

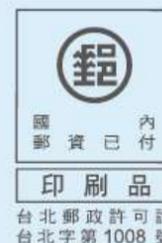
社區

社區消息

Building Hope
for Communities
希望計畫

Vol.05
2020/11

World Vision
台灣世界展望會



城市裡的哀愁

蒙古國首都烏蘭巴托 (Ulaanbaatar) 目前有超過140萬人口，原本應只能乘載50萬人的它現在有著整個國家超過四成的人口，來自鄉村的居民日復一日在這座令人充滿幻想的大城市裡，謀得一絲喘息的機會，期盼努力過後的明天會更好。

城市邊緣緊緊相鄰的居住群由一個又一個的蒙古包和破舊鐵皮、木板組合而成，缺乏水資源系統的環境以及燃燒煤炭或廢棄輪胎等物品造成的空氣汙染，才是大部分外移人口的真實生活樣貌。

達爾汗市 (Darkhan) 為減緩烏蘭巴托龐大移工壓力而設置的工業大城，鄉村人口湧入後，亦然面臨首都的共同問題：貧困、失業、健康與教育等環環相扣的惡性循環。跟著父母前往都市打拼的孩子們往往則缺乏保護、受到忽略，在不安全的環境下成長，更容易受到犯罪、毒品濫用與酒精、社群網絡的誘惑等威脅。

社區希望計畫團隊在烏蘭巴托及達爾汗開展計畫，陪伴在都市裡奮力生存的居民和他們的孩子找到生命的盼望。



烏蘭巴托社區 & 達爾汗社區 服務工作



兒童保護

提供蒙古包



在社區進行兒童保護倡導及災害應變宣導



培訓種子教師



連結社區建立兒童友善空間



領導能力

人際關係

發掘潛力

身分認同

成立兒童社團



小學及中學學生



成為社區影響力



培訓

影響社區

生計發展

專業知識

基本用具

商業知識

儲蓄觀念

提供柴火、糧食等緊急需求之物資



成立生計團體



擁有生計能力、彼此交流



提供孩子更好的生活



培力地方夥伴與志工



成為社區影響力





當希望發酵 單親媽媽的事業第二春

蒙古·達爾汗

孟可蘿爾 (Mendkhorol) 今年40歲，育有四個孩子。她二兒子去年在社區希望計畫團隊舉辦的兒童夏令營中獲得身體檢查的機會，發現患有肺結核而提前回家，團隊成員建議全家進行身體檢查，竟發現四個孩子全都染有肺結核。二兒子住院開始接受治療，其他三個孩子也定期在家服藥，逐漸好轉、康復。

今年春天，孟可蘿爾也參加了團隊舉辦的心理諮詢，她向心理師傾訴面臨的

各樣問題，包括先生施暴的問題。於是在團隊協助下，她通報了家暴事件，並和孩子們居住在臨時庇護中心。在生命各樣的困境中，孟可蘿爾並不放棄努力，她參加烘焙培訓，習得一技之長，「現在我可以烘烤出八種不同的麵包，我預計做更多種麵包，以後藉由賣麵包改善收入。我對未來充滿希望，也很快樂。」

八個蒙古包 八個家庭的新生活

蒙古·烏蘭巴托

「小時候，爸爸離開了，媽媽帶著我和兄弟姊妹們住在親戚家的車庫裡。冬天寒冷、夏天酷熱，我們常常生病，」索賽雅 (Zolzaya) 敘述著以前的生活。她說，以前她對自己的居住環境感到丟臉，不敢邀請朋友到家裡來玩，但自從社區希望計畫提供一家人蒙古包後，她比較有自信，和手足都感到非常開心。八年級的她，不用再擔心住在親戚的車庫招來異樣的眼光，更能夠擁有屬於自己的安全空間。

烏蘭巴托社區希望計畫團隊在4月到6月間提供八個最脆弱的家庭蒙古包，一共19名成人和24名兒童展開不一樣的生活，不再面臨房租或是寄人籬下的壓力，孩子們也能在安全舒適的生活環境下成長。值得一提的是，在這八個家庭中，有六個是單親母親，獲得蒙古包對她們來說如釋重負，這些婦女也參與在社區希望計畫其他改善生計的活動中，逐漸提升孩子們的生活品質。

社區裡的幕後英雄

蒙古·烏蘭巴托

新冠肺炎疫情使得貧困家庭的處境備受挑戰，社區裡至垃圾場蒐集垃圾以維持生計的貧困家戶數也因而增加，大約有120名成人，有一些孩子也跟著幫忙父母。甚至有的家庭考量交通方便，直接將蒙古包搭在垃圾場附近。

社區希望計畫團隊提供這些家庭糧食援助和衛生服務，更召集社區希望計畫的受益居民一同縫製1,500只口罩，送給在垃圾場謀生的人們。一些家庭曾經也做過蒐集垃圾的工作，深知垃圾場的環境和生活的情形，因此也特別樂於幫助這些家庭。

安荷澤澤 (Ankhtsetseg) 說：「兩年前，我就和他們一樣，從來沒想過我能幫助別人。社區希望計畫提供我裁縫機，我也有縫紉口罩的能力，我從計畫裡受益良多，更受到鼓勵，期待成為別人的幕後英雄，我認為該是輪到我幫助其他人的時候，很高興能成為他人的幫助。」

儲蓄小組的社區督導蘇吉爾 (Sugir) 則表示：「蒙古人常說『施比受更有福』，

儲蓄小組的所有成員都同意幫助在垃圾場工作的家庭，於是使用小組的社會基金購買口罩材料，並完成縫製。」靠著眾人分工與團結的力量，蘇吉爾的小組在三天內就生產了450只口罩。這些默默無聞的居民，是社區互助的最佳典範，也是社區希望計畫的精髓。當希望點燃，靠著許多人同心的力量，就能帶著一整個社區前行，一個也不被遺忘。



重拾對生命的盼望

蒙古·烏蘭巴托

50歲的巫甘瑪 (Uuganmaa) 曾經在蒙古國南部的醫院負責伙食，一煮就是20年。卻因為醫院組織重整而失去工作，先生不巧也同時失業，一家人的生活越來越艱困，便決定離開家鄉，搬到首都烏蘭巴托找工作。三年前，她被診斷出肌肉骨骼功能失調，影響行動能力。「當我聽到診斷時，實在難以置信，頓時失去希望，等待著死亡降臨，」巫甘瑪說。

幸運的是，在她生命最幽暗的時刻，她遇見了烏蘭巴托社區希望計畫團隊，受到鼓勵與協助，重拾對生命的盼望。

「和其他受益家庭見面後，我才發現有

許多艱苦的家庭，甚至有單獨扛起照顧兒女重擔的婦女。從那一刻起，我忘了自己的病，開始努力工作、參加縫紉課，也參與在儲蓄團體中，和社區裡的其他人彼此學習、鼓勵。」

不向生命際遇低頭的巫甘瑪現在學會種植甘藍、番茄等各樣蔬菜，也自己縫製床單、蒙古包的防雨罩等，生計不再處處卡關。她說：「無論在哪裡，我都努力找機會看看能做什麼、怎麼賺錢、怎麼開始行動。對我來說，人能充分利用頭腦，就是活著最快樂的事了。」



社區發展工作 從與居民攜手找回尊嚴開始

斯里蘭卡·佳伊拉

未能擁有安全的居所是許多佳伊拉社區居民面臨的困難之一，沒有安穩的家，也難有安定的心情和歸屬。因此社區希望計畫團隊在當地協助最貧困的家庭改善或重建房屋，讓他們和孩子們能夠在安全且受保護的環境下生活。

在今年的4月到6月間，佳伊拉社區希望計畫團隊提供建築材料，讓社區居民貢獻己力，一同建蓋了24間房屋。預計2020全年度將有65個最貧困、弱勢的家

庭擁有遮風避雨的堅固住所。

蒂帕（Deepa）過去住在由生鏽的屋頂、木牆組成的小房子裡，現在她的新家有能真正提供保護的牆壁、屋頂以及水泥地板。她說：「透過世界展望會的幫助，我們建造了一間能提供保護的房屋，我為此感到驕傲，我們的家庭也因此有了尊嚴。房屋對我來說是一個很大的幫助，謝謝社區之友和世界展望會。」



強化社會安全網 坎培薩成立兒童保護委員會

馬拉威·坎培薩

對孩子們來說，沒有什麼能比在安全、受到照顧的環境中平安長大更幸福的事了。不幸地，坎培薩社區有兒童受暴的情形，當地兒童受到從言語到性侵害等暴力，也有疏忽照顧、強迫輟學等問題。社區希望計畫團隊在與社區的訪談中發現強暴、童婚、童工等案例，然而即使兒童遭受暴力虐待，卻幾乎沒有人通報，更別提兒童得以保護、事件得以處理。

為了解決這些問題，社區希望計畫團隊在坎培薩社區建立兩個兒童保護委員會，培訓30名成員，使其了解相關通報及轉介機制。2020年的4到6月，委員會成員揭露了當地兩起兒童保護案件。其中一個案件涉及一名8歲男孩史蒂文（Steven），他遭父母遺棄後，被盲人雇用，在市場上乞討。兒童保護委員會成員解救了史蒂文，為他安排近親作為監護人，獲得照顧，不再上街工作。

另一則相似的案件主角是年僅6歲的法

蘭克（Frank），他遭父母虐待、被迫到市場乞討。社區成員因為參與過兒童保護委員會在社區舉辦的宣導活動，便通報了法蘭克的遭遇。於是委員會透過社區區長警告男孩的父母，並向他們說明兒童保護相關知識，現在法蘭克已經不在街上流浪了。

兒童保護委員會主席班傑明·蒙巴（Benjamin Mumba）說：「一開始，我們不懂得如何處理與兒童保護相關的問題，也沒有知識或能力，但現在經過培訓，我們已經有能力成功處理案件。」孩子的安全，要靠整個社會共同維護，期盼在通報機制建立與不斷宣導後，居民兒保意識轉變，並擔負起保護年輕世代的責任。

註：在馬拉威的社區裡，村長或區長等領導人具有處以罰金或懲處的權力，也受到居民的尊崇，因此該職位的人若出面調停糾紛或兒保等事件，具有一定效力。倘若事態嚴重，兒童保護委員會在接獲通報後則會轉介給警政單位。

少年阿維什卡 為村莊挺身而出

斯里蘭卡·佳伊拉

今年3月底到6月，斯里蘭卡因新冠肺炎疫情遭封鎖，生活對於成年人來說是一場鬥爭，對孩子們來說則是一種痛苦。當地的兒童和婦女事務部於是舉辦電視直播節目，讓兒童討論有關新冠疫情的局勢以及當前的問題與觀察。佳伊拉兒童聯合會主席阿維什卡（Avishka）在300名競爭者脫穎而出，與其他九名參與者一同出席活動。

阿維什卡來自佳伊拉社區的蘇杜韋拉地區（Suduwellla area），該區自從爆發出確診病患後，當地居民就受到社會排擠，成為「不可碰觸的」人們。阿維什卡是蘇杜韋拉地區第一個參與電視實況直播問答節目的人，也因此成為家鄉之光，為當地居民的名聲扳回一城。

「為什麼要讓成年人遵循衛生當局設定的基本衛生指南如此困難？」是阿維什卡在節目中針對學者提出的問題。他指出：「儘管斯里蘭卡處於封鎖狀態，我們也看到全球局勢嚴峻，但我卻觀察

到我們國家的成年人輕忽對待，在街上閒晃、沒有戴口罩等等。孩子們遵循準則，但成年人卻沒有遵守。」

這個16歲的男孩繼續訴說當地人的共同心聲：「我們的村莊臭名昭彰，被社會看不起、被服務業拒之門外、供應商也抵制我們，停止供貨到蘇杜韋拉，甚至沒有一輛嘟嘟車（Tuk-tuk，三輪計程車）駛過我們住的地區，居民的心靈深受傷害，這都是因為成年人不負責任的行為。」

阿維什卡在電視上的露面，彷彿為村莊抹去了污點，為村民點燃一線希望。然而他卻謙虛表示，自己不是最優秀的學生，還有許多其他有能力的孩子，更有才華也很勤奮，「我希望他們也有機會能為自己發聲或表達他們的想法。」

註：蘇杜韋拉地區因新冠疫情而面臨的挑戰請參第4期社區消息P3



千人演講初體驗 兒童社團成員突破自我

越南·安平

萬安（Van Anh）今年九年級，二年級的時候她的父母離婚，媽媽終於逃離爸爸的暴力對待。幼時父親酗酒、賭博造成的陰影仍在，萬安和兄弟姊妹都難有好心情，萬安也輕視自己，甚至有些憂鬱的跡象。

七年級的時候，萬安加入社區希望計畫協助學校舉辦的兒童社團，第一次到社團裡時，她只想逃開人群，但這樣的反應在她被任命為兒童社團管理委員會的成員之一後，漸漸轉變。「我更有自信，對他人抱持更開放的態度。通常我會為社團寫劇本，或擔綱演出，甚至負

責一些交流活動。我不認為以前的我有能力做這些事，」萬安分享著自己的改變。

安平社區在6月舉辦了防止兒童受暴的宣導活動，吸引了近三千人參加，其中有兩千多名兒童。萬安在閉幕式時向所有人發表演說，講述社區的現況及減少兒童受暴的解決方案，她的演講備受矚目。目前安平社區共有13個兒童社團，299名兒童參與其中。孩子們近期因應疫情，也在社團中學習正確洗手、使用口罩等預防疾病的衛生知識。



越南家庭日 與家人同樂樂

越南·安平

為了促進家庭的傳統價值和家人間的互動，越南在2001年設立「家庭日」，訂於每年的6月28日。社區希望計畫團隊在社區透過定期的歡慶家庭小組教導父母親的正向教養方式、認識情緒與良好的正向溝通等技能，團隊6月份也趁著家庭日在社區舉辦同樂活動，共433人參加。

陶太太（Thao）和她的家人參與其中，她說：「這是我們全家第一次參加這樣的活動，我們度過了美好的時光。當我的丈夫和孩子們告訴我，他們希望

我平常能和他們一起晚餐時，我更加了解他們的需求。以往工作忙碌，我經常不在家一起吃晚餐，但經過這次的活動，我會盡量每週安排四天和家人一同用餐。」

安平社區現在有149名家長定期參與歡慶家庭小組，小組對於家長們的壓力釋放、人際交流以及學習正確的教養觀念都有良好的幫助，能促進孩子們在安全、快樂的氛圍中成長。



小小菜園 生計大功臣

寮國·帕歐

荷姆（Hom）和在諾沙梵小學（Nonsavanh）任教的先生在13年前，從鄰近的縣市搬到諾沙梵村，當時只有一點點錢，買了一小塊地蓋房子，開墾出一小塊菜園。

「以前剛搬來的時候，孩子們都還小，展開新生活的過程遇到許多挑戰。當時我們常常沒有足夠的食物，後來就決定在菜園種菜，」荷姆回憶著當年初來乍到的情景。社區希望計畫團隊到帕歐社區時，她順理成章地開心加入家庭菜園的種植訓練，也參與健康活動推廣，之後更獲選擔任健康志工，為社區裡的孕婦和哺乳中的母親們提供醫療保健知識。

荷姆說：「家庭菜園的訓練教會我許多技術上的知識，我們也獲得蔬菜種子、鋁網等栽種所需的基本材料。」現在，她的小菜園裡有各種不同的蔬果，都是受訓後才成功種植出的。她遵循所學，減少使用農藥，不僅降低對於人體健康的影響，更有更好的收成，「現在我的農作物更有價值，每個月靠販賣作物可以賺到新台幣約217至311元（7萬至10萬基普），也能養活全家人。」

荷姆帶著幸福的笑容說：「透過參與方案活動，我在種植農作物上獲得更多的知識和技能，和其他村民一起過上更好的生活。」

患難中的祝福

寮國·帕歐

巴特（Vat）和太太拉爾（Lar）今年28歲，靠著農耕養育兩個女兒。每年4月到10月，因為農地休耕，一家人總是三餐不繼，沒有足夠的食物和米。因此巴特不得不前往另一個省份的香蕉園打零工，每個月將微薄的薪資寄回家，留拉爾獨自在家照顧兩個孩子。

有一天，拉爾帶著小女兒到田裡尋找可吃的食物，6歲的妮詩（Nith）獨自一人在家煮泡麵作為早餐，卻忘了在上學前將火熄滅，整個房子都被燒毀了。當時村民試圖滅火，但大火吞噬了整間房子，所有的家當都付之一炬，唯一值得感恩的是周遭鄰近的房子沒有連帶燒毀。

遠在香蕉園的巴特沒有手機，不曉得家中發生這樣大的災難，當時妻小靠著鄰居度過艱難的日子。

善良的鄰居讓拉爾和兩個女兒借宿，也和她們分享食物。火災後的兩天，政府和村裡的年輕人都去森林砍柴，為手無縛雞之力的母女建蓋臨時住所，一些人也提供他們衣服、基本的廚具和生活用品。社區希望計畫團隊更提供救濟，幫助一家人重建房屋。社區希望計畫的本質，就是期待社區能互助合作，齊心努力邁向自立，巴特一家人所面臨的生命低谷，卻也見證了社區能夠永續共榮的潛力。



56名阿薩豐社區居民 習得孕期照護

寮國·阿薩豐

阿薩豐社區今年4月到6月的工作重點聚焦於培訓在地合作夥伴針對孕產婦進行諮詢，以及資料整理與追蹤。共有31名衛生站員工和25名社區健康志工參與在產前產後照護的訓練，另外也有24位縣衛生局和衛生站的人員參加在嬰幼兒餵食訓練和行為改變的宣導當中。

努可（Nok）和先生都是農夫，靠著在森林裡採集維生，除了一個1歲多的孩子之外，努可肚子裡還有一個寶寶。今年，社區希望計畫團隊在進行家訪時，發現努可的孩子由於缺乏足夠的食物，因此缺乏營養、體重過輕。團隊提供努可一家3公斤的米、30顆雞蛋和鹽巴，減少購買食物的支出，也教導夫婦倆如何利用在地食材烹煮營養的食物和正確的嬰幼兒照護知識。

每天也有人協助監測努可和孩子的營養攝取及體重，確保體重過輕的孩子能

恢復健康，媽媽在懷胎期間也有足夠的營養。在幾個月的努力下，努可的孩子終於達到正常的體重重量，她說：「過去懷孕期間從來沒有做過檢查，也不知道如何為孩子做營養的食物。謝謝社區希望計畫團隊和社區健康志工的定期探訪，並鼓勵我在懷孕期間進行檢查和接種疫苗。」



佳伊拉新冠疫情回應工作

斯里蘭卡·佳伊拉

斯里蘭卡在今年的1月27日出現首例新冠肺炎確診的外來案例，3月11日則出現第一個當地確診案例，此後，病例即逐漸上升，政府也宣布全國宵禁，解禁後也頒布跨區移動的限制令，社區希望計畫團隊的工作也因此受影響。然而團隊也隨即評估，暫停執行會受到群聚、限制令等影響的原有工作，並提出回應新冠疫情的計畫。在4月到6月間針對新冠疫情，團隊達成以下工作：

- 發放衛生包、消毒包給446個弱勢家庭
- 提供15所學校42座洗手設施，為開學做準備
- 為警局、火車站等公共場所提供20座洗手設施
- 發放25個消毒包給16所學校、6間政府辦公室
- 提供27支體溫計給15所學校、1所幼兒園以及4所教會
- 發放250個N95口罩、2,000個外科口罩與一次性手套給當地醫院和衛生局
- 提供500個受新冠疫情影響並有兒童的家庭糧食包



和同動物共飲說再見 1,984人喜獲乾淨水

馬拉威·坎培薩

在坎培薩社區的佩圖洛村（Petulo）裡，村民唯一的水源是一條河流，然而豬和山羊等動物一樣也從這條河裡飲水，對村民的健康及生命造成很大的威脅。儘管水源不潔淨，當地人們卻別無選擇，只能依賴這條受污的河水。也因此，許多人經常承受腹瀉的痛苦，尤其是5歲以下的兒童，更有喪命的危險。

社區希望計畫在當地開始執行後，佩圖洛村的居民終於有了乾淨的水源。台灣社區之友的愛心，促使坎培薩社區得以新開鑿共六口水井，其中一口即在佩圖洛村，社區希望計畫團隊也協助當地居民修復五口原本損壞的水井。這些水井讓社區裡共1,984人擁有乾淨的水源，不再與牲畜共飲河水，其中有1,280人是兒童。

育有四個孩子的特瑞莎（Tereza）說：「我要感謝世界展望會和台灣的好朋友們在佩圖洛村蓋的新水井。以前我們得忍受腹瀉等水媒疾病的痛苦，現在

這一切都已成為過去。」

社區希望計畫團隊也在設置新水井的地方成立六個水資源管理委員會，並且培訓委員會成員，使之管理、維護得來不易的水資源系統。同時，也透過與地方政府的衛生和教育部合作，在疫情期間特別聚集兒童，成立兩個水資源社團，一共培訓了20名兒童，使他們掌握公共和個人衛生相關的知識和技能，影響周遭同儕與成人。



馬拉威疫情升溫 社區發放水桶 積極倡導衛教

馬拉威·坎培薩

馬拉威在3月開始出現新冠肺炎確診案例，國家宣布進入緊急狀態，除了關閉學校，也禁止超過百人的大型集會。馬拉威世界展望會當時為遵循法令，決定暫緩非新冠疫情的相關的工作，6月才陸續恢復。然而疫情逐漸升溫，馬拉威政府於8月宣布新的措施，包括關閉教堂與酒吧、強制配戴口罩、限制集會人數等。其中對於社區希望計畫的服務工作主要的影響是集會人數限制降至十人以下。

為協助坎培薩社區預防新冠肺炎，社

區希望計畫團隊在社區發放18個附有水龍頭的水桶，分別提供給坎培薩健康中心、兩所學校以及兩個市場。團隊也在社區中倡導經常洗手、在公共場合戴口罩和遵守社交距離的好處。

社區成員約翰（John）說：「以前為了節省用水。即使在上廁所後，我們依然避免洗手。」為了預防新冠病毒，勤洗手和保持社交距離等衛生觀念挑戰當地人長期以來的生活習慣，卻也因為疫情使得人們更加警覺，時刻提醒自己遵守應有的衛生守則。



提升農產品銷售的必殺技—生產履歷

越南·安平

西瓜是越南極為普遍的水果，受大眾喜愛。安平社區裡參加生計發展方案的家庭，在社區希望計畫團隊的培訓下，栽種的西瓜大受好評，透過團隊輔導的銷售據點，銷售足跡已超越社區、到達縣城。

今年的4月至6月，瓜農接受的培訓聚焦在於銷售與宣傳，學習提升產品在客戶心中的價值。社區希望計畫團隊在社區舉辦研討會，與瓜農探討如何提升西瓜的價值，以及與市場的連結。瓜農們因此印製了一萬張西瓜生產履歷標籤，標有產品名稱、產地以及諮詢熱線，貼在一顆又一顆圓滾滾的西瓜上，讓消費者能對在地農產品有更深的認識，並且建立品牌信任。有任何問題，還可以直接撥打西瓜熱線，讓小農親自解惑。



西瓜的傳說

傳說中，在越南最古的朝代—雄王時代，一個男孩被水手賣掉做為奴隸，最後被雄王買下，取名為梅安丁（Mai An Tiêm）。小男孩聰明有才華，雄王視其如己出，甚至將女兒許配給他。雄王身邊的朝臣因此十分忌妒，便向雄王搬弄是非，雄王竟也聽信讒言，誤以為梅安丁要出賣他，便將一家人驅逐到荒涼的島嶼。

梅安丁不因此頹喪，他在島上發現一種鮮紅多汁的水果，便和太太在一片沙地上，努力栽種從未見過的果實。不久，遍地都是綠色的藤蔓，光滑、深綠色外皮的瓜果越長越大，梅安丁剖開水果，嚐了一口，口味清涼鮮甜。一家人便靠著這個水果充飢解渴，並將它命名為「Tâyqua」，意即來自西海岸的水果。

梅安丁收成了超過一家人需求的西瓜，於是在瓜皮上雕刻自己的名字，讓西瓜漂浮在海上，企圖與他人聯繫。在耐心的堅持與持續勤奮的努力下，竟有商船到梅安丁的島上，和他進行交易。一家人的荒島生活因為西瓜的名聲遠播，逐漸回到過往的舒適。雄王輾轉得知梅安丁的事蹟，知道他不曾背棄自己，也一直靠著勤奮與聰明才智而擁有一番作為，最終召回一家人，使他們重新擁有富裕的生活。

安平社區的瓜農們自詡為梅安丁，相信只要靠著努力和毅力，終有一天也能脫離貧窮，擁有舒適的生活。



改善生計新發現—粽葉蘆

寮國·帕歐

粽葉蘆是諾依（Noi）今年在社區希望計畫團隊的協助下，開始種的經濟作物。粽葉蘆的功用出乎意料的多，葉子可以用來包粽子，花絮用來做掃帚，桿則可做籬笆或作為造紙原料，更是一些牲畜的最愛佳餚。

21歲的諾依和先生育有一個5歲的女兒和2歲的兒子，一家四口經年缺乏足夠的糧食，是社區裡經濟狀況最為困窘的家庭之一。社區希望計畫團隊和當地的縣農林局一起舉辦粽葉蘆種植培訓，期盼為脆弱家庭找到獲得生計的方式。受訓

期間，諾依跟著團隊到別的村莊進行交流訪問，學習其他農夫的經驗，包括如何選地、預備土地、選擇種子，以及如何儲存和銷售作物。

學習的過程中，諾依有一項驚人發現：若一切順利的話，一公頃的粽葉蘆園一年的收成可以帶來超過3萬元台幣（1,000萬基普）的收入。她信心十足，相信能靠著種植粽葉蘆改變家庭的經濟狀況，讓孩子能吃饱穿暖，擁有更好的生活。



與十隻小鴨啟程通往嶄新生活

寮國·阿薩豐

小馮（Phenng）獨自養育三個孩子，靠著到森林裡採集食物為家人充飢，以及打零工支持孩子上學和維持生活所需。她的收入始終不足以支付所有開銷，孩子們也經常餓肚子。

今年，小馮加入了社區希望計畫團隊開辦的養鴨及家庭菜園培訓，她在當中學習利用小塊土地種植蔬菜，更學會怎麼養鴨。社區希望計畫團隊提供小馮和其他參與方案的成員十隻鴨子、蔬菜種子和耕作與飼養鴨隻所需的基本器具，讓貧困的家庭一整年都有食物來源。小馮的鴨子在她的細心照料下很健康，她也完

成建蓋鴨舍，不讓鴨子成為家庭環境污染的來源。

社區裡另一個加入養鴨培訓的媽媽希恩（Zine）和小馮一樣為習得的新技能感到興奮，她說：「鴨蛋除了再孵化小鴨，讓我們養更多鴨子，也可提供一家人部分所需的營養。」有了技術和十隻鴨子作起頭，社區中60個貧困家庭不再直直墜入貧窮循環的無底洞，他們開始有能力跳脫循環，一點一點邁向更好的生活。



禮拜日午餐， 來我家吧！

斯里蘭卡·佳伊拉

天主教為佳伊拉社區居民的主要信仰，人們星期的生活彷彿也以教堂為中心，再向外展開。禮拜日早晨的彌撒過後，居民順勢將聚會延伸到家裡，與親朋好友一同吃喝快樂。男人們往往在腋下夾著一兩瓶酒回到家中，婦女們則開始準備一頓必有辣豬肉咖哩的週日午餐。聚會美食與美酒下展開，伴隨著即興的唱歌跳舞，直到累了才散會，禮拜日午餐聚會的絕對元素除了辣豬肉咖哩，還有親友間美好的情誼。



白瑤族的婚禮

越南·安平社區

在台灣，舉辦婚禮時有各種傳統禮俗需要遵守，也因地區或信仰等不同而有所差異，越南也不例外。安平社區裡的白瑤族在婚禮前，新郎的父母會邀請村裡德高望重的夫婦作為新人的乾爹和乾媽，他們將參與、陪伴新人度過人生的重要時刻。此外，在婚禮中，將有11個人向新郎致意，包括伴郎和擅長唱歌、跳舞的年輕人。

新郎迎娶的時候會穿著黃色的外套，直接進入新娘房過夜，然而新娘會躲在新娘房外的某個地方，直到第二天，新娘才會進入房間，但會用紙扇遮住臉。因為瑤族人相信，若是新人看見彼此的面容，新娘便會遭受不



幸。接著新郎家中的人會一起唱歌，徵得新娘家人的同意，把她娶回家。

晚上10點，一場驅除厄運的慶典展開，眾人為新娘祈福，祈求安全的旅程。當新娘抵達新郎家中，上樓梯的時候，新郎的妹妹會替新娘撐傘，表示新郎家庭對於媳婦的歡迎之意。婚禮隔日，新人們將再次回到新娘家中，邀請婚禮期間幫助他們的人以表達感謝之情。

植樹節—與孩子在實 作中學習保護生態

寮國·帕歐

6月1日是寮國的植樹節，也是兒童節。社區希望計畫團隊和當地政府在拿撒凡小學（Nasavang Primary School）合辦慶祝活動，與孩子們同樂，更和孩子一起種樹，打造永續的生活環境。10歲的凱茵（Khein）說：「我最喜歡的樹是緬梔，樹木讓學校的環境更優美，開滿鮮花的校園也使人心情愉快，我特別喜歡坐在樹蔭下看書。」學生們也在種樹的過程中，學習樹木保護生態及其他的功能，例如在雨季時減少土石流、乾掉的木材能作為柴火等，藉由實際體驗培養維護生態環境的觀念。

