

더불어 사는 세상을 위한

좋은데이의 행복사업

좋은데이의 좋은일



좋은데이청소년봉사단과 함께하는 행복을 그리고 나눔을 실천하는 벽화봉사활동

10월 27일 행복을 그리고 나눔을 실천하는 벽화봉사활동에 무학임직원 10여명과 좋은데이청소년봉사단 90여명이 참여해 범일동 좌천로 일대 총 100m에 달하는 담장에 벽화를 그리는 봉사활동을 펼쳤습니다. 처음에 칙칙하고 어둡던 분위기의 벽이 봉사단의 손을 거쳐 밝은 분위기로 다시 태어났습니다.



이주민과 함께하는 문화 다양성 축제 2018MAMF 후원

좋은데이는 지역 내 최대 이주민축제인 2018 MAMF의 성공적인 개최를 위하여 후원금을 전달하였으며 이주민가요제에 참석해 우수상을 시상하였습니다.



2018 양산삼량문화축제 후원

좋은데이는 경남 양산시 최대행사인 양산삼량문화축제에 메인스폰서로 참여하여 보조라벨을 통한 축제 홍보, 후원금품 등을 전달하였습니다.



경남 외식인 화합한마당 행사 후원

좋은데이는 의령국민체육센터에서 개최된 경남 외식인 화합한마당의 성공적인 개최를 위하여 후원금품 등을 전달하였습니다.



제 16회 부산마라톤 후원

좋은데이는 삼락체육공원일대에서 개최된 제 16회 부산마라톤의 성공적인 개최를 위하여 후원금품 등을 전달하였습니다.



맛있는 짜장면 데이

좋은데이는 지역 내 어울림봉사단과 함께 마산시니어 카운티 요양원에 방문하여 시설 내 환경정화활동 및 어르신들을 위해 짜장면 조리 및 배식 봉사활동을 실시하였습니다.



제 37회 부산 노인대학연합예술제 후원

좋은데이는 제 37회 부산노인대학연합예술제에 참석하여 선행학생 장학금을 전달하였습니다.



대한노인회 - 좋은데이 노인계층 삶의 질 향상 및 상생발전 협약

좋은데이는 대한노인회와 노인 계층 삶의 질 향상 및 지역상생발전을 위한 업무협약을 체결하여 노인들의 심신건강과 삶의 질 향상, 복지증진 등을 위해 다양한 활동과 물품지원을 펼칠 예정입니다.



고용노동부 울산지청 - 좋은데이 일-생활균형 직장문화 확산을 위한 업무협약

좋은데이는 고용노동부 울산지청과 일-생활 균형 직장문화 확산을 위한 업무협약을 체결하여 좋은데이 250만본의 상표에 라벨을 부착하여 홍보 할 예정입니다.



부산광역시축구협회 - 좋은데이 업무협약

좋은데이는 부산시 축구동호인들의 지원하기 위하여 업무협약을 체결하였습니다. 좋은데이는 부산 뿐만 아니라 경남, 울산 등 각지에서 각종 동호인들을 지원할 수 있도록 노력하고 있습니다.



울산 지역경제활성화 유공자 표창 수상

좋은데이는 노사화합을 위해 개최된 제 30회 울산 산업문화축제에서 일자리 창출 및 지역경제활성화 유공자표창을 수상하였습니다.

좋은데이가 알려주는 꿀팁



숙취 완화 음식



바나나

숙취해소에 탁월한 칼슘과 마그네슘이 많이 함유되어 있습니다. 위 속의 산을 중화하는 천연 제산제 역할을 하기 때문에 숙취로 인한 메스꺼움을 가라앉혀줍니다.



북엇국에 달걀, 파를 넣어 먹기

북엇국 자체로도 해장이 되지만 달걀과 파를 넣으면 비타민 C와 단백질을 해장과 피로회복에 효과적입니다.



콩나물국

콩나물 속 아스파라긴산은 알코올 분해로 인한 독성물질을 몸 밖으로 배출시키기 때문에 숙취해소에 좋습니다.



요구르트

술을 마시게 되면 장에 세균이 생기고 이를 해독하는 과정에서 두통을 유발하게 됩니다. 이때 요구르트를 마시면 당을 보충해줘 간의 해독작용을 돕습니다.



글로벌 숙취해소법



푸에르토리코

겨드랑이에 레몬즙 바르기



그리스

버터먹기



미 국

꿀물 마시기



러시아

뜨거운 고깃국을 먹고 뜨거운 물에서 목욕하기



중 국

날계란 먹기



몽 골

삭힌 양눈알 넣은 토마토 주스 마시기

