

國立宜蘭大學  
國立新竹教育大學  
國立成功大學  
淡江大學  
淡江大學  
高雄醫學大學  
國立清華大學  
國立交通大學  
實踐大學  
中國醫藥大學  
中國文化大學  
國立彰化師範大學  
元智大學  
義守大學  
國立臺灣體育學院  
國立嘉義大學  
國立臺北大學  
開南大學  
國立中興大學  
國立臺北教育大學  
中華大學  
國立體育學院  
國立政治大學  
國立臺東大學  
大同大學  
國立臺南大學  
經國管理暨健康學院  
國立臺南藝術大學  
輔仁大學  
中央警察大學  
國防醫學院  
國防大學  
中華民國快樂學習協會  
台北市立圖書館永春分館  
台北市立圖書館三興分館  
台北市立圖書館六合分館  
台北市立圖書館總館  
台北市立圖書館道藩分館  
台北市立圖書館大安分館  
台北市立圖書館延吉民眾閱覽室  
台北市立圖書館成功民眾閱覽室  
台北市立圖書館龍安民眾閱覽室  
台北市立圖書館中山分館  
台北市立圖書館長安分館  
台北市立圖書館大直分館  
台北市立圖書館恆安民眾閱覽室  
台北市立圖書館王貫英先生紀念圖書館  
台北市立圖書館城中分館  
台北市立圖書館延平分館  
台北市立圖書館大同分館  
台北市立圖書館建成分館  
台北市立圖書館蘭州民眾閱覽室  
台北市立圖書館龍山分館

台北市立圖書館東園分館  
台北市立圖書館西園分館  
台北市立圖書館萬華分館  
台北市立圖書館柳鄉民眾閱覽室  
台北市立圖書館景美分館  
台北市立圖書館木柵分館  
台北市立圖書館永建分館  
台北市立圖書館萬興分館  
台北市立圖書館文山分館  
台北市立圖書館力行分館  
台北市立圖書館景新分館  
台北市立圖書館安康民眾閱覽室  
台北市立圖書館萬芳民眾閱覽室  
台北市立圖書館公訓圖書站  
台北市立圖書館南港分館  
台北市立圖書館舊莊分館  
台北市立圖書館龍華民眾閱覽室  
台北市立圖書館北原會館借還書工作站  
台北市立圖書館內湖分館  
台北市立圖書館東湖分館  
台北市立圖書館西湖分館  
台北市立圖書館西中分館  
台北市立圖書館葫蘆堵分館  
台北市立圖書館天母分館  
台北市立圖書館士林分館  
台北市立圖書館李科永紀念圖書館  
台北市立圖書館北投分館  
台北市立圖書館稻香分館  
台北市立圖書館石牌分館  
台北市立圖書館清江分館  
台北市立圖書館吉利分館  
台北市立圖書館永明民眾閱覽室  
台北市立圖書館秀山民眾閱覽室  
台灣基督長老教會 阿美中會事務所  
台灣基督長老教會 排灣中會事務所  
台灣基督長老教會 東美中會事務所  
台灣基督長老教會 魯凱中會事務所  
台灣基督長老教會 中布中會事務所  
台灣基督長老教會 山美教會  
台灣基督長老教會 玉成教會  
台灣基督長老教會 安光教會  
玉山神學院  
高雄市癌症希望基金會  
財團法人平安社會福利慈善事業基金會  
所屬身心障礙關懷中心  
台灣基督長老教會 達悟區會事務所  
財團法人創世社會福利基金會附設清寒  
植物人安養院台北院  
財團法人創世社會福利基金會附設清寒  
植物人安養院文山分院  
財團法人創世社會福利基金會附設清寒  
植物人安養院基隆分院  
財團法人創世社會福利基金會附設清寒

植物人安養院板橋分院  
財團法人創世社會福利基金會附設清寒  
植物人安養院新店分院  
財團法人創世社會福利基金會附設清寒  
植物人安養院桃園分院  
財團法人創世社會福利基金會附設清寒  
植物人安養院新竹分院  
財團法人創世社會福利基金會附設清寒  
植物人安養院苗栗分院  
財團法人創世社會福利基金會附設清寒  
植物人安養院台中分院  
財團法人創世社會福利基金會附設清寒  
植物人安養院草屯分院  
財團法人創世社會福利基金會附設清寒  
植物人安養院斗六分院  
財團法人創世社會福利基金會附設清寒  
植物人安養院嘉義分院  
財團法人創世社會福利基金會附設清寒  
植物人安養院台南分院  
財團法人創世社會福利基金會附設清寒  
植物人安養院鳳山分院  
財團法人創世社會福利基金會附設清寒  
植物人安養院屏東分院  
財團法人創世社會福利基金會附設清寒  
植物人安養院羅東分院

# 我們說再見

## 講座內容安排

❖第一堂課 ( 50 分鐘 ) : 如果有一天，我們說再見

- 影片觀賞：《寫下你說再見的方式》影片(或基金會其他影音文宣品)
- 講員生命經驗或個案故事分享。

❖第二堂課 ( 50 分鐘 ) : 寫下你說再見的方式

- 預立醫療自主計畫及安寧療護介紹。
- 寫下您說再見的方式：透過簡易的預立醫療自主計畫指引，及醫療狀況思考指引，引導在場民眾對談或撰寫，思考自己想要的醫療方式。
- QA 時間：提問。

## 「如果有一天，我們說再見」生命學習講座申請表格

|                |                                |                      |  |
|----------------|--------------------------------|----------------------|--|
| 申請單位           |                                | 是否曾經申辦<br>本會相關講座     | <input type="checkbox"/> 是 ( _____ 年度)<br><input type="checkbox"/> 否 |
| 參與對象           |                                | 預估人數<br>(30 人以上)     |  |
| 預計辦理<br>日期     | 104 年      月      日            | 預計辦理時間<br>(每場次 2 小時) | 時      分 至      時  |
| 活動地點           |                                |                      |  |
| 活動地址           |                                |                      |  |
| 聯絡人            |                                | 聯絡電話                 | 市話：<br>手機：   |
| 聯絡地址<br>(文宣寄送) | <input type="checkbox"/> 同活動地址 |                      |  |
| 聯絡人<br>電子信箱    |                                |                      |  |

### 申辦方法：

填妥申請表，傳真至 02-2808-3214 或 Email 至 [yipingho@hospice.org.tw](mailto:yipingho@hospice.org.tw) 何怡萍秘書  
為利活動安排，請在活動預定時間至少一個月前提出申請。

# 我們說再見 免費生命教育學習講座



「說再見」是任誰也無法避免的人生經驗。  
在人生道路上，我們總是不斷在練習「道別」，  
離家求學、畢業、搬家、失戀...  
更甚的，跟心愛的寵物、最愛的家人道別...一次次心碎，又一次次癒合...  
如果有一天，預知即將的道別，除了再見，你還想說甚麼？



2013 年底，安寧照顧基金會舉辦了「如果有一天，我們說再見」徵文活動，在當時引發社會大眾廣大的回響，在五百多篇投稿中我們發現，沒有好好道別的遺憾，並不會因為年紀漸長而稀釋；相反的，沒有被好好療癒對待的悲傷經驗，還有可能因為挫折累積而增添...

但是你知道嗎？「道別」其實是可以學習和預備的，透過一次又一次的反思、並與身邊摯愛的親人有完整溝通，將傷害程度降低。安寧照顧基金會延續徵文比賽的後續，在今年特別規劃這樣的生命講座，透過影片個案分享的生命經驗，教您學習說再見....



- 主辦單位：  財團法人中華民國（台灣）安寧照顧基金會
- 指導單位：  衛生福利部國民健康署
- 活動目的： 安寧療護及預立醫療自主計畫之推廣
- 活動期間： 104 年 4 月 1 日起至 9 月 30 日止
- 申請條件： ① 申辦人數需達 30 人次 以上。  
② 每次講座時間 兩小時  
③ 基金會提供：講師安排及課程溝通、講師費、工作人員交通費、文宣資料  
協辦單位提供：宣傳與招生、場地及設備預備、講員接待、學員簽到、  
講義文宣品簽收發放、有需要時寄回簽到表及評值表
- 備註：名額限 50 場，額滿為止，本會保留接受辦理與否之決定權



◆ 聯絡資訊：安寧基金會 何怡萍秘書 連絡電話：02-2808-1130  
E-mail: [yipingho@hospice.org.tw](mailto:yipingho@hospice.org.tw) 基金會網站：<http://www.hospice.org.tw/>