

# 취미와 봉사활동이 일이 되기까지

암경험자 창업가의 사회복귀 이야기



?

꼼지맘 + 박귀선

---

Who

## \*Keyword

경력단절여성 - 주부창업가 & 공예작가 - 사회적기업가 - \*암환자-암경험자



# \*Story

## \* 취미활동

- 리폼과 아기용품만들기
- 북아트 - 성장앨범만들기

## \* 소통

- 사이월드- 카페와 미니홈피 활동

## \* 봉사활동

- 국내 최초 점자촉각그림동화책 개발

## 국내 대표 태교&아기용품 kit 쇼핑몰 (Kit 1000종 이상 개발)

- 저서 5권 (한국/대만)
- 현대&롯데백화점 인기강사
- 롯데마트/ 스타필드 입점
- 공방창업(체인) + 강사양성 (전국)
- 드라마&영화 소품제작
- 아침마당외 30개 이상 방송출연

## \*봉사활동

- 히크만카테터 주머니 개발 및 보급
- 점자촉각책 보급활동

2002

**경력단절여성**

연년생맘+독박육아

2006

**(무자본)주부창업**

공예작가&개발자

## \*Story

### \*담심포 활동

국내 유일  
시각장애아동을 위한  
점자촉각교구재 개발보급

- 고용노동부장관표창
- 사회공헌 프로그램 대상
- 한국사회적기업상
- 보건복지부장관 표창
- 사회적 기업가 육성사업 우수창업팀
- 점자촉각교구재 20종 개발
- 3만개 이상 보급
- 국내외 기업 300개 이상 참여



### \*봉사활동

- 소아암 환아 & 보호자 공예 프로그램  
서울대학교 어린이병원 꿈틀꽃씨 매월 1회
- 매년 소아암아동을 위한 애착 인형 전달
- 색칠놀이책과 동화책 제작 전달
- 암경험자를 위한 루틴 달력, 노트 전달
- 화상경험자를 위한 손재활 kit 개발
- 1박2일 힐링캠프, 북콘서트, 강사양성
- **히크만 카테터 주머니 보급 활동**
- 한국조혈모세포은행 협회
- 한국백혈병어린이재단

2019~현재

**사회적기업가**

사회적기업 담심포 설립

나의 슬기로운 항암치료 위한  
소소하지만 즐거운 일상유지

\*몸돌봄

- 건강한 식단과 요리
- 적당한 운동
- (일상걷기와 요가&근력운동)
- 질 좋은 수면 (수면시간, 수면환경)

\*마음돌봄

- 여행, 드림보드만들기
- 감사일기, 확언쓰기, 칭찬일기, 명상
- 좋은글 필사하기



\* 봉사 활동

- 점자촉각교구재 검수와 개발
- 소아암아동을 위한 손뜨개인형 만들기
- 시각장애아동들에게 보낼 애착인형만들기

\*새로운 취미 활동

- 책읽기
- 글쓰기
- 좋은 생활습관을 위한 루틴만들기
- 건강한 음식 만들기 - 요리
- 나의 건강을 위한 운동

2022.4

**암환자**

위암3기 / 위 절제수술 & 항암치료

### \*봉사 활동

- 시각장애아동과 소아암을 위한 활동

### \*새로운 취미가 일이 될까?

- 나의 항암일기
- 나의 항암요리
- 나의 책읽기와 글쓰기
- 매일의 루틴 기록
- 암경험자를 위한 콘텐츠개발
- 영상제작과 유튜브시작하기
- 루틴달력, 루틴노트, 감사노트 개발
- 브런치 작가활동-건강크리에이터
- 출판사의 출간 제안



### \*일 복귀 규칙

1. 일시간은 하루에 3~4시간
  - 아직은 암환자니까...
2. 강의를 시작하다
  - 일주일에 최대 2번만 (무리하지 않기)
3. 꼭 해야할 일 만...
4. 천천히 꾸준히 하기 (욕심내지 않기)

### \*가장 중요한 루틴이 1순위

- 건강한 생활습관과 식습관관리
- 루틴기록하기

2024. 4

## 암경험자

일복귀 + 건강크리에이터 브런치 작가

2024. 4

## 암경험자의 일상복귀

일복귀 + 건강크리에이터 브런치 작가

# 경력단절여성





# 아기 용품 만들기

\*취미



퇴사

#성장앨범



\*봉사

# 점자그림동화책



# 주부창업과 공예작가

# \*취미

## # 취미로 돈을 버는 (무자본)주부창업

아침마당을 비롯한 30회 이상의 방송 출연 & 인터뷰

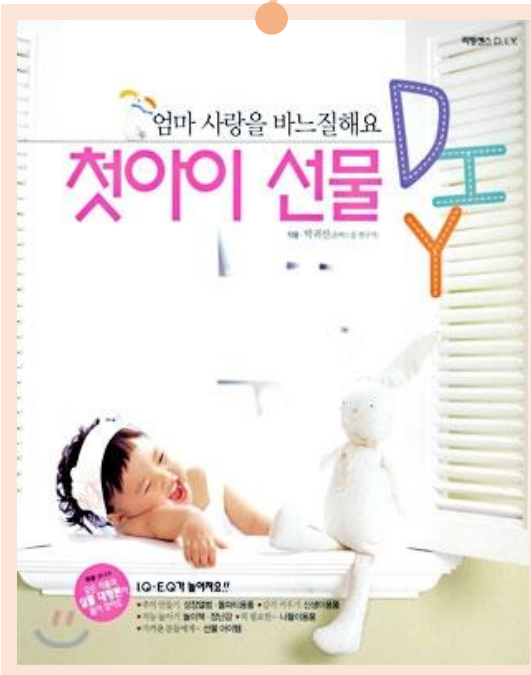
# 아기용품 만들기



\*취미



CYWORLD



책출간 (2006)



강의-태교바느질 & 아기용품만들기



쇼핑몰 - 아기용품 DIY KIT (2006)

# \* 취미가 일이다

- 5권의 책 출간
- 공예작가 & 태교전문강사
- 쇼핑몰운영
- 1000종 이상 DIY KIT 개발
- 스타필드, 롯데마트 입점
- 강사양성 & 공방창업 & 샵인샵







꼼지 강의처		
1년동안 꼼지강사로 활동내역이 없을 경우 연말에 강의처 소개에서 제외됩니다. [2018.5.15 수정됨]		
<b>서울</b> <b>금천구: 권경화 강사 010-8706-6454</b> *문화센터,카페수업:강사자격증반 / 애착인형 태교출산용품/손뜨개인형/뱃바구니 수업 <b>강서구: 차연희 강사 010-3543-9205</b> *공방운영:강사자격증반 / 태교출산용품 애착인형 <b>강북구: 김현주 강사 010-9189-3977</b> *공방운영:강사자격증반 / 태교출산용품 애착인형	<b>화성시</b> <b>반송동: 박경희 강사 010 4859 9372</b> *공방운영:강사자격증반 / 태교출산용품 애착인형/ 손뜨개인형 / 뱃바구니 수업 <b>병점: 박인실 강사 010-8006-4514</b> *문화센터,카페수업:강사자격증반 / 애착인형 태교출산용품	<b>전주시</b> <b>효자동: 이정미 강사 010-7411-6582</b> *문화센터,카페수업 태교출산용품/ 애착인형
<b>양주시</b> <b>고읍동: 박미선 강사 010-9607-8220</b> *문화센터,카페수업:강사자격증반 / 애착인 태교출산용품/손뜨개인형/뱃바구니 수업	<b>대구시</b> <b>남구: 윤정민 강사 010 3036 1510</b> *문화센터,카페수업:강사자격증반 / 애착인형 태교출산용품/손뜨개인형/뱃바구니 수업	<b>순천시</b> <b>연향동: 정정은 강사 010 3660 7215</b> *공방운영:강사자격증반 / 태교출산용품 애착인형
<b>인천시</b> <b>남동구: 이문옥 강사 010 -9048 -2836</b> *공방운영:강사자격증반 / 태교출산용품 애착인형/ 손뜨개인형 / 뱃바구니 수업	<b>김해시</b> <b>외동: 이다감 강사 010-9480-8622</b> *문화센터,카페수업:강사자격증반 태교출산용품/ 애착인형	<b>당진시</b> <b>읍내동: 최계순 강사 010-2037-1455</b> *공방운영:강사자격증반 / 태교출산용품 애착인형
<b>수원시</b> <b>권선동: 이미선 강사 010-5674-8023</b> *공방운영:강사자격증반 / 태교출산용품 애착인형/ 손뜨개인형 / 뱃바구니 수업	<b>대전시</b> <b>가양동: 박경화 강사 010-3033-2716</b> *공방운영:강사자격증반 / 태교출산용품 애착인형/ 손뜨개인형 / 뱃바구니 수업	<b>울산시</b> <b>남구: 이윤경 강사 010-3881-8864</b> *공방운영:태교출산용품/ 애착인형
	<b>군산시</b> <b>대명동: 박경희 강사 010- 4470 -8700</b> *문화센터,카페수업:강사자격증반 태교출산용품/ 애착인형	<b>거제시</b> <b>목포2동: 신홍재강사 010-5360-1549</b> *문화센터,카페수업: 태교출산용품/ 애착인형





## 주부창업가 & 공예작가 2006.~2018.

- 1000종 이상 DIY kit 개발 & 판매
- 전국의 강사들과 다양한 프로그램 진행
- 10개 도시 육아맘과 함께 애착인형만들기
- 코엑스, 킨텍스 육아박람회 200명 태교바느질 이벤트 진행



# \*봉사

## # 시각장애아동을 위한 점자촉각책 만들기

시각장애아동들을 위한 전국의 바느질 봉사활동

- 점자촉각동화책 만들기를 시작하다.
- 전국에 바느질 동아리가 만들어지다.
- 재료비 모금을 위해 크라우드펀딩을 하다.
- **전국의 맹학교와 점자도서관에 무상 기증하다.**





**\*봉사** #점자그림동화책



국내 최초 개발  
(2005)



봉사동아리-전국  
(2013.~현재)



맹학교와 점자도서관 무상보급  
(2013.~현재)

# \*봉사

## # 소아암 아동을 위한 히크만주머니 만들기

소아암 환아를 위한 전국의 봉사자와 함께 만든다.

- 히크만 카테터 주머니 만들기를 시작하다.
- 소아암 아동을 위한 애착인형 만들기
- 전국의 병원의 환아 보호자들에게 무상 기증하다.



“전국의 바느질 봉사자들과 함께 만들었습니다 ”

## 소아암아동을 위한 히크만 카테터 주머니 만들기 봉사활동

(2016 ~ 현재)



소아암아동을 위한

[20차] 히크만 주머니 만들기 봉사자 모집



# 사회적기업가

**\*사회적기업**

사회문제를 해결하고자 하는 목적을 가지고 비즈니스 모델을 수립하여 운영하는 기업

\*봉사가 일이다



시각장애아동의 점자학습과 사회성향상을 돕는 점자촉각교구재 개발과 보급  
경력단절여성들의 자립을 돕는 강사양성과 콘텐츠 제작 보급



## 교과서 연계 보조 놀이 교구재 -20종 개발

- 시각장애아동을 위한 점자촉각교구재를 개발하다.



점자촉각 색칠놀이책 + 벽걸이필통 KIT



점자촉각 필통 만들기 KIT



점자촉각 공룡쿠션 KIT



점자촉각 시계놀이 KIT



점자촉각책 - 날씨놀이 KIT



점자촉각인형(직업군) 만들기 kit



점자촉각 교통안전 놀이kit



비대면 봉사활동-점자 옷 놀이 만들기

## 교과서 연계 보조 놀이 교구재 -20종 개발

- 시각장애아동을 위한 점자촉각교구재를 개발하다.



비대면 봉사활동-미니 점자촉각책



비대면 봉사활동-점자촉각 인형 만들기



히크만카테터 주머니 무료신청



시각장애아동은 신청하세요





딤딤포

# 암경험자 강사양성 교육과 손뜨개 패턴북 제작

- 서울대학교 어린이병원 공예프로그램 진행 + 전국의 바느질 봉사활동





# 딤딤꼬

## 암경험자 강사양성 교육과 손뜨개 패턴북 제작

• (주)윤슬케어 협력 + 암파인니팅 손뜨개모임





# 경력단절여성들의 사회복귀를 위한 강사양성과 공모전

- 시각장애아동 보호자와 화상경험자경력단절여성, 암경험자 경력단절여성



**2019 DO.MOM 손뜨개실 공모전**  
2019 DO.MOM THREAD AWARD

**접수기간**  
2019년 8월 6일 ~ 9월 15일

**1차**  
주제: 손뜨개실을 활용한 실용적이며 독창적인 디자인  
1차 지원접수: 2019년 8월 6일 ~ 9월 15일  
접수마감: 9월 15일 (일) 24시 정각  
지원방법: 이메일(damsimpo@naver.com)로 동해서안 접수 가능하며 제출양식 및 요건을 충족하여야함 (서류제출필수, 작품사진필수(창작물이어야함))  
제출양식: 출판디자인 디자인원형 소개글 및 자기소개서 양식

**2차**  
1차 합격자에게 개별  
2차 지원접수: 2019년 10월 1일 ~ 10월 15일  
지원방법: 두맘코론실로 창작품 2차 접수마감: 2019년 10월 16일  
우체국등기로 발송 또는 10월 16일 우체국직접  
최종발표(3명): 2019년 10월 23일 1  
두맘홈페이지(www.damimpo.com)

## 화상경험자 잡스터과정

## 화상환자를 위한 손근육재활교구 만들기 강사양성과정 수료식

일시 : 2022년 3월 30일

장소 : 한강성심병원 화상병원학교



사회복지법인 한림화상재단  
Hallym Burn Foundation





- 2022**
- 양주시 사회적기업 유공자 국회의원 표창장 수상
  - SVI 우수기업선정(한국사회적기업진흥원)

- 2021**
- SVI 우수기업선정(한국사회적기업진흥원)
  - CSR 필름페스티벌 보건복지부장관상(사회적가치부문)
  - 제8회 연대와 협력 우수사회적기업 어워드 - 우수사회적기업상
  - 사회적기업가 육성사업 콜라보 프로젝트 - 최우수상
  - 창업 사회적가치 우수사례 경진대회 우수상 수상
  - 사회적기업 육성 유공자(사회적기업가) 고용노동부 장관 표창
  - 육성사업 WE-STAR 발굴프로젝트 선정

- 2020**
- 한국사회적기업상(사회혁신분야)
  - 장애인먼저실천상 보건복지부장관표창
  - 사회공헌 파트너 매칭데이 - 대상수상
  - SBA 서울어워드 우수상품선정 - 두맘코튼(자체개발 손뜨개실)
  - 사회적기업가육성사업 우수창업팀 선정
  - 사회적기업인증(고용노동부 - 창의혁신형)

- 2019**
- 예비사회적기업 지정(고용노동부 - 창의혁신형)
  - 사회적경제 소셜브릿지 공모전
    - 베스트소셜파트너상 - 교육편차해소 부문
  - 주식회사 담심포 설립
  - 사회적기업가 육성사업 9기선정



“암을 만나다”

—

2022.

## \* 항암태교일기 - 208일의 기록

NAVER 블로그

### • 암수술과 항암치료를 하는 동안 몸의 변화, 항암부작용 대응법, 체중관리, 마음돌보기등을 기록.

나는 위절제수술과 항암치료를 하는 208일간의 몸의 변화와 항암부작용 대응법, 오심에 도움이 되었던 음식과 운동, 마음 돌보는 방법, 일상을 유지하는 방법, 항암치료를 받는 팁등을 기록했다. 나는 항암치료시 일상을 유지했고, 항암부작용도 심하지 않았다. 항암치료중인 것을 말하지 않으면 알지 못했다. 무엇보다 체중의 변화도 없었다.



2차 항암 진료 - am8:00 / 당당 교수님 진료  
검사 결과는 모두 정상이며 영양상태도 좋아  
2차 항암 계획대로 진행하면 된다고 함  
-약에 대한 질문을 함  
-1차와 동일한 항암주사 후 영양제 처방  
-손발 통증이 나타나기 시작 1차보다 심함  
-분비해 간 결실과 간식을 먹으며 항암제 주사와 영양제를 맞음



# 작품이 되는 이야기, 브런치스토리



## 꿈지맘

**S** 건강 분야 크리에이터 >

사회적기업가 | 태교 강사

구독자  
821

관심작가  
2



글쓰기

작가소개

글 150

작품 15

### 혈액종양내과 첫 진료

항암치료를 담당하는 곳은 혈액종양내과라고 했다. 왠지 어렵고 무서운 느낌의 이름이라고 생각했다. 혈액종양내과의 첫 진료를 하기 전에 매일 항암치료와 항암부작용에 대한 영상과 자료를 찾아보았다. 항암부작용이라고 검색을 하면 무서운 사진으로 쏟아졌다. 손발이 벗겨지고, 물집이 터지고, 입안이 열려있는 사진들이었다. 혈액종양내과에서 항암치료를 하기 전 첫 진료를 했다. 앞으로 나를 치료하고 관리해 주실 담당주치의와의 첫 만남이다. 나는 첫 진료일 며칠 전부터 이것저것 준비를 했다. 나는 항암치료를 하는 동안 (예습, 복습을 잘하는...) 착실하고 알 잘 듣는 모범환자가 되기로 다짐했다.

작은 노트를 준비했다. 항암치료 중에는 나의 주치의와 3주에 한 번씩 진료를 받게 된다. 이 노트는 주치의와 만날 때 가져갈 노트다. 이 노트에는 항암치료로 생긴 나의 몸의 변화와 부작용, 나의 주치에게 물어봐야 할 질문들도 기록했다. 나의 체중과 체온들도 매일 기록했다. 3주에 한번 만나는 주치의와의 진료시간은 1분~5분 내외였다. 나는 몇 가지 물을 정했다.

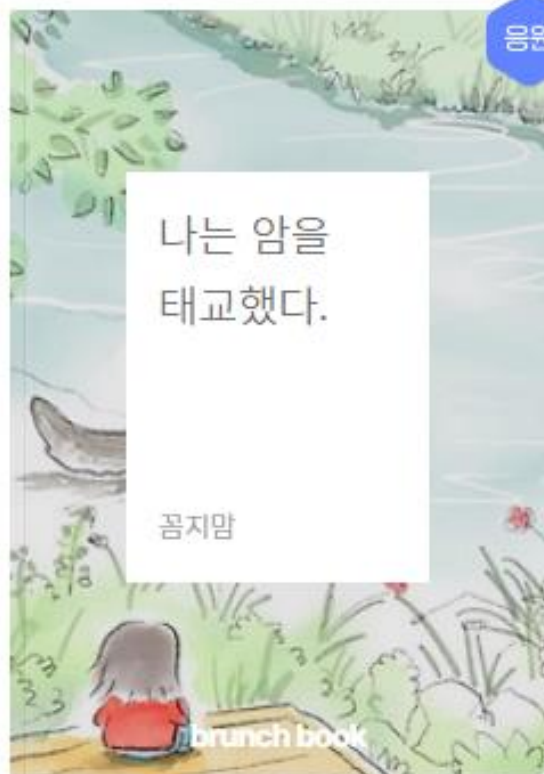


## brunch story



brunch book

나는 암을 태교했다-루틴실천



brunch book

나는 암을 태교했다.

≡ 20화 ⌚ 66분 ♡ 7



brunch book

나의 일주일 항암루틴

≡ 8화 UP 금요일

## brunch story



brunch book

나의 항암 밥상1-추천음식

≡ 10화 ⌚ 30분 ♥ 53



brunch book

나의 항암밥상 만들기

≡ 5화 [UP] 목요일



brunch book

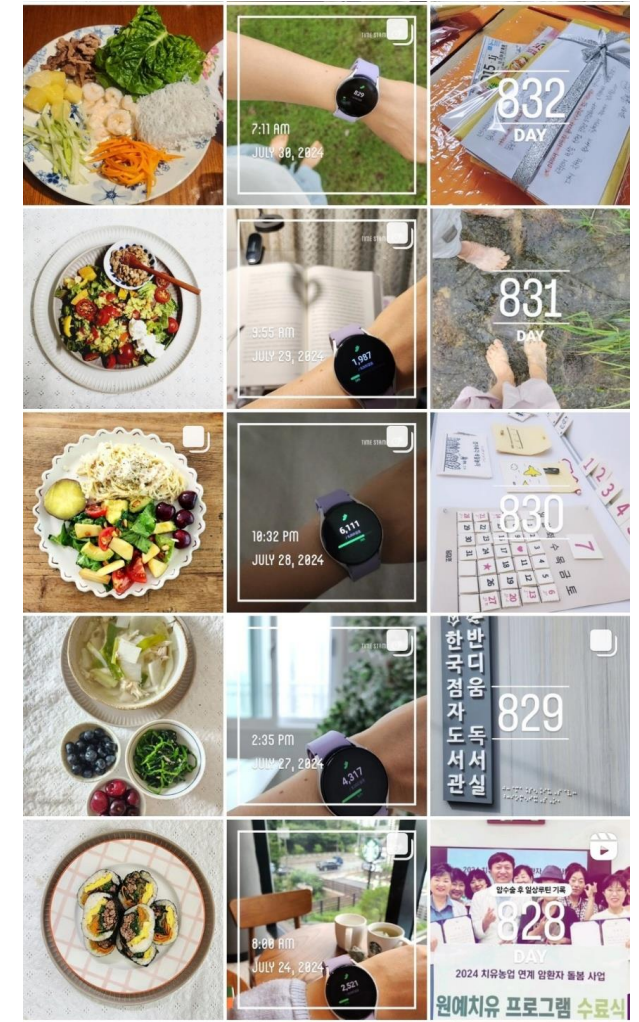
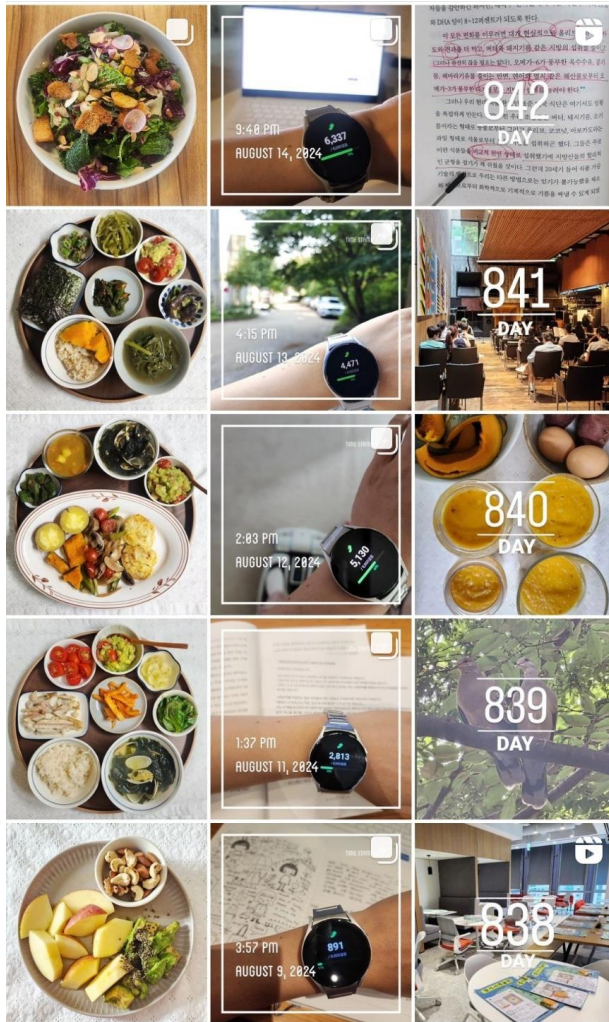
나의 항암밥상2-금지음식

≡ 10화 ⌚ 36분 ♥ 57



암경험자 (암생존자)
















# \* 하루 3장의 사진으로 루틴 기록 - 암을 만난 후 부터 지금까지





## \* 꿈지맘의 일상루틴 영상 - 몸돌봄, 마음돌봄, 습관만들기와 봉사활동등



 <p><b>루틴공책</b> 조회수 41회 · 6개월 전 2:15</p>	 <p><b>모닝루틴</b> 조회수 28회 · 7개월 전 4:45</p>	 <p><b>항암에 좋은 음식- 야채 샤부샤부 쉽고 빨리 만들기. 맛도 ...</b> 조회수 460회 · 10개월 전 4:55</p>
 <p><b>확언 노트</b> 조회수 44회 · 6개월 전 2:46</p>	 <p><b>레몬차 만들기</b> 조회수 217회 · 7개월 전 2:31</p>	 <p><b>어싱</b> 조회수 33회 · 10개월 전 8:40</p>
 <p><b>나의 암밍아웃</b> 조회수 81회 · 7개월 전 3:00</p>	 <p><b>취미와 봉사활동</b> 조회수 25회 · 7개월 전 2:44</p>	 <p><b>산책</b> 조회수 52회 · 10개월 전 5:35</p>
 <p><b>암환자에게 책읽기란</b> 조회수 32회 · 7개월 전 2:26</p>	 <p><b>드림 보드</b> 조회수 52회 · 7개월 전 2:02</p>	 <p><b>식물키우기</b> 조회수 24회 · 10개월 전 4:55</p>
 <p><b>하트 카드 만들기</b> 조회수 16회 · 7개월 전 2:29</p>	 <p><b>습관만들기</b> 조회수 27회 · 7개월 전 2:40</p>	 <p><b>레몬차 만들기</b> 조회수 21회 · 10개월 전 5:53</p>



\* 꿈지맘의 일상루틴 영상 - 몸돌봄, 마음돌봄, 습관만들기와 봉사활동등



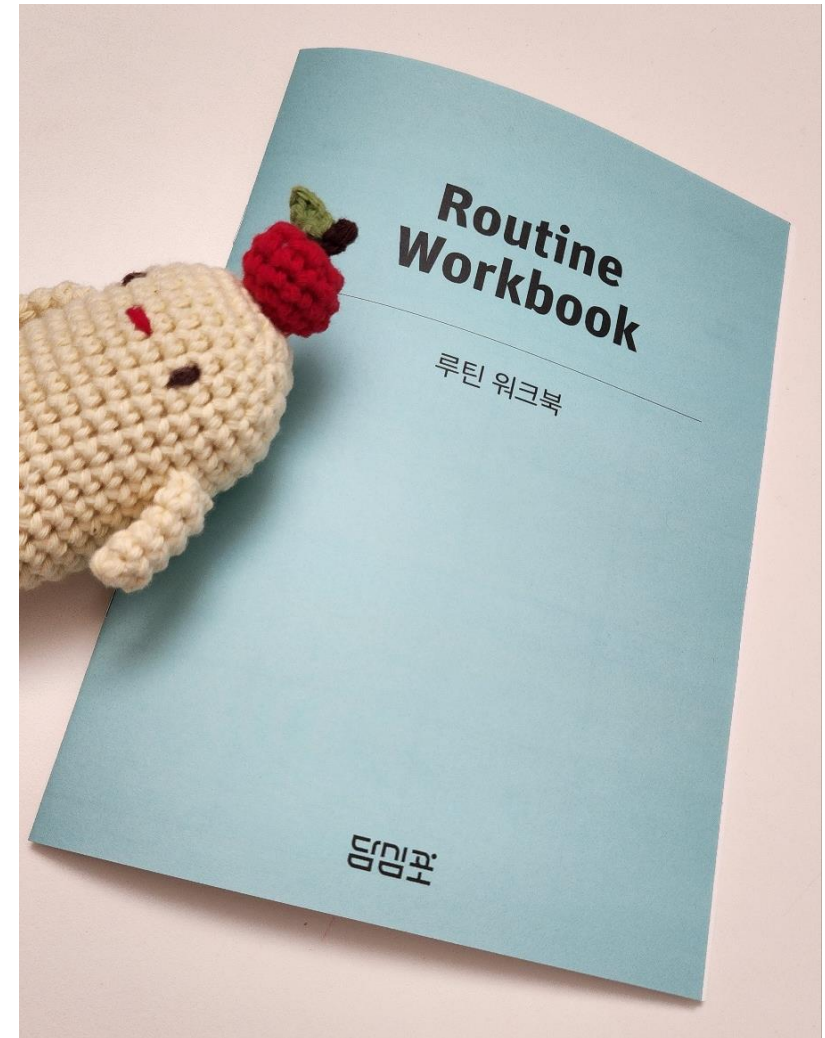


## \* 건강한 식습관을 돕는 컬러링북 - 채소와 과일 이야기





## \* 건강한 습관을 돕는 루틴 달력과 루틴 워크북 - 한달동안 습관만들기



# 암경험자의 일과 일상 복귀

# 암경험자의 일과 일상 복귀

## \*일 복귀 규칙 정하기

1. 일시간은 하루에 3~4시간
  - 아직은 암환자니까...
2. 강의를 시작하다
  - 일주일에 최대 2번만 (무리하지 않기)
3. 꼭 해야할 일 만...
4. 천천히 꾸준히 하기 (욕심내지 않기)

## \* 가장 중요한 루틴이 1순위

- 건강한 생활습관과 식습관관리
- 루틴기록하기





# 딴딴

## \*정관수정



- 시각장애아동의 점자학습과사회성 향상을 돕는 점자촉각교구재 개발과 보급



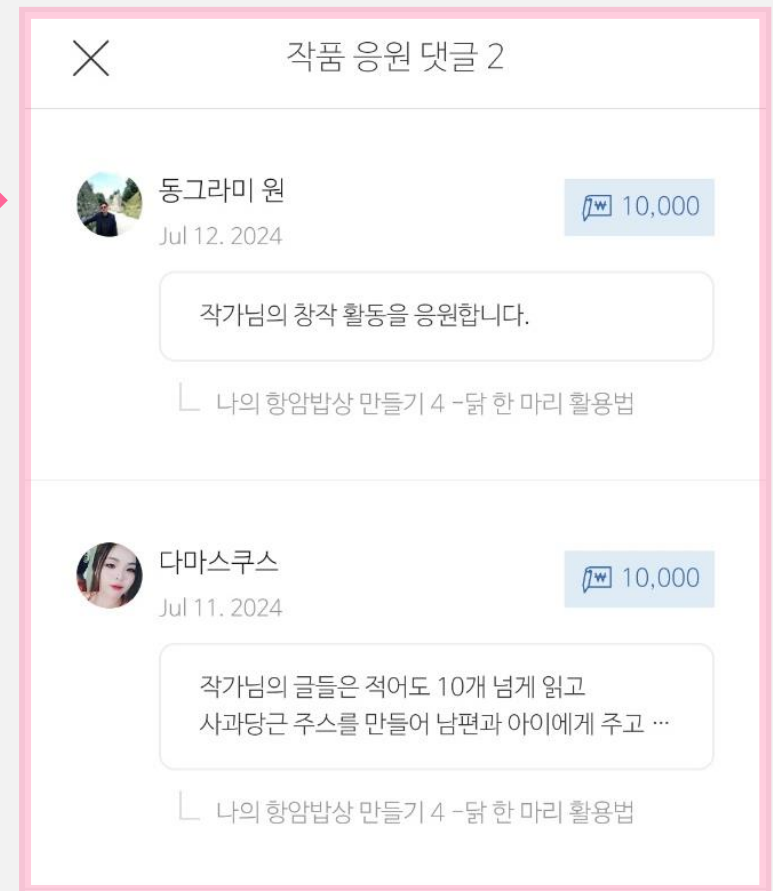
- 암환자와 암경험자(암생존자)의 질 좋은 삶을 돕는 콘텐츠 개발과 보급

# \*암을 만난 뒤의 새로운 취미가 일어 될수 있을까?

- 상품개발- 루틴달력, 루틴노트, 감사노트 개발
- 브런치 작가활동-건강크리에이터 선정 →
- 출판사의 출간 제안 - 책출간과 인쇄 및 강연
- 영상제작 - 유튜브활동 - 수익화 조건 만들기

## \*봉사 활동

- 시각장애아동과 소아암을 위한 활동
- 대학생 봉사동아리 (멘토활동)
- 전국의 바느질봉사자들과 점자그림동화책 만들기



# Q & A







# 감사합니다



담심포

[www.damsimpo.com](http://www.damsimpo.com)