


담당자

김혜노 Hyeno Kim, CADC

Director of Lake County Office

Certified Alcohol and Other Drug Abuse
Counselor

Certified Mental Health First Aid Instructor
(National Council for Behavioral Health)

 847.393.7488 Ext. 302 / 224.551.1242

 hkim@hanulusa.org



PLACE
STAMP
HERE

Hanul Family Alliance Lake office
2900 N. Main St, 1F
Buffalo Grove, IL 60089
Tel. (847) 393-7488

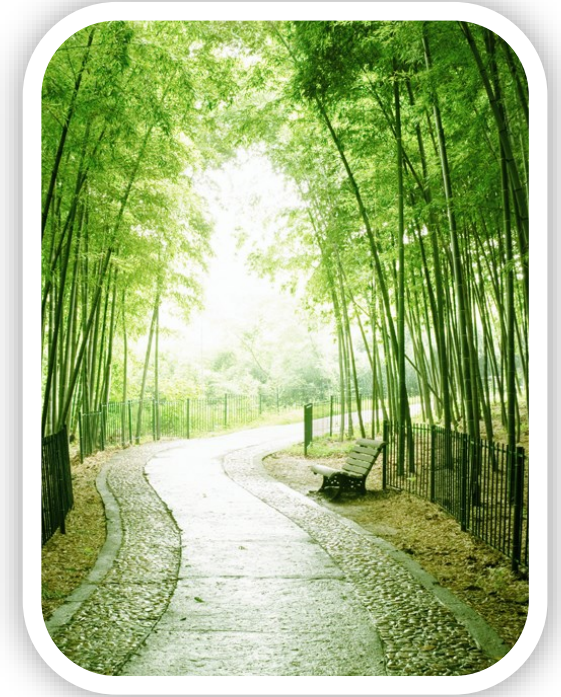
 **WEBSITE**
hanulusa.org

 **FACEBOOK**
[/hanulchicago](https://www.facebook.com/hanulchicago)

 **TWITTER**
[@hanulusa](https://twitter.com/hanulusa)

 **INSTAGRAM**
[@hanulfamilyalliance](https://www.instagram.com/hanulfamilyalliance)

한울 정신 건강 프로그램



HANUL MENTAL HEALTH PROGRAM



한울 종합 복지관
Hanul Family Alliance

CHICAGO 시카고
5008 N. Kedzie Ave
Chicago, IL 60625
T: 773-478-8851
F: 773-478-8552

SUBURBAN 북부
1166 S. Elmhurst Rd
Mt. Prospect, IL 60056
T: 847-439-5195
F: 847-439-5197

LAKE 레이크
2900 N. Main St, 1st FL
Buffalo Grove, IL 60089
T: 847-393-7488
F: 847-393-7517

한울 정신 건강 프로그램

비전과 신념

정신 질환으로 인해 개인 및 가족의 삶이 좌절되지 않도록 예방 및 조기 개입을 통하여 용기와 희망을 잃지 않도록 한다. 지지모임과 교육을 통하여 정신 질환자와 가족의 삶의 질 향상을 돕는다.

한울 정신 건강 프로그램은 정신 질환으로 인한 자살을 예방하고, 이와 관련된 지속적인 지원과 정보를 제공한다. 언어 또는 문화의 장벽으로 인해 치료가 늦어지거나 중단되는 일이 없도록 돕는다.

목 표

- 치료, 회복, 재활의 중요성에 대한 지속적인 교육과 자료 제공
- 정신 질환에 대한 올바른 이해 돕기
- 지역 전문가, 치료 센터 및 기관 연결하기
- 치료와 회복을 위해 지속적인 용기 주기 및 지원하기
- 회복 후 건강한 자기 돌봄을 위한 지속적인 지원 모임 및 프로그램
- 정실 질환자를 돌보는 가족을 위한 지속적인 지원 모임 및 프로그램
- 정신 건강 자원봉사자를 위한 리더십 프로그램

정신 건강 교육 Mental Health Education

정신 건강 응급처치 (Mental Health First Aid)

MHFA 교육은 누구나 배우서 위기상황에 처한 가족, 이웃, 동료가 전문가의 도움을 받을 때까지 도울 수 있습니다. 8시간 교육 후 National Council for Behavioral Health 에서 승인한 교육 수료 인정서 (Certification)를 받을 수 있습니다.

가족과 함께 (Family All Together)

한울 가족과 함께 프로그램은 정신 건강 상태로 어려움을 겪는 가족 및 개인을 위한 교육 (12주 과정)과 모임을 지원하는 프로그램입니다. 정신질환에 대한 바른 이해와 지식습득, 이해와 소통으로 관계를 개선하여 자신과 가족에 대한 존중과 소중함을 함께 나누고자 합니다. 가족의 정서, 경험을 공유함으로써 가족과 자신을 돌보고 더 나은 방향으로 나아가도록 도움을 드립니다.

예방과 조기 개입 (Prevention & Early Intervention)

- 약물 사용 장애에 관한 이해
- 치료와 회복
- 재발이란
- 정신 건강 위기 이해 및 대비
- 위기 상황에서 해야 할 일
- 위기 발생 후 대처 방법
- 위기 계획 세우기

서포트 그룹 Support Groups

12 단계 회복 서포트 그룹

알코올, 약물, 도박으로 인해 혼란스럽거나 어려움을 겪고 있지만 회복을 원하는 분들을 위한 모임입니다. 회복 프로그램인 12단계 교육을 제공하며 정기적인 모임을 통해 경험과 정보를 공유합니다.

가족과 함께 서포트 그룹

정신건강으로 어려움을 겪고 있는 개인을 돌보거나 도움을 주고 있는 Caregiver 모임

우리는...

- 가족으로서의 부담을 알고 이해합니다.
- 정기적인 모임을 통해 정보와 경험을 나눕니다.
- 나와 가족을 잘 돌보고 함께 잘 지내도록 지지합니다.

자기 돌봄 그룹

여러분은 자신을 잘 돌보고 있나요? 함께 이야기 나누고 배우는 '마음건강' 모임에 여러분을 초대합니다!

'자기돌봄' 나조차 무관심했던 나의 속 마음을 들여주고 '나' 를 이해하는 시간입니다. 마음 돌봄을 통해 건강하고 '나' 다운 삶을 전문가와 함께 소그룹으로 이야기 나누고 배우는 시간입니다.

- 자기 이해와 공감 ● 감정과 욕구 읽기
- 나를 아는 것이 중요한 이유 ● 가치를 따르는 삶