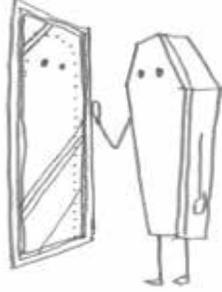


நடவடிக்கை

மரணம் வாழ்வின் ஒரு இயல்பான பகுதி. மரணத்தை பற்றி பேசும்பொதே நாம் நம் வாழ்க்கையை எவ்வாறு வாழவேண்டும் என்பதைப் பற்றியும் நம் வாழ்க்கையில் முக்கியமானவை எவை என்பதைப் பற்றியும் அறிய இயலும். இக்கருத்தை எவ்விரைவாக நாம் எதிர்கொள்கிறோமோ, நம் இருதி காலத்திற்கு தயாராவது அவ்விரைவாக எளிதாகிறது.

சில நேரம் கொண்டு, பின்வரும் கேள்விகளைப் பற்றி சிந்தியுங்கள். உங்கள் விடைகள் என்னவாக இருக்கும்?



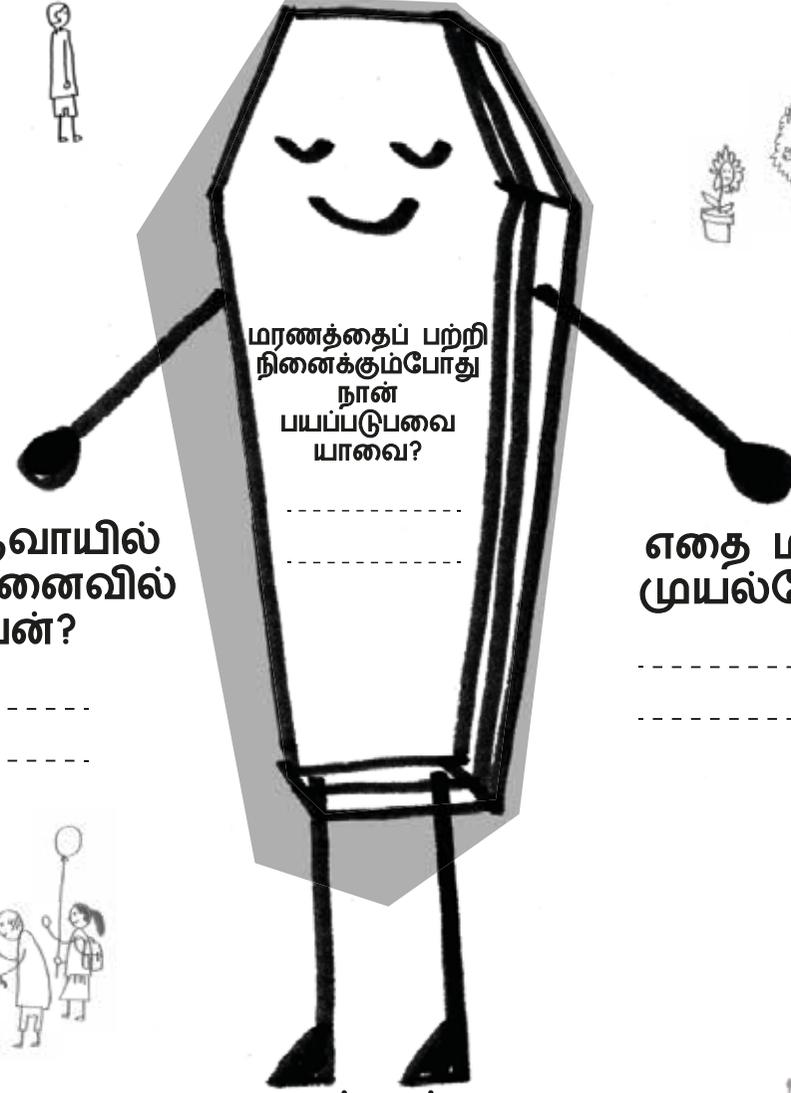
ஆதரவு மற்றும் வளங்களை

வயது அல்லது உடல் நிலை பாராமல், முங்கூட்டிய பராமரிப்பு திட்டம் (ACP) அனைவருக்கும் பொருந்தும். முங்கூட்டிய பராமரிப்பு திட்டத்தில் நடைபெறும் உரையாடல்களின் மூலம், நீங்கள் தேர்ந்தெடுக்கக்கூடிய வெவ்வேறு உடல் பராமரிப்பு சிகிச்சைகளைப் பற்றி, அலசி ஆராய்ந்து முடிவி முடியும். உங்கள் விருப்பங்களை கூறுவதன் மூலம், உங்கள் அன்பிற்குரியவர்களுக்கு உதவுவீர்கள். ஆனால் உங்களால் முடிவெடுக்கமுடியாவிடில், உங்கள் கருத்துகளை மனதில் கொண்டு சுகாதாரக்குழு உங்களுக்கு உகந்த முடிவை எடுக்க உதவும்.

மேலும் தகவலறியவும்: www.livingmatters.sg

மேலும் தகவலறிய: www.bothsidesnow.sg

என் இறுதி காலத்தில், வாழ்வின் முக்கிய முடிவுகளை எடுக்க யாரை நம்புவேன்?



மரணத்தைப் பற்றி நினைக்கும்போது நான் பயப்படுபவை யாவை?

இறக்கும் தருவாயில் எதை நான் நினைவில் கொள்வேன்?

எதை மறக்க முயல்வேன்?

நான் எந்த இடத்தில் உயிர் நீக்க விரும்புவேன்?

