뉴시티교회 6주 동행 1기

소진에서 소명으로

몸과 마음의 건강을 다시 세우는 6주

눈이 흐리지 않고 기력이 쇠하지 않았더라 (신명기 34:7)
소명의 길을 완주하도록 하나님이 주신 규례가 있습니다.

지금 한국인의 몸과 마음

34%
최근 1년 안에 번아웃을 겪은 청년(19~34세)

124만 명
한 해 수면장애 진료, 5년 새 24% 증가

111만 명
한 해 우울증 진료, 20~30대가 가장 많다

60%
건강검진에서 질환 의심 또는 유질환 판정

114만 명
치매(100만)와 파킨슨병(14만) 환자

출처: 국무조정실(2022), 건강보험공단(2023, 2024), 보건복지부(2026 추정), 질병관리청(2024)

6주 동행
12월 5일 ~ 1월 15일

출발점 첫날 **11.28 토**
출발점 둘째 날 **12.5 토**
수면 · 호흡 · 자세 · 식사 · 금식 · 운동
골인점 **1.16 토**

세 날 모두 오전 10시 ~ 오후 4시

성 경	신 학	과 학	경 험	공 동 체
신구약에 나타난 몸 관리	그리스도 중심의 몸 이해	증거 기반 몸 관리 루틴	이론이 아닌 체험한 내용	함께 하면 가능합니다



인도

오종향 목사

서초동 뉴시티교회 담임목사, 미국 웨스트민스터신학교 목회학박사 과정
팀 켈러의 『센터처치』, 『운동에 관한 작은 신학』 역자, 『몸의 복음』(가제) 근간 예정

제공 강의와 워크샵 이틀, 후속 학습 영상 6주, 자가실천 매뉴얼

대상
조장, 제직, 성도 누구나

정원
12명
3~4인 조

참가비
9만 원
완주하면 3만 원 환급

신청
11월 16일까지
구글폼 신청서