



생명사랑밤길걷기 8th

검색창에 **생명사랑밤길걷기**

www.walkingovernight.com

생명사랑 봉사활동 수행시 <자원봉사 시간 인정>

생명사랑밤길걷기는 함께 밤길을 걸으며 희망을 나누는 전국민 생명사랑 축제입니다. 36분마다 한명씩 자살하는 현실을 자각하고 소중한 이들의 자살을 막으며 생명사랑을 널리 전파하기 위해 걷는 특별한 대회입니다. 캄캄한 어둠을 헤치고 밤길을 걷는 특별한 여정을 통해 몸과 마음의 건강을 회복하고, 함께 희망과 용기를 나누고자 합니다.

10Km

서울
9월 18일(금)

대전
9월 12일(토)

대구
9월 12일(토)

부산
9월 18일(금)

광주
9월 12일(토)

수원
9월 12일(토)

인천
9월 18일(금)

2015 생명사랑 밤길걷기

대구 10km

2015. 9. 12. (토) 18:30

(식전행사는 16:00부터)

대구스타디움 동편광장

2015 생명사랑밤길걷기(대구)는 중동호흡기증후군(MERS) 및 참가자들의 안전성 확보를 위해 단거리코스(10km)만 진행됩니다. 참가자들의 많은 양해를 부탁드립니다.



디자인: 채동기(주) : 한복현 (송의면에 시라다(자연과 교차))



주최 UFLINE 대구생명의전화 매일신문사

주관 UFLINE 대구생명의전화 자살예방센터

“참가신청 후, 대회 이전에 지정된 봉사활동을 수행하시면”

최대 8시간의 자원봉사 시간을 받을 수 있습니다!

온라인 봉사활동 6시간 + 현장봉사활동 2시간

2015 생명사랑밤길걷기

절망이라는 어두운 터널에 놓여졌을때, 상실감과 좌절감은 견딜 수 없는 고통으로 다가옵니다. 우리는 그 터널 밖에서 어서 나오라는 외침이 아닌 기꺼이 곁에 다가가 빛을 찾아 나갈 수 있도록 함께 걷고자 합니다.

생명사랑밤길걷기는

생명존중 문화조성을 위해 걷습니다.

자살문제의 심각성을 알리기 위해 걷습니다.

힘든 오늘을 살아가는 사람들을 위해 걷습니다.

가족과 지인의 자살로 극심한 고통 속에 빠져있는

이들을 위로하기 위해 걷습니다.

우리가 당신의 곁에서 함께 걸겠습니다.

※ 참가신청 후, 사전 온라인 자살예방캠페인을 수행하시면 최대 8시간의 자원봉사 시간을 받을 수 있습니다. 자세한 사항은 홈페이지를 방문해 주세요.

www.walkingovernight.com

미션1. 우리 동네 생명존중 캠페인

지하철역, 학교 앞, 우리 동네 변화가 등에서 생명사랑 피켓캠페인을 실시하고, 홈페이지에 인증사진을 업로드 합니다.

미션2. 생명사랑 서약받기

생명사랑홈페이지에서 서약서를 다운로드 주변인 10명에게 생명사랑 서약을 받고, 홈페이지에 인증사진을 업로드 합니다.

미션3. 우리 동네 도움기관 찾기

참가자가 거주하고 있는 동네(구/군)의 도움기관을 찾아 명칭과 연락처를 조사하고, 생명사랑홈페이지에 자료를 업로드합니다.

미션4. 2015생명사랑밤길걷기 현장참여

2015생명사랑밤길걷기에 참여해 행사장에 마련된 촬영구간에서 인증샷을 찍고, 생명사랑밤길걷기 홈페이지에 사진을 업로드 합니다.

참가후원금 안 내

	만 19세 미만	만 19세 이상
10km	10,000원	15,000원

여러분의 소중한 후원금은 2015 생명사랑밤길걷기 캠페인과 대구생명의전화 자살예방센터에서 실시하는 자살예방활동 기금으로 귀하게 사용되어질 예정입니다. 원하시는 분께는 후원금 영수증을 발급해드리며, 연말정산시 법인세법 제24조, 소득세법 제34조에 의거 세금감면 혜택을 받습니다.

조금만 관심을 기울이면 자살징후를 미리 알아내고, 소중한 이의 생명을 살릴 수 있습니다.

[언어적 의사 표현]

- 일기, 그림 등에서 죽음을 암시한다. “죽고싶다”, “더 이상 지탱할 수 없어”, “사는 게 의미 없어”
- 죽은 가족에 대한 죄의식이나 재결합의 소망을 표현한다.
- 자살을 한 후 발견되었을 때의 자신의 모습을 상상한다.
- 죽음에 관해 관심을 표명하거나 농담으로라도 자살에 관한 얘기, 계획을 세운다.
- “나는 아무짝에도 쓸모 없어” 등의 표현을 한다.

[상징적 의사 표현]

- 자살을 모험적이고 로맨틱하게 생각한다.
- 칭찬이나 포상을 거부하는 행동을 보인다.
- 외모에 대한 정상적인 관심이 부족하거나 식사와 수면상태가 평소와 다르다.

[행동적 의사 표현]

- 몰래 약을 사 모으거나 위험한 물건을 감춘 것이 발견된다
- 죽음과 관련된 행동(자해, 자살기도)을 하겠다고 위협하거나 자살사이트나 엽기사이트에 심취한다.
- 혼자 따로 외롭게 행동하며 자신의 좌절, 실재, 불행에 대한 대화를 기피하고 절망감을 표출하고 열등의식에 사로잡힌다.
- 평소와 다르거나 이해할 수 없을 정도로 심한 폭력성과 반항을 보인다.
- 오랫동안 침울했던 학생이 뚜렷한 이유 없이 갑작스럽게 평화롭게 보이며 즐거워지는 태도변화를 보인다.

주변에서 자살을 이야기할 때 대처방법

[해야 할 일]

- 혼자 힘으로 해결하기 보다 주변의 도움을 받습니다.
- 당황하지 말고 침착해야 합니다
- 자신의 감정, 상황을 이야기 하도록 편안하게 격려합니다.
- 자살계획을 구체적으로 갖고 있는지 확인합니다.
- 도움을 줄 수 있는 자살예방센터, 상담소 등에 연락합니다.
- 가족이 최종적인 마무리를 할 수 있도록 하고, 지속적인 관심을 줍니다.

[피해야 할 일]

- 홀로 두거나 도움을 받을 수 없는 먼 곳에 보내지 말아야 합니다.
- 당사자의 고민이나 위험한 생각을 간과 하거나 소극적 대처를 해서는 안됩니다.
- 인내심을 잃지 말아야 합니다.
- 비밀보장 약속대신 도움을 약속하세요.
- 자살이 옳고 그른지에 대한 논쟁은 도움이 되지 않습니다.