

찾아가는 웰우송

다잉 인생노트 특강 신청기관 모집

□ 사업 개요

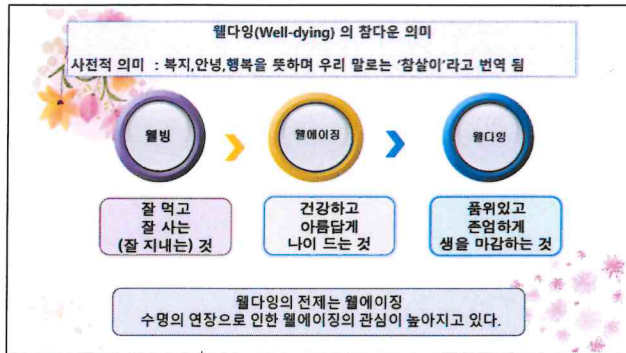
- 사업명 : 찾아가는 웰다잉 “행복한 인생노트” 특강
- 참여대상 : 기관 참여자
- 수행기관 : 4H미래교육더채움
- 교육내용

구 분	웰다잉 특강 총 2회
특 강 주 제	웰다잉의 의미와 행복한 나의 삶, 나의 이야기
	건강하고 행복한 웰라이프 생활

□ 모집 안내

- 모집기간 : 참여 인원 10인 이상 신청기관 진행
- 참가비용 : 무료
- 교육 일정
기관 일정에 맞는 조정
- 신청방법 : 각 신청기관 **선착순** 마감
 - 상담 (☎031-282-3323)
- 교육 활동
 - 죽음을 앞두고서 현재 삶의 행복과 감사함을 생각하는 시간
 - 웰다잉은 죽음을 준비하는 교육이 아닌 하루 하루의 연결이 마지막 순간에 웰다잉이 됨을 인지
 - 웰다잉을 위한 마음 건강, 신체 건강, 정신 건강 루틴 만들기

활동-예시



메멘토모리(Memento mori)

⇒ 자신의 죽음을 기억하라' 또는 '너는 반드시 죽는다는 것을 기억하라'
죽은 '내가 죽을 것을 기억하라' 뜻의 라틴어

고대 로마에서는 원정에서 승리를 거두고 개선하는 장군이 시가 행진을 할 때 노예를 시켜 행렬 뒤에서 큰소리로 외치게 했다고 한다. "메멘토 모리!" [Memento Mori] 라틴어로 '죽음을 기억하라'라는 뜻인데, '전쟁에서 승리했다고 너무 우쭐대지 말라. 오늘은 개선 장군이이지만, 너도 언젠가는 죽는다. 그러니 겸손하게 행동하라.' 이런 의미에서 생겨난 풍습이라고 한다.

웰다잉(Well-dying)의 참다운 의미

번역 됨

인생은 잘 놀다 가는 것

장자 → 노자와 함께 도가를 형성한 동양 철학자

행복한 마무리

웰라이프를 위한 나만의 웰다잉

행복규칙 5 L

1. Life _ 인생, 삶
2. Love _ 사랑
3. Laughter _ 웃음
4. Labor _ 노동
5. Listening _ 경청

맥그레이박사님의 행복규칙

Dr. Gladys McGarey
11/30/1920 - 9/28/2024

시바타 도요(1911~2013)

- 92세 이불린유로 시 읍
- 98세 첫 시집
- 100세 둘째 시집

약해지지 마

정함메스트셀러 1위! 70만 부 돌파!

나의 마지막 파티

