나 마을활동가, 다온 서포터즈 등 마을에서 기획하고 정기적인 만남을 진행하는 활동은 꾸준히 참여를 하셔야 합니다.

### 5 지역주민을 대할 때 주의할 점이 있나요?

존중의 마음으로, 도움을 드리기 전 도와드릴까요?라고 먼저 물어보는 것이 좋습니다. 활동 중 알게 된 당사자의 개인정보는 외부 공유를 금합니다. 또한, 활동 중 갈등 상황 발생 시 자리를 피하고, 담당자의 도움을 받습니다.

### 6 활동 중 갑자기 일이 생겨 가지 못하게 되면 어떻게 하죠?

자원봉사도 하나의 약속입니다. 당사자나 복지관 운영에 차질이 생기지 않도록 최소 2일 전에는 담당자에게 꼭 연락해 주세요. 당일 무단 불참은 다음 봉사 신청 시 불이익이 있을 수 있습니다.

### 7 개명한 경우 정보 변경은 어떻게 하나요?

1. VMS 봉사활동 사이트 검색해서 들어간 후 로그인을 진행
2. 마이페이지-회원정보-개인정보-본인인증 버튼 클릭 후 본인명의 휴대전화 인증하여 변경

### 8 자원봉사활동 실적이 입력되지 않았어요 어떻게 해야 하나요?

- 기관으로 연락 후 담당자 연결을 하여 실적 입력 여부 확인
- 누락된 실적 담당자 입력
- 단, 자원봉사시간은 반드시 실제 자원봉사에 참여한 자 명의로만 입력가능

자원봉사 활동에  
참여해 주셔서  
감사합니다.

**자원봉사자님의 소중한 정보가 변경된 경우 다음과  
같은 방법을 통해 꼭 알려주세요.**

당사자와 지역의 변화 이야기를 안전하고 신속하게 안내해드리겠습니다.

강원특별자치도 강릉시 강변로 510

033 · 653 · 6375

[gssw6375@gmail.com](mailto:gssw6375@gmail.com)

[www.gssw.or.kr](http://www.gssw.or.kr)