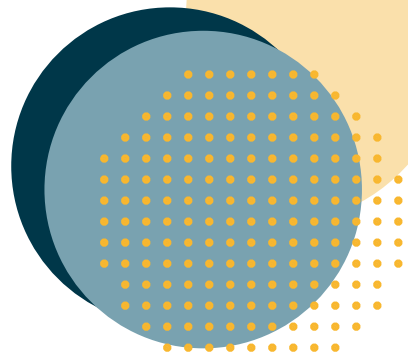




知死有備 · 樂活善生

澄 雲

GUIDE





澄雲 大事紀

2017

- 1月 委請新北市莒光國小陳豔瑜老師惠贈墨寶「澄雲」兩字
2~3月 澄雲logo雲朵、愛心圖設計、定稿

2018

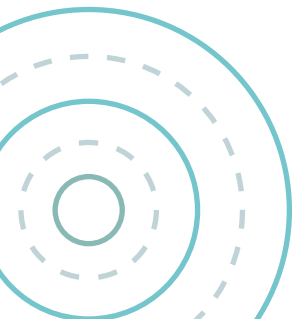
- 12月20日 正式向內政部提出全國性社會團體申請，申請籌組「台灣澄雲死生教育協會」

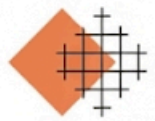
2019

- 03月25日 內政部台內團字第1080280702號函准予籌組
04月20日 於臺北市仁愛路3段136號15樓萬國法律事務所，召開發起人暨第一次籌備會議
05月06日、07月06日 於臺北市仁愛路3段136號15樓萬國法律事務所，分別召開發起人暨第一、二次籌備會議
08月07日 內政部台內團字第 1080050006 號函准予立案
08月22日~12月28日 舉辦「澄雲Cafe—Let's do ACP三部曲」
10月05日 臺灣臺北地方法院准予本會之法人登記申請，本會正式更名為「社團法人台灣澄雲死生教育協會」，法人登記證書字號為108年度法登社字第157號

2020

- 6月 第一版澄雲T-shirt推出
06月05日 本會正式進駐臺北市大安區師大路83巷2-1號2樓新會所
7月 第一版ATP套組（澄雲Q卡、澄雲NOTE、澄雲MEMO）正式推出
07月16日 「澄雲善生共學讀書會」開課，由常延法師導讀
07月18日 於臺北市仁愛路3段136號15樓萬國法律事務所，召開第一屆第二次會員大會暨109年度年會，邀請蔡兆勳醫師蒞會演講「以病人為師:醫療人員的生命教育」
08月01日 「澄雲樂活瑜珈班」開課，由李金霖老師授課
08月23日 公視「獨立特派員」節目前來本會採訪
08月27日~11月26日 舉辦「澄雲Cafe—『知死有備、樂活善生』的超前部署—ATP樂活善生新思維」課程
09月01日~09月22日 「ATP四講-《Let's Do ATP-一起共學預立樂活善生計畫》」開課
11月07日 於台北市立大同國小舉辦109學年度上學期澄雲助學金頒贈暨繪本導讀活動





2021

- 04月07日 李維中律師至國立臺灣科技大學帶遊Q卡
- 10月26日 黃三榮律師至桃園市三民里帶遊Q卡
- 12月01日 李維中律師至龍華科技大學帶遊Q卡

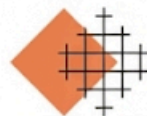
2022

- 04月27日 彭瑞驊律師至龍華科技大學帶遊Q卡
- 05月15日 黃三榮律師至台東都蘭帶遊Q卡
- 11月20日 ATP推廣師研習營-台東都蘭場
- 11月27日 ATP推廣師研習營-台中烏日場
- 12月07日 李維中律師至龍華科技大學帶遊Q卡

2023

- 04月09日 彭瑞驊律師至愛力照顧服務勞動合作社帶遊Q卡
- 04月22日 廖美惠ATP推廣師至新竹市清安照顧服務勞動合作社帶遊Q卡
- 05月02日 李維中律師至台北市樂見在照顧服務勞動合作社帶遊Q卡
- 05月07日 羅品善ATP推廣師至苗栗縣博愛照顧服務勞動合作社帶遊Q卡
- 05月17日 李維中律師至龍華科技大學帶遊Q卡
- 06月17日 張凱評醫師至台灣第二照顧服務勞動合作社帶遊Q卡
- 07月29日 陳遠銓律師至芥菜種會社區照顧服務勞動合作社帶遊Q卡
- 08月22日 黃三榮律師至宜蘭市仰山文教基金會帶遊Q卡
- 09月02日 黃三榮律師至伊甸基金會宜花東區長照服務處帶遊Q卡
- 09月16日 ATP推廣師研習營-高雄場
- 10月04日 陳諭申ATP推廣師至弘道老人福利基金會帶遊Q卡
- 10月21日 廖美惠ATP推廣師至花蓮牛犁社區帶遊Q卡
- 10月29日 ATP推廣師研習營-台北場



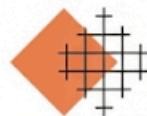


- 11月02日 張蓓蓓ATP推廣師至台中市梧棲區下寮社區帶遊Q卡
- 11月06日 陳諭申ATP推廣師至屏東縣佳冬鄉塹豐社區帶遊Q卡
- 11月07日 羅品善ATP推廣師至宜蘭縣羅東鎮樹林社區帶遊Q卡
- 11月08日 鄧素芳ATP推廣師至新北市新店區北宜社區帶遊Q卡
- 11月11日 彭瑞驊律師至台灣主婦聯盟生活消費合作社帶遊Q卡
- 11月13日 林士雅ATP推廣師至基隆市暖暖區過港社區帶遊Q卡
- 11月14日 陳曉鈴ATP推廣師至台南市左鎮區公館社區帶遊Q卡
- 11月14日 陳諭申ATP推廣師至高雄市甲仙區大田社區帶遊Q卡
- 12月06日 林士雅ATP推廣師至新北市土城區頂欣社區帶遊Q卡
- 12月08日 廖美惠ATP推廣師至台北市麗山社區帶遊Q卡
- 12月13日 李維中律師至龍華科技大學帶遊Q卡
- 12月15日 張蓓蓓ATP推廣師至中華培愛社區帶遊Q卡
- 12月18日 鄧素芳ATP推廣師至林口社宅多元互助勞動合作社帶遊Q卡
- 12月20日 李采軒ATP推廣師至新北市永和區民權社區帶遊Q卡

2024

- 01月20日 ATP推廣師研習營-高雄富邦場
- 03月02日 ATP推廣師研習營-大悲學苑場
- 05月22日 彭瑞驊律師至龍華科技大學帶遊Q卡
- 06月21日 廖美惠ATP推廣師至新竹市政府帶遊Q卡
- 08月24日 ATP推廣師研習營-花蓮牛犁場
- 09月28日 ATP實作營-台東都蘭場
- 11月04日 李采軒ATP推廣師至桃園市大溪崎頂社區帶遊Q卡
- 11月06日 彭瑞驊律師至龍華科技大學帶遊Q卡





2025

- 01月12日 李采軒ATP推廣師至共學安老班帶遊Q卡
- 04月08日 彭瑞驊律師至龍華科技大學帶遊Q卡
- 04月13日 李采軒ATP推廣師至一念覺醒帶遊Q卡
- 04月26日 ATP推廣師研習營-北京益宝線上場
- 06月08日 李維中律師至布尿布育兒推廣協會帶遊Q卡
- 08月16日 ATP推廣師研習營-板橋場
- 11月12日 彭瑞驊律師至龍華科技大學帶遊Q卡

2026

- 01月31日 ATP簡介-法鼓山齋明寺場
- 04月01日 彭瑞驊律師至龍華科技大學帶遊Q卡
- 04月08日 彭瑞驊律師至龍華科技大學帶遊Q卡
- 05月11日 ATP推廣師研習營-香港場



「知死有備，樂活善生」，是澄雲的理念。

如何「知死有備，樂活善生」？

即關乎如何理解及提升所謂「善終力」。

亦即，如何增強得以「善終」的核心能力。

每個人都是「向死而生」、「與死共生」，無法迴避死亡。因此，我們無法只談生卻不論死，也不能只論死，卻又不思索如何生？所謂「生死一如」，死生是彼此連動、互為影響、表裡一體，不宜切割、獨立地如平行線運行。

是以，如何在覺知死亡終將到臨，而能珍惜善用有限的生命時間，提前作好身、心、社會及靈性的全面善終準備，並好好地快樂生活，活出符合自己的生命意義、價值，擁有良善的人生，實為每個人都亟需省思、規劃及實踐的重要議題。

因此，讓我們一起提升「善終力」，實踐「知死有備，樂活善生」的人生。



什麼是ATP？

ATP (Advance Total Planning)，就是「預立樂活善生計畫」，也可以說明「知死有備、樂活善生」的全面超前部署，預為準備的計畫。亦即，不僅醫療、照護面 (healthcare)，可預立計畫而進行所謂ACP (Advance Care Planning)，更應及於財務面之預立計畫而為AFP (Advance Financial Planning)，甚至亦應包括如何善用、珍惜有限的生命，而好好活地達到善生 (Good Life)。是以，預為前述ACP、AFP，而努力善生 (GL)，即為「預立樂活善生計畫」，就是ATP。ATP正是本會「知死有備，樂活善生」理念之具體實踐方法。而且可利用本會另推出之ATP套組 (澄雲Q卡、澄雲NOTE及澄雲MEMO)，藉由TPO三軸線 (time、position、organic) 之方法，以檢討、規劃符合自己死生觀的ATP。

人生120年規劃-ATP(Advance Total Planning)



全面:人生,醫護照顧,財務

超前:死亡,喪能前(病發或意外昏迷等)-現在/當下

計劃:GLP+ACP+AFP

自主+免壓力/減紛爭

澄雲 MEMO

澄雲MEMO是本會所推出ATP套組之一部分（另外尚有澄雲Q卡及澄雲NOTE）。是指本人藉由利用澄雲Q卡、澄雲NOTE之工具，實踐TPO三軸線之方法，以檢討、規劃符合自己死生觀的ATP後，將有關本身醫療、照護、財務及善生規劃等事項之想法與決定，予以記載之書面紀錄。亦即，澄雲MEMO即是「預立樂活善生計畫」之書面紀錄。尤其在您經過遊玩澄雲Q卡，多次與家屬、親友交流、討論、對話，且筆記於澄雲NOTE後，如已決定包括醫療、照護、財務、身後處理及善生規劃等事項時，即可將相關決定記載於澄雲MEMO。一方面作為本身於特定時點下，就前述醫療等事項之書面紀錄外，家屬、友人及醫療、照護人員等，並可藉此書面紀錄，進而了解、尊重您對前述醫療等事項之想法及決定。



澄雲 NOTE

澄雲NOTE是本會所推出ATP套組之一部分（另外尚有澄雲Q卡及澄雲MEMO）。是指當您於使用澄雲Q卡時，可利用此澄雲NOTE即時地，將您就澄雲Q卡上所記載各種問題之想法，予以筆記下來。且在此就等問題之想法，已得具體、特定情形下，並可進而基此澄雲NOTE之筆記內容，再記載於澄雲MEMO，而就此等想法加以記錄。



澄雲 Q卡

澄雲Q卡是本會所推出ATP套組之一部分（另外尚有澄雲NOTE及澄雲MEMO）。為一套48張的遊戲卡牌（含2張通用卡），每張卡牌上均記載了澄雲精心撰擬、生命中值得思考有關醫療、照護、財務、身後處理及善生規劃等各式問題。透過自己個人或2人以上共同遊玩「澄雲Q卡」，在遊戲過程中，讓玩家們可輕鬆地輕鬆開啓有關死生議題之分享、對話、深入思考、互相交流，進而形成自己對卡片上所載相關問題的看法。

澄雲Q卡適合所有年齡、性別、族群的人，當然也可以與任何人一起玩。不過更推薦與家人、摯友共同遊玩，因為澄雲強調於進行ATP過程中，比起最終寫定的文字，更重要的是共享決策以及溝通交流的過程，何不把握機會，和妳/你的家人、摯友們一起玩澄雲Q卡吧！

也別忘記溫馨小叮嚀喔！

溫馨小叮嚀

1. 自由自在，勿勉強，隨時可以退出
2. 表達分享，非指導，留意發言時間
3. 尊重彼此，不評斷，學習靜心傾聽

澄雲 Q卡

第二版



澄雲好物官網
QR-Code



帶遊Q卡相關事宜請洽本會Email
TWchengyun@gmail.com

《「全面超前部署計劃」手冊》

2025下半年出版

一本為每個人量身打造的人生規劃指南。

透過「ATP全面超前部署」的概念，可以幫助大家從「生活」、「健康」、「財務」三大面向全面盤點人生，提早因應未來的各種挑戰。

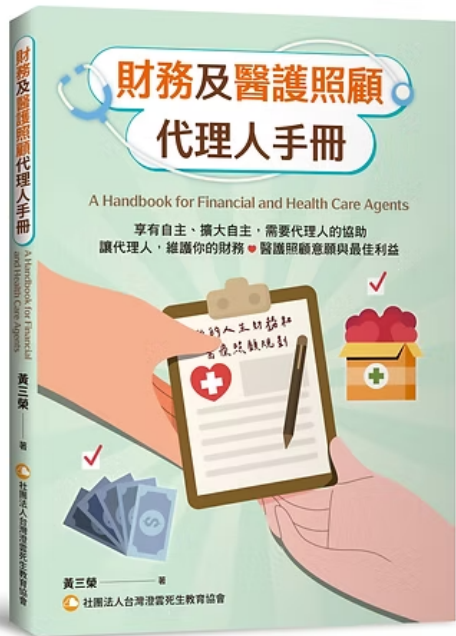


《「財務及醫護照顧代理人」手冊》

2026上半年出版

一本介紹選任有關財務及醫護照顧事項之代理人及代理人行使代理職務之簡要指引書。

書中以清楚易懂方式，介紹代理人的角色、權責與實務運作，並提供實際情境與步驟，幫助讀者理解如何選擇合適人選並進行授權安排。



社團法人台灣澄雲死生教育協會

立案字號 台內團字第1080050006號

法人登記 108年度法登社字第157號

會址 22045新北市板橋區
民治街26巷24號3樓

聯絡電話 02-23690381

官方網站 www.twchengyun.org

連絡信箱 TWchengyun@gmail.com

統一編號 76342082



粉絲專頁



官方網站

