Koram Senior Housing
코람 씨니어 하우징

4444 N. Harding Ave. Chicago IL 60625

코람뉴스 (2020 년 3 월)

3 월의 프로그램 안내

♣ '보니' 치매 예방교육이 **매주 목요일 아침 10 시에서 11 시까지 있어요.** 신청을 하신 분들은 1 층으로 내려오세요.

♣ 2020 년은 대통령 선거가 있는 해이지요. 3 월에는 예비선거를 할 예정이구요. 그런데 선거를 하기 위해서는 후보자들에 대해서 알고 있어야겠지요... **후보자들에 대한 교육이 5 일 목요일 2 시 30 분에 1 층에서 있답니다.** 미국 시민권자로써의 의무와 권리를 행사하도록 해요...

♣ 코람에서는 우편으로 선거를 하지만, 투표장에 나가서 투표할 것을 대비하여 **투표장의 기계에 대한 실습이 있어요.** 선거관리위원회의 직원이 코람에 와서 실시합니다. **11 일 수요일 2 시 30 분에 1 층에서 실시합니다.**

♣ **12 일 목요일 2 시 30 분에는 우편투표를 합니다.** 2 시 30 분에 내려오시면 하나센터의 직원과 함께 투표합니다.

♣ **행복시리즈 14 탄은 19 일 2 시 30 분에 있어요**. 1 층으로 오시면 맛있는 간식과 함께 유익한 이야기가 있어요. 하나센터의 주광민님이 인도합니다.

♣ 3 월의 게임데이는 **20 일입니다. 2 시에 210 호에서 만나요!!**

♣ 'Five Wishes' (5 개의 희망사항) 이라는 세미나가 25 일 수요일 2 시 30 분 1 층에서 있어요... 이것은 어떤 내용일까요??? 궁금하신 분들은 모두 1 층에 모여주세요. 당연 간식도 있어요...

3 월의 생신을 축하드립니다!!!

김헬렌님 (12 일, 108 호), 김무경님 (4 일, 307 호), 램프용희님 (12 일, 103 호), 이진옥님 (30 일, 501 호), 송행임님 (15 일, 502 호), 송기분님 (1 일, 206 호), 이남순님 (7 일, 509 호),

코람의 새가족

207 호에는 '후아니타 말라브' 라는 분이 새로 이사왔어요. 그런데 우연히도 503 호의 박린다님과는 예전 일터의 동료였다고 합니다.

이런 인연도 있네요... 우리 모두 환영하도록 해요...

한국뿐아니라 전세계가 코로나 바이러스로 움츠러들고 있어요. 바이러스 치료에는 약이 없다고 하지요. 잘자고, 잘먹고 하여 우리 몸의 면역력을 높여야할 때입니다.
요즘 한국을 방문한 분, 해외여행을 한 분은 14 일간은 외출을 금하기를 권합니다. 또한 서비스코디네이터에게 방문해 주세요.
의사가 권하는 코로나 바이러스를 피하기 위한 몇가지 주의를 요하는 것으로는;
첫째, 많은 사람이 모인 곳은 피하고,
둘째, 따뜻한 물을 자주 마시며,
셋째, 호흡기 질환이므로 손을 자주 씻고, 특히 당뇨병이나 심장 질환을 가지고 있는 분들은 각별히 조심하기를 권합니다.

알림

✂ 3 월은 예비선거하는 날도 있지만, 10 년에 한번씩 하는 인구통계조사도 하는 달입니다. 12 일부터 인구통계청에서 편지를 발송한다고 합니다. 편지를 받으면 인터넷으로 답변을 해야 하니, 서비스코디네이터 사무실로 오세요. 이것은 영주권자 시민권자, 미국에 거주하는 사람들은 모두 답변해야 의무 사항입니다. 답변을 하지 않을 경우는 3 번까지 경고 편지를 받게되며, 최후에는 인구통계청 직원이 직접 방문하게 됩니다.

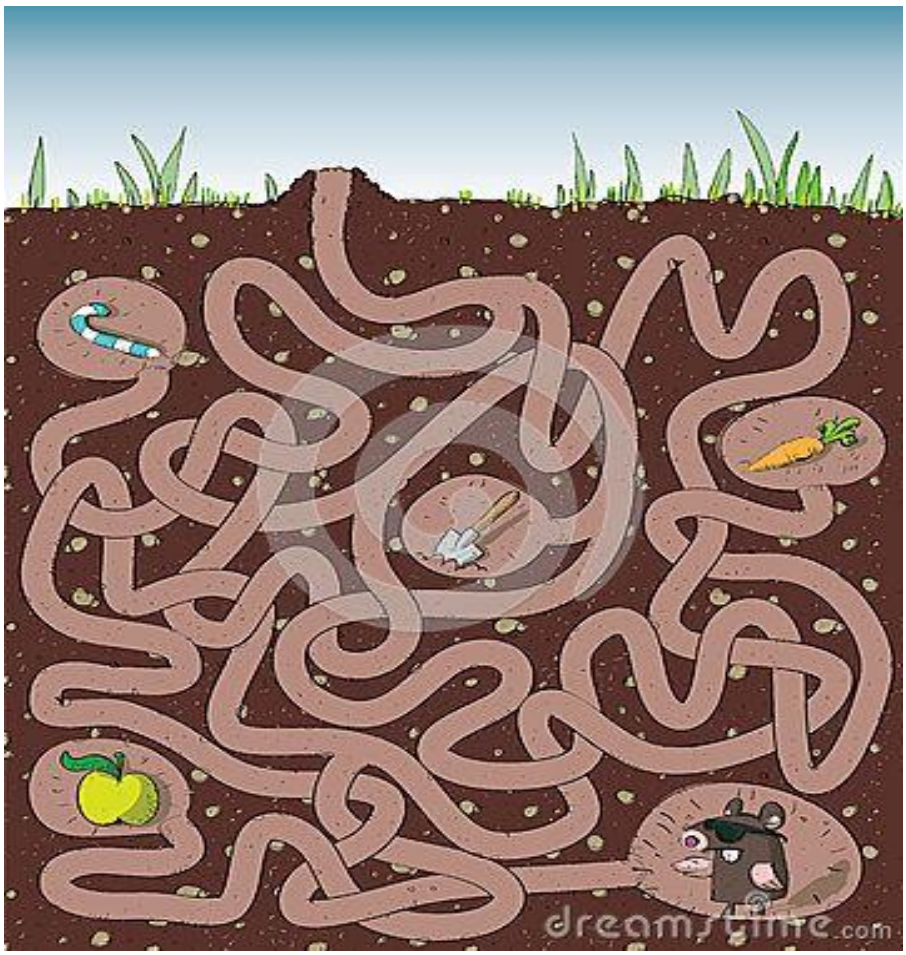
✂ 8 일부터는 썸머타임이 시작되는 날이예요. 주일날 예배에 시간 맞추어 가기 위해 토요일 주무시기전에 시계를 한시간 뒤로 해 놓으세요. 8 시라면 9 시로 돌려놓고 주무세요.

❁❁❁❁❁❁ 3 월에 함께하고 싶은 글

나이들수록 가까이 해야 할 것은 바로 '소'로 시작하는 단어들이다.

1. **소식** : 식사를 하나의 수행이라고 보고, 식탐에 빠지지 않도록 항상 조심해야 한다. 소식은 건강한 생활을 위한 첫 단추이기도 하다.
2. **소박 :** 소박의 뜻은 거짓이나 꾸밈이 없이 수수하다는 의미다. 소박한 일상에서 행복을 채워가는 삶을 실천해야 한다.
3. **소통 :** 다양한 소통의 매체들이 이용되고 있다. 이러한 문명의 이기들을 잘 활영하여 서로의 고민과 애환을 들어주며 아름다운 인생을 엮어나가야 한다.
4. **소탈 :** 값비싸고 편한 것만이 전부가 아니고 평범함 속에서 행복이 주어짐을 깨달아야 한다.
5. **소신 :** 어떠한 경우에도 올바른 삶을 살아가겠다는 소신은 우리 모두에게 하나의 나침반 역할을 할 것이다. 불굴의 의지는 바로 '올바른 소신'에서 출발한다.
6. **소중함 :** 나이를 먹을수록 소중함의 가치를 깨우쳐야 한다. 나라의 소중함, 자신이 속한 사회, 공동체의 소중함, 무엇보다도 가정의 소중한 등 여러 소중함에 대해 의미를 부여하고 가치를 알아가는 것이 좋다.

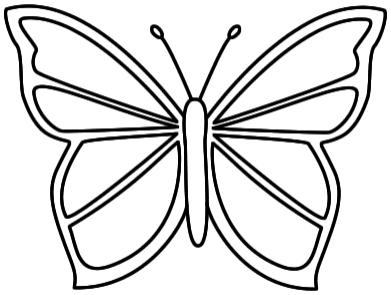
(김세유 "나를 위한 오늘의 문장"에서)



겨울잠에서 깨어나는 두더지에게 먹을 것을 찾아가는 길을 찾아줄까요!!!

3	4	9	6					8
	5		3	4		9	6	
8		6	1	5	9	7	4	3
6				9		4	3	7
5	9	3		6	4	8		
	7	2	8	3	1	6		9
7		1	5	8		2	9	4
2	3	4	9	7		1	8	
	8		4		2		7	

가로 세로 3 칸씩이면 모두 9 개의 칸이 나오지요. 그 9 개의 칸에 1 부터 9 까지 겹치지 않게 숫자를 넣으면 됩니다.



봄 **-홉킨스(**Gerard Hopkins(1844-1889) 영국의 성직자이며 시인)

봄만큼 아름다운 것은 없다
이름 없는 풀은 동그라미를 그리며 파릇파릇 아름답게 자라고
티티새의 알은 낮은 하늘 날아, 티티새 자신은
메아리치는 숲을 노래로 울리며 귓전은 때려
그 소리를 들으며 벼락을 맞은 듯하고
윤기도는 배나무 잎사귀와 꽃잎은
하늘을 닦아 내어 푸르름이 다가오는 풍요로움
뛰노는 어린 양들은 깡충 거리나니
이 생기 넘치는 활력과 기쁨은 무엇이던가
에덴 동산에서 비롯된 대지의 감미로운 흐름이니
그것을 차지하여라, 소유하거라, 그것이 죄 때문에
싫어지고 흐려지고 더러워지기 전에, 주 그리스도여
소년 소녀가 지닌 바 티 없는 마음과 5 월의 날을
동정녀의 아들이여
당신이 선택하시고
그 무엇보다도 값어치 있는 것을 가지게 하라