

# “정신적 건강 뒷받침 되어 행복한 삶 영위할 수 있어”

## ‘성공회 가든그로브교회’ 토마스 리 신부

“지금 가든그로브 한인 사회는 고령 인구 증가와 더불어 1인가구, 저소득 가구가 증가하는 등, 소외된 한인 인구가 늘고 있습니다. 이런 소외계층이 안고 있는 문제 가운데 하나는 소외에 따른 고독감입니다. 이들의 고독감으로 인한 상실감은 지역 도시나 한인단체들이 해결하기에는 어려움이 있습니다. 그렇다고 마냥 방치해 둘 수만은 없습니다. 외면하면 더욱 안 됩니다. 그들의 정신적 가난을 털어주기 위해 교회가 적극적인 역할을 수행해야 합니다.”

지난 20일 본보를 방문한 성공회 가든그로브교회의 토마스 리 신부는 이렇게 말했다.

토마스 신부는 “육체적 건강뿐만 아니라 정서적, 정신적, 영적인 건강이 뒷받침 되어 활기찬 삶, 사랑하는 삶, 행복한 삶을 영위할 수 있다.” 면서 “이런 이유 때문에 지역사회 어른신들을 위해 이번에 ‘성공회 가든그로브교회 부설 은빛대학’을 열게 됐다.”고 전했다. 그는 “‘은빛대학’을 통해 노년기의 고독감을 극복하고 더불어 사는, 더 나은 삶을 누릴 수 있을 것”이라고 설명했다.

### ■ 노년기 삶에 활력 더해 줄 ‘은빛대학’

4월 26일 시작하는 ‘은빛대학’ 봄학기는 6월 28일까지 10주 동안 운영된다. 개설 강좌와 교육 내용, 운영 시간은 다음과 같다. 모든 강좌는 화요일에 열린다.



▲ 성공회 가든그로브교회

- 라인댄스 - 체력을 향상시키고 근력을 높여 주는 건강한 댄스, 오전 10시 ~ 11시
- 영어 - 간단한 생활 기초영어, 오전 10시 10분 ~ 오후 2시
- 노래교실 - 스트레스를 풀고 정서적 안정과 건강 증진을 위한 노래 배우기, 오전 11시 10분 ~ 오후 12시 10분
- 기타 - 기초부터 중급까지, 오전 10시 10분 ~ 오후 2시
- 컴퓨터/스마트폰 - 컴맹 탈출, 스마트폰 활용법 교육, 수강생 원하는 시간(컴퓨터 지참)
- 신앙강좌 - 토마스 리 신부의 신앙 강좌 및 신앙 상담, 매 강좌 수강 전 약 10분, 노인 정신 건강 위해 개설, 종파를 초월한 신앙 강좌

강좌 수강료는 80달러이며, 모든 수강생에게는 점심이 제공된다. 학기 마지막 날인 6월 28일에는 일일 관광 프로그램도 준비했다.

‘은빛대학’ 강좌는 교인이나 교파와 상관없이 수강할 수 있다.

성공회 가든그로브교회에는 ‘은빛대학’ 강좌 이외에도 현재 다음과 같은 다양한 강좌를 운영하고 있다.

- 노래부르기 - 매주 금요일 오전 11시 ~ 12시
- 라인댄스 - 매주 수요일 ~ 금요일 오전 10시 30분 ~ 11시 30분
- 컴퓨터 - 매일 오전 9시 ~ 오후 2시
- 서예 - 매주 화요일, 목요일 오전 10시 ~ 12시

### ■ 매주 토요일 열리는 푸드뱅크

성공회 가든그로브교회에서는 매주 토요일 오전 10시 30분 ~ 11시 30분 ‘푸드뱅크’도 열고 있다.

토마스 신부에 따르면 성공회 가든그로브교회의 푸드뱅크는 코로나 이전에는 월 1회 열었지만 현재 주 1



▲ 성공회 가든그로브교회 토마스 리 신부

회로 횟수를 늘렸다. 매주 80 ~ 90명이 푸드뱅크에서 음식을 수령해 가고 있다.

토마스 신부는 “지역사회와 교회 공동체가 서로 협력하고 보완적인 관계를 이룰 때 건강한 교회, 건강한 지역사회를 만들 수 있다.” 면서 “성공회 가든그로브교회는 교회가 지역사회에서 감당해야 할 역할을 찾아 충실하게 수행함으로써 지역사회에 선한 영향력을 행사 할 것”이라고 말했다.

그는 “성공회 가든그로브교회를 찾는 모든 사람들에게는 따뜻한 차를 대접하고 있다.” 면서 “따뜻한 차 한잔이 생각 날 때나 편안한 휴식이 필요할 때는 언제든지 우리 교회를 찾아 평안을 누리기를 바란다.”고 전했다.

성공회 가든그로브교회의 한국어 예배 시간은 오전 11시 30분 ~ 오후 1시이다.

- ▶ 문의: (562) 382-4395  
(714) 376-8457, (714) 337-8003
- ▶ 주소: 13091 Galway St.  
Garden Grove, CA 92844



# Thank You Dental!

Implant Orthodontic General Dentistry



### Special 1

**Free Consultation**

Digital panoramic X-ray

### Special 2

**Implant \$2,000 \$1,200**

환자 맞춤 이식 및 관리  
뼈이식시 자가혈 치료 무료  
(Reg. \$500)

## 뼈가 부족하거나 잇몸이 약해서 임플란트를 주저하고 계십니까?

Thank You Dental에서는 다 해결해 드릴 수 있습니다.

**CBCCT 구비, 자가혈 CGF 치료, 최상의 장비 구비 및 철저한 소독**

풍부한 임상 경력, 임플란트 전문, 일반치과, 교정치과, 전문 치위생사와 함께 일하는 원스탑 종합 치과

**OC (714) 772-5656**

1721 W. Katella Ave #A, Anaheim, CA 92804

한인 담당 매니저 Annie

임플란트, 구강외과 교정 전문의 일반 치과 치위생사

Dr. Michael Ahn  
Dr. Dan Nguyen  
Dr. Young Kim, Dr. Hoang Viet  
Kelly Nguyen, Mindy Pham

각종 보험 (PPO) 메디칼 환영