

社區

社區消息

Building Hope
for Communities
希望計畫

Vol.03
2020/07

World Vision
台灣世界展望會

內
附
郵
資
已
付
印刷品
台北郵政許可證
台北字第1008號

社區開箱！ 非洲溫暖之心裡的坎培薩

馬拉威因為溫暖宜人的氣候和友善親切的居民，獲稱為「非洲溫暖之心」。然而馬拉威全國超過一半的人口生活在貧窮線之下，多數人民難以取得乾淨水源，位於中部薩利馬縣（Salima District）的坎培薩（Khombedza）社區更是貧瘠中的貧瘠，也因此成為台灣世界展望會社區希望計畫的目標社區之一，期待在2024年前，改善社區兒童與家庭的生活。



坎培薩社區有什麼？

29% 穆斯林

71% 基督徒

中學 x 1

健康中心 x 1

村落 x 158

69,377 人

小學 x 11

五歲以下兒童 x 11,888

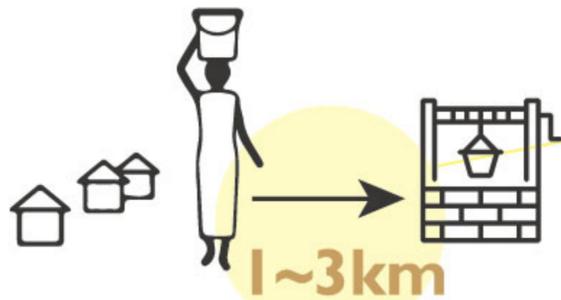
家庭 x 14,379



坎培薩社區的挑戰

關於 | 水

坎培薩社區有一半以上的居民從淺井或河水獲得日用水源，這些水源處未受保護，意即可能使居民感染水媒疾病。除此之外，各家取水的時間約需耗費一至三小時，步行的距離則需一至三公里。水井與使用人數的比例高達1:468，根據世界衛生組織的標準，至少應為1:250。水資源設施的不足表示人們可能為水產生爭端，有些人也可能因此無法獲得水。



關於 | 兒童保護

坎培薩社區中沒有正式強化兒童保護的機制，兒童主要面臨的暴力來源為父母、師長、親友等，類型則有性暴力、童婚、童工等案例，其中以肢體和情緒暴力為大宗。



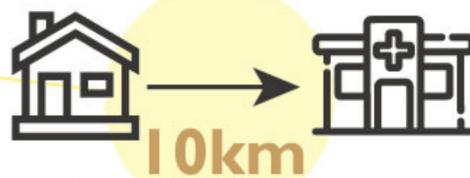
關於 | 衛生

坎培薩社區裡僅有51%的人口使用廁所，其餘居民仍有露天便溺的習慣，環境衛生與居民健康深受影響，社區裡的家庭也僅有13%有洗手設施。根據兩所小學的抽樣調查，即便在學校，廁所與兒童的比例約為1:121，而標準應為女童1:15，男童1:30。



關於 | 健康

在佔地110平方公里（將近一整個新竹市）的社區中，僅有一間距離大多數家庭十公里遠的健康中心，而且不提供住院或任何手術治療服務。需要動手術的病患只能到20公里外的薩利馬（Salima）縣立醫院。除此之外，社區中也有許多瘧疾和腹瀉的案例。



關於 | 教育

坎培薩社區有11所小學，卻僅有一所中學，社區師生比例為1:70，也有許多學齡兒童因為距離、貧窮、童婚等因素而未就學或輟學。



近七萬居民 首見淨水處理術

馬拉威·坎培薩社區

在家你都怎麼喝水呢？對於坎培薩社區中大部分的居民來說，無色無味的乾淨水像是夢境般的存在。日常的所有用水，包括飲水、洗衣、洗澡等，都得靠兒童與婦女到水質無安全保證的水源處一桶一桶汲取。

社區希望計畫團隊在2019年的10月到12月間，向社區居民推廣家庭用水處理技術，發放淨水劑給14,379個家庭。在羅



患霍亂比例相對高的坎培薩，使用淨水劑是積極的預防方法，尤其霍亂在雨季時特別普遍。此外，團隊也教授家庭正確的用水處理方式，如烹煮至沸騰和使用淨水劑等方法，一步步改善家庭用水及相關衛教知識。

坎培薩社區發展委員會的副主席史蒂文·恩約卡（Steven Njoka）感恩地分享：「世界展望會能來到這裡像是做夢一樣，我們是被忽視的人……希望未來能夠減輕長久以來水資源短缺、兒童保護、衛生和貧窮的問題。謝謝台灣的社區希望之友選擇幫助我們，讓我們有機會突破貧困限制，告別骯髒飲用水所造成的疾病，也將有能力保護我們的下一代。」

告別人畜共飲 期盼淨水到來

馬拉威·坎培薩社區

36歲的艾絲娜·馬查卡（Esnart Machaka）育有四個孩子，她和孩子得走上好幾公里才能到達村裡的水井，因此多半選擇在河岸上游淺水窪地處汲水。她說：「我們和牲畜共用骯髒的水源，旱季水窪乾涸時情況更糟，因為我們得沿著河岸尋找看起來相對乾淨的水，我們的健康受到十分大的威脅。」

社區希望計畫團隊的抵達為艾絲娜帶來希望，她充滿期待地表示：「社區希望計畫將為我們帶來安全水，免於水媒疾病的侵害，村莊裡的衛生條件也將獲得改善、縮短取水距離，孩子們將能洗澡，乾乾淨淨地準時上學！」



社區消息 Community

一到14排的綠色驚喜

寮國·帕歐社區

帕歐社區的包莉 (Baolee) 住在國境之北的山區中，24歲的她最近才剛搬離娘家，與先生開始獨立生活，育有四個孩子。由於家中經常沒有足夠的食物，孩子們面臨營養不良情形。

幸好，包莉遇上參加過社區希望計畫「家庭菜園」方案的嚴荷 (Yengher)，她告訴她在自家庭院耕作的好處：讓孩子

擁有更多營養、多樣的食物，也能到市場販賣剩餘的菜，補貼家用。包莉與丈夫熱切地討論後，獲得全力支持，開始接受培訓，學習種菜。

「一年後，菜圃有很好的成果，原本一排的蔬菜，擴大到了14排！」包莉興奮地分享。透過家庭菜園，一家人的營養狀況有了改變。未來，社區希望計畫團隊和

包莉的共同目標是穩定提高產量，透過賣菜增加收入。

團隊也已在2019年10月至12月培訓社區家庭中擁有五歲以下兒童的50名農夫，其中24位為女性。他們學習耕作家庭菜圃，特別栽種能克服營養不良問題、具豐富營養價值的作物，並分批學習製作有機肥料，以及烹飪營養餐點。



貧困家庭的旱季飲食福音

寮國·阿薩豐社區

童侃 (Tonkham) 一家人是阿薩豐社區中最貧困的家庭之一，他和妻子勉強靠著販賣森林裡採集的蔬菜養育兩個女兒。但一家人全年都在糧食缺乏的狀態下，旱季時更加入不敷出，因為採集來的蔬菜只夠自家食用。兩年前，童侃跟著社區希望計畫團隊學習養羊，一度繁殖到共五頭羊，但為了替重病的妻子籌醫藥費，賣掉了兩頭羊。不幸的是，太太最終不敵病魔，留下童侃和兩個女兒。

去年，阿薩豐團隊提供童侃250條鯰魚，在旱季能成為家庭主要的食物來源。童侃學習養魚技術，努力飼養原有的山羊

和新得到的魚，「鯰魚和山羊相對容易飼養，而且也有市場需求。等未來有更多山羊，我就能賣掉幾隻，用賺來的錢翻修房屋，讓孩子們住得更安全。」

阿薩豐團隊在2019年的10月至12月間，已訓練47位農夫，改善作物收成以及農產品倉儲的方式。同時也持續追蹤家庭菜園方案的執行狀況，發現在40個家庭中有35個家庭在旱季時仍然能持續栽種、收成，而針對因缺水導致無法持續耕種的家庭也將在村落新鑿一座水井。



脫貧方案 助家庭找回信心 重燃希望

蒙古·達爾汗社區

45歲的庫爾玫 (Khurmet) 曾在公部門工作，一場大病卻改變了原本平靜安好的生活。為了支付醫療費用，他耗盡家產，還得支付八個孩子的教育及生活費。後來一家人搬到了達爾汗社區，住在破舊的蒙古包裡，竟因此加入社區希望計畫的脫貧方案，學習經營小本生意。

惆悵的日子終於撥雲見日，庫爾玫現已展開輪胎修理的事業，每天能賺進台幣約600元，大大幫助一家人的生活。他說：「獲得生計方案結訓的榮譽證書對我來說是莫大的鼓勵，未來我計畫經營洗車和維修中心。我也想特別感謝台灣的社區希望之友，如此慷慨地給予地球另一角落的我們幫助。」

2019年10至12月間，社區希望計畫團隊重新選擇110個家庭加入脫貧方案，透過各類培訓幫助他們改善生計，增加收入。這些家庭通常具備幾個特點，包括：具備工作能力的家庭成員、育有兩名以上18歲以下兒童、身心障礙父母、低收入戶等。這些家庭除了接受專業培訓，也將加入儲蓄小組，學習儲蓄，並且擁有小額借貸的機會和共同努力的支持團體。



30名健康志工培訓結業 新手媽媽不孤單

寮國·帕歐社區

帕歐社區希望計畫團隊培訓了30名健康志工進行家訪，了解如何支持孕產婦以及年輕媽媽，並有能力傳授在孕期和照顧幼兒間可能遇到的風險及育兒知識。健康志工在受訓後實踐所學，記錄下社區裡共1,070位15至49歲的婦女，並將持續追蹤他們的健康情形。

今年19歲的佩特(Phet)是新手媽媽，肚子裡的寶寶讓她感到有些焦慮，尤其她不曉得懷孕期間該如何照顧寶寶和自己的健康、飲食，更不知道孩子出生後該怎麼辦。懷孕四個月以來，她從未諮詢過任何醫生。

健康志工到佩特家中拜訪她，告訴她許多飲食、運動等相關知識，也提醒她應有足夠的休息，並留下一本孕婦健康手冊，讓她複習相關內容。佩特說：「感謝健康志工，我學到在孕期應如何照顧自己的健康，也學到產後照護，更提醒我孩子應該要取得醫療諮詢與服務，未來也需進行健康檢查和疫苗接種。」目前，佩特和寶寶都很健康，健康志工及社區希望計畫團隊也將持續定期關懷佩特和社區裡的其他母親。



全方位的兒童保護

蒙古·烏蘭巴托社區

因應烏蘭巴托快速成長的都市化狀態，傳統蒙古包仍為主要的居住型態，然而許多家庭居無定所，或居住在不安全的地區。社區希望計畫團隊在去年底提供十個家庭蒙古包，其中五個為單親家庭，共47名家庭成員終於擁有屬於自己的家。針對社區裡的飲水安全，團隊也提供了12台飲水機，讓超過兩千名兒童和近兩百名成人能有乾淨飲水，減低因共飲導致的傳染病或不潔淨水引起的疾病。

孩子們的人身安全與健康是團隊努力的首要目標，然而心靈面的保護也很重要，因此團隊也與和平之路兒童社團的成員一同舉辦「友愛同儕」的倡導活動。「友愛同儕」主要為了減輕第14號學校內共1,575名學生所面臨的同儕壓力，學生們在活動中認識霸凌議題，也學習如何彼此相愛、互相支持。許多孩子在活動中和朋友和好，恢復關係，孩子們也願意盡力朝著友愛同儕的方向努力。



「歡慶家庭」工作坊 在悲傷中找到希望

越南·安平社區

圖太太(Thu)在丈夫過世後，獨自扶養一雙兒女長大，有時心中難免升起無奈與悲傷，卻總是默默承擔。有一次她偶然聽到姊弟的對話，發現兒子極度擔憂自己將無法繼續學業。她煩惱著該怎麼解決孩子的教育問題，在夜裡輾轉難眠。

去年底，她受邀參加每月一次的「歡慶家庭」工作坊，慢慢地，她變得比較開朗，更勇敢說出心中的煩惱，請求幫助。歡慶家庭的成員鼓勵她正面思考，也建議她和孩子溝通。於是圖太太和兩個孩子一起商討出各自的生涯計畫，也一致同意沒有人需要放棄學業，並且藉由加入社區希

望計畫的方案，改善家計。圖太太說：「我的壓力在說出困難後得到釋放，也獲得很多好建議，現在我養了更多豬和雞，孩子放學後也會幫忙，他們都仍繼續就學。」

安平社區希望計畫團隊在去年底舉辦了一場「歡慶家庭」工作坊，共有27位居民參與，主要為社區管理委員會的成員。他們貢獻許多時間服務社區，有時往往反而和家人產生誤會，透過工作坊，他們學習正向的溝通方式，讓家庭能擁有歡樂愉快的氣息。



健康教育與衛生 從校園紮根

斯里蘭卡·佳伊拉社區

根據台灣國家衛生研究院四月份發表的研究指出，透過Google搜尋引擎的大數據分析，在21個國家中，搜尋「洗手」一詞次數越多的國家，新冠肺炎病毒確診的病例相對較少。

「洗手只要花一分鐘，但我們從來不知道怎麼好好洗手，」聖瑪莉學院(St. Mary's College)十年級的施帆蒂(Shivanthi)分享社區希望計畫團隊在校園進行衛生宣導的收穫，「我們學到正確的洗手方法、修剪指甲、健康飲食和其他維持身體清潔和照護的知識。」

該校校長表示：「學校共有510名學生，學生多來自貧困家庭，住處沒有妥善的衛生設施，大多數的學生家長教育程度有限，對於維持清潔並不太重視。」八年級導師也說：「家長多半仰賴學校教導孩

子，衛生宣導著實帶來轉變，孩子們開始懂得注重個人衛生，甚至對於青少年健康和生殖系統等議題有所了解。」

施帆蒂(Shivanthi)又說：「在性別混合的小組中進行討論對我們的幫助很大，老師還特別找男同學作為解釋月經週期的小幫手，減緩女同學的不自在感。」男學生那敦(Nadun)在一旁點頭稱是：「以前我們不懂什麼是女孩們的『月經』，我知道姊姊每個月都會肚子痛，但媽媽從不讓我們過問，現在我終於懂了，也能同理姊姊的不舒服。」

衛生宣導在青少年間造成正向的連鎖反應，這些孩子們也將在社區中持續影響其他居民，讓更多人具備正確的衛生與健康知識，擁抱更好的生活。



帕歐之詩

撰文：辛同·西拉帕席施 (Singthong Silaphaseuth)
寮國世界展望會 帕歐社區希望計畫主任

The Land of PakOu with Mountains,
trees and valleys defined.
In 2019, clean villages with better hygiene
and sanitation are outlined.
Pure drinking water and using toilets
in villages is now streamlined.
Smiling children get nutritious food
and livelihood for most vulnerable families is outshined.
Joyful school-age children attend primary school
and none left behind.
Scholarship for most vulnerable children
in secondary school is now destined.
Child play care spaces have brought
all children to read story books and its joy combined.

In 2020, hopes and dreams that come to mind:
With most vulnerable children
being healthy and none side-lined,
No discrimination in the villages to find,
Children having opportunity to meet regularly
and share ideas with development intertwined,
All of them access to primary
and secondary school and outshined,
Caregivers expand support project activities,
have stable job, good income and peace of mind,
To see their children educated
and have good health redefined.

山巒、山谷和樹木描繪出帕歐的地土
2019年，村莊清潔又衛生的輪廓展露
乾淨飲水、廁所使用，基礎衛生不受阻
最脆弱家庭尋得生計、綻放光芒，孩子笑著、獲得營養食物
學齡兒童無一落後，個個進入小學，歡欣鼓舞
訂定最脆弱兒童的中學獎學金，求學不怕耽誤
兒童遊憩空間集結孩子們快樂遊戲、喜悅看書

2020年，夢想、期待腦海浮
每一名最弱勢兒童都擁有健康，誰也不孤獨
村莊裡沒有歧視光顧
兒童有機會定期聚集、分享想法、發展天賦
人人都能上小學、升中學，亮眼表現惹人慕
照顧者拓展支持方案，擁有穩定工作、良好收入，心頭舒
孩子們接受教育、擁有良好健康，不再如初

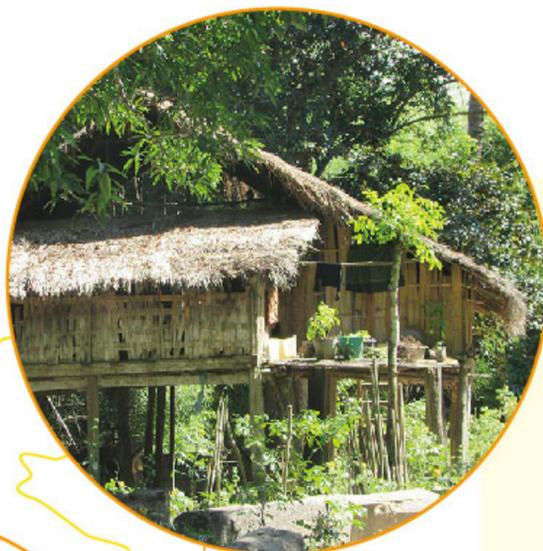


寮國人的新年

寮國·帕歐社區

寮國政府依據居住地點高度不同，將寮國人民分為三大族群：寮龍族（Lao Lum，平地民族）、寮聽族（Lao Theung，丘陵民族）和寮松族（Lao Sung，高山民族），這三個族群的文化非常相近，卻也有不同之處。

以慶祝新年來說，寮龍族在每年的4月慶祝新年，和泰國的潑水節相似，人們在節慶首日（除夕）彼此潑水，洗淨不潔。寮聽族在12月底的豐收季節慶祝，婦女和女孩們會穿上最好的刺繡新衣，居民也齊聚一堂進行各種賽事活動，並以美食饗宴劃下完美句點。寮松族的新年慶典則在12月底至1月初，除了不可或缺的大餐外，也有男女間的相親遊戲、鬥牛等活動。寮聽族和寮松族慶祝新年時會穿上色彩鮮豔的傳統服裝，與寮龍族的顏色選擇較為不同。



馬控族的信仰

寮國·阿薩豐社區

居住在阿薩豐社區的人多為馬控族，為泛靈論者，他們信仰並祭拜祖先、已離去的父母和家人、以及大自然的靈。對他們來說，不同的事物由不同的靈控制，例如有的掌管水稻的栽種和收成、有的掌管生命、有能力治癒疾病等。

佛教在14世紀中葉傳入寮國，有極大的影響力，寮國處處可見佛寺林立，也有許多馬控人改信佛教，然而多數人仍將泛靈論的信仰融入其中。他們尊敬神靈，卻也對靈界抱持極深的恐懼，相信村莊與生活皆由神靈保佑，要避免得罪神靈。在這樣的信仰框架下，有時要在社區推行新的改變也需要更多的智慧、溝通和耐心。

蒙古新年

蒙古·烏蘭巴托社區

蒙古人民每年都會大肆慶祝農曆新年以迎接春季，藉由這個節日，他們重溫自有的文化與習俗，拉近親友間的關係，除了希望家族齊聚一堂好好過節外，許多蒙古人也相信若在新年期間熱情慷慨地接待客人，來年就會擁有更豐盛的生活。包子是新年裡的必吃食物，每個家庭幾乎會做上一千到兩千顆包子！

根據蒙古國家統計局的調查顯示，農曆新年期間，每個家庭平均要花費150萬蒙古幣，約為新台幣16,000元。為了過節，蒙

古家庭會向他人、銀行或小額信貸機構借錢，也因此許多經濟不穩定的家庭在假期後往往背負許多債務。



蒙古國慶日

蒙古·達爾汗社區

成吉思汗是蒙古帝國的創始人和大帝，當年他藉由團結東北亞的許多游牧部落，征服大部分的歐亞大陸，成立蒙古帝國，成為歷史上土地面積最大的帝國。蒙古政府將成吉思汗的誕辰紀念日作為國慶日，然而由於沒有人能確定成吉思汗的生日到底是哪一天，因此蒙古選定農曆中冬季的第一天作為代表，也成為舉國歡慶的日子。



斯里蘭卡兩大朝聖地

斯里蘭卡·佳伊拉社區

每年八月在斯里蘭卡，都會有天主教的朝聖活動，特別是分別位於北部及西北部的馬杜聖母朝聖地（National Shrine of Our Lady of Madu）以及塔拉維拉聖亞納朝聖地（St. Anne's National Shrine - Thalawila）皆會在相關節期舉辦年度盛會，吸引眾多信徒與非信徒參與其中，許多人更相信奇蹟會在這兩所朝聖地發生。

對於朝聖慎重以待的人們，會小心注

意每一個細節，他們會穿戴上自己最好的衣服、配飾，享用家中最好的食物和葡萄酒，並且篤信必須先淨化心靈才能開始朝聖之旅，若曾有過不公不義的行為，則會在路途中遭害，也因此許多人會在進行朝聖之旅前，將財富轉讓給親人。然而，現今許多習俗和儀式已失去過往的神聖意涵，對於大部分的人來說，朝聖已成為一趟愉快旅行的代名詞。



世界文化遺產舞蹈：神秘的「尼奧」

馬拉威·坎培薩社區

坎培薩社區裡的齊蒙鳩村（Chimonjo Village）中，主要人口為切瓦族人（Chewa）。他們原屬非洲中南部的班圖族，也是馬拉威最大的族群。切瓦族以其面具和祕密會社「尼奧」（Nyu）為名。「尼奧」不僅用來稱呼該祕密會社，也用以稱呼當地原住民族的宗教、形成此會社之人的宇宙觀、儀式的舞蹈，以及舞蹈所用之面具。

切瓦族重視自有的文化，其中包括「古勒·沃姆庫魯」（Gule wa Mkulu，直譯為「偉大的舞蹈」），在村莊的重要時刻皆可見。該舞蹈在2006年經聯合國教育、科學及文化組織（UNESCO）列為非物質文化遺產的舞蹈表演，進行方式通常有舞者頭戴動物的面具，象徵靈界的代表，並隨著鼓聲的節奏搭配活力舞步。

當地人相信靈界的靈魂會不時探訪村民，與他們更新關係，也因此慶典中，人們會和戴面具的舞者一同飲酒，表示分享，象徵靈魂的舞者則會向居民分享如誠實、拒絕巫術等價值觀和規矩。

「度戒」—— 瑤族男孩的成人禮

越南·安平社區

白褲瑤族是位於安平社區的福安社（Phuc An Commune）中的四個族群之一，在眾多特有的文化習俗中，瑤族男孩的成年禮——「度戒」節，尤其重要。13至18歲男孩皆必須參加此成年禮，通過儀式的男孩將獲得新的名字，也意味著男孩已長大成人，擁有法術，並且成為家族的驕傲，能參與在村社的重要活動當中、擁有戀愛、結婚的資格。

「度戒」節通常不分晝夜地進行二至三天，所有參與者都必須吃素，且禁止殺生，節慶結束後，村民得烹調美味的飯菜，邀請所有親友、鄰居加入，並以新的名字歡迎通過儀式的男子。





Stay Healthy! 社區裡的洗手台

新冠肺炎疫情爆發，影響全球。「洗手」是世界展望會兒童衛生教育多年來的重點之一，近期更成為各個社區強調的重點。在不同的社區中，環境的限制促使各處的「洗手台」擁有不同的樣貌。在因地制宜的創意發想下形成的洗手台，更顯出洗手的重要性和能夠洗手的珍貴。以下就來看看各個社區所在國的洗手台吧！



寮國

架在校園花園上的洗手台，一邊洗手還能一邊澆花！學生們彼此提醒、一起洗手，保持清潔。



越南

世界展望會協助弱勢家庭蓋水塔、拉管線後，在家終於能洗手了！



蒙古

學校洗手間內嶄新的水龍頭，讓孩子們如廁後也能維持洗手好習慣。



斯里蘭卡

難有管線的時候只好汲一桶水，剛好也能協助還不太會自己洗手的幼兒，從小培養衛生習慣。



馬拉威

誰說洗手一定要有水龍頭？幾根木枝、一條繩子和一個裝水的桶子就是Tippy Tap簡易洗手設備，一樣能安心洗手！