

出國報告(出國報告類別：學生國際志工團)

## 築孟印度國際志工團 工作報告

服務機關：國防醫學院三軍總醫院

姓名職稱：三總家庭牙科主任邱國洲、

國醫公衛系副教授林富煌等二員教師、

國醫醫學系二年級劉宗軒等二十四員學員

派赴國家：印度

報告日期：112 年 08 月 31 日

出國時間：112 年 07 月 16 日至 08 月 05 日

## 摘要

國防醫學院一、二、三年級學生應印度孟買 Angel Express Foundation、Access Life、Prem Daan 等機構之合作邀請，組成暑期學生志工團，並報請三軍總醫院科主任邱國洲醫師、國防醫學院公衛系林富煌副教授，分別自民國一百一十二年七月十七日至 八月四日間，前往印度孟買，進行教育課程、健檢、頭蝨教育、環境服務、家街訪、衛藥材捐贈工作。內文包含工作歷程概要及學員之心得經驗分享及建言，期許未來能協助國防醫學院與相關志工團隊合作，增加醫學生之見聞與對國際 志工、人道援助等實務經驗，期冀透過實際參與志工行動與經驗分享，落實人文及醫學教育之使命

## 目次

壹、 目的.....	4
貳、 過程.....	4
時程簡介.....	4
工作概要.....	5
參、 心得與建議.....	7
肆、 附件.....	10

# 內文

## 壹、目的

國防醫學院一、二、三年級學生應印度孟買 Angel Express Foundation、Access Life、Prem Daan 等機構之合作邀請，組成暑期學生志工團，並報請三軍總醫院科主任邱國洲醫師、國防醫學院公衛系林富煌副教授，分別自民國一百一十二年七月十七日至八月四日間，前往印度孟買，進行教育課程、健檢、頭蝨教育、環境服務、家街訪、衛藥材捐贈工作。內文包含工作歷程概要及學員之心得經驗分享及建言，期許未來能協助國防醫學院與相關志工團隊合作，增加醫學生之見聞與對國際志工、人道援助等實務經驗，期冀透過實際參與志工行動與經驗分享，落實人文及醫學教育之使命。

## 貳、過程

### 一、時程簡介

- 7月16日：下午前往桃園機場搭飛機至泰國曼谷機場轉機，凌晨轉機至孟買機場
- 7月17日：抵達孟買機場，前往住宿旅館及換錢、辦網卡、分配生活用品等生活整理
- 7月18日：上午前往 Angel Express Foundation 的 Amboli 據點，下午前往 Malad 據點場勘。
- 7月19日：上午前往 Angel Express Foundation 的 Santacruz 據點及 Prem Daan 場勘，下午則前往 Angel Express Foundation 的 Dosti 和 Bhakti 據點場勘
- 7月20日：上午前往 Angel Express Foundation 的 Andheri 據點進行文化課程，下午前往 Bhakti 據點進行口腔及性平課程。
- 7月21日：上午前往 Angel Express Foundation 的 Dosti 據點進行頭蝨計畫，下午前往 Santacruz 據點進行網路安全課程
- 7月22日：上午前往 Prem Daan 進行服務，下午前往 Andheri 火車站附近進行街訪。
- 7月23日：上午前往 Prem Daan 進行服務，下午前往 Access Life 服務。
- 7月24日：上午前往 Angel Express Foundation 的 Versova 據點進行口腔及性平課程。下午前往 Juhu 據點進行網路安全及環保課程。
- 7月25日：上午前往 Angel Express Foundation 的 Amboli 據點進行網路安全及環保課程，下午前往 Bandstand 據點進行口腔及性平課程。
- 7月26日：上午前往 Angel Express Foundation 的 Andheri 據點進行健檢計

畫，下午前往 Bandstand 據點旁邊的貧民區進行家訪。

7月27日：上午前往 Angel Express Foundation 的 Amboli 據點進行頭蝨計畫，下午前往 GHATKOPAR 據點進行頭蝨及科學課程。

7月28日：上午前往 Angel Express Foundation 的 Santacruz 據點進行文化課程。下午前往 Malad 據點進行科學課程。

7月29日：上午前往 Prem Daan 服務，下午前往 Access Life 服務。

7月30日：上午前往 Prem Daan 服務，下午於住處進行兩周服務檢討會。

7月31日：上午前往 Angel Express Foundation 的 Versova 據點進行科學課程，下午前往 Juhu 據點進行文化課程。

8月01日：上午前往 Angel Express Foundation 的 Amboli 據點進行性平課程，下午前往 Bandstand 據點進行網路安全課程。

8月02日：上午前往 Angel Express Foundation 的 Andheri 據點進行性平及網路安全課程，下午於住處進行休整。

8月03日：上午前往 Angel Express Foundation 的 Amboli 據點進行科學課程，下午前往 Bhakti 據點進行頭蝨計畫。

8月04日：上午於住處整理行李，下午前往孟買機場。

8月05日：上午於曼谷機場轉機，下午抵達桃園機場。返回國醫後解散。

## 二、工作概要

隨著多次前往印度孟買，我們逐漸與當地建立起密切的聯繫網，與 Access Life、Asha Daan、Angel Xpress Foudation 保持長期合作。其中，醫療與教育為我們服務的主要項目。

Access Life 為癌末病童的暫時照護機構，在當地我們以陪伴為宗旨，帶來毛線畫與串珠手作等簡單手工藝課程，同時也加深病童與家人的情感連結。

Asha Daan 是德蕾莎修女創立的垂死之家。希望讓瀕臨死亡的窮人，有機會在人生的最後享受到溫暖與愛，有尊嚴地離開人世。德蕾莎修女曾說：“If you can't feed a hundred people, then feed just one.” 如果你不能養活一百個人，那就先照顧好一個人吧，修女傳達的觀念希望能給痛苦地病人臨終最後的關懷和溫暖。我們在當地進行日常照護一系列照護服務。今年恰逢 Asha Daan 改建，我們轉至 Prem Daan 據點服務。

Angel Xpress Foundation (AXF) 是孟買當地的課輔機構，主要提供貧民窟的家庭課後輔導的機會。我們在事前詢問當地老師的建議，為 AXF 的孩童設計多元的課程，補足衛教、文化等教育的多元性。

此外，根據在當地的所聞所見，我們也籌備頭蝨、足癬、衛藥材等不同計畫，補足當地醫療資源不足的問題。

**Angel Express Foundation：**

1. **性平課**：藉由公主打敗惡龍、拯救國王的故事，帶出兩性實際上同等優秀，沒有優劣之分的主題思想。而一路上公主遇到的挑戰分別為服裝、顏色、遊戲、職業等常被性別區分的事物。打敗關主、打敗惡龍也代表公主成功破除這些刻板印象。
2. **頭蝨計畫**：由王子被頭蝨怪攻擊的小故事帶出頭蝨觀念與預防方法、頭蝨梳使用步驟等基本常識。衛教之餘也有頭蝨梳使用的示範與演練。結束後發送頭蝨藥、衛教小卡等物，期盼讓小孩子具有處理的頭蝨問題的能力，以及完整的衛教觀念。
3. **科學課**：藉由多拉 A 夢與大雄的角色帶出空氣砲這個道具，並透過簡單的原理解釋讓小朋友了解空氣壓縮的原理。手作空氣砲的趣味性也讓課程不淪為枯燥乏味。最後擊打標靶的遊戲加深對於原理的印象。
4. **網安課**：藉由 DORA 的四個字母帶出網路交友的四大原則：不提供個人資料、不實體見面、尊重其他使用者、遇到問題尋求大人協助。深入淺出的觀念結合家喻戶曉的卡通，讓小朋友對於安全觀念熟記於心。
5. **環保課**：透過環保警察的概念帶出3R，Reuse、Reduce、Recycle。每個課程搭配一個短劇，藉由情境演出讓觀念更加具象化。也透過垃圾分類的小遊戲讓小朋友實際演練，加深印象。
6. **文化課**：以屈原故事為基礎，藉此教導孩子中華傳統文化—端午節的由來。並稍微改動故事結尾，傳達正面意義。劇後加入端午節各項習俗的介紹，以及香包手作課程，讓印度當地的小孩體驗中華文化的豐富性。
7. **刷牙課**：
8. **健檢**：與當地老師討論後，我們為當地小孩準備簡單的健康檢查，其中包括身高體重、視力、色盲、牙齒檢查等。為當地小孩留下資料，可供後續追蹤，也提供給老師，作為健康狀況參考。

#### Access Life：

1. **刮畫課**：刮畫課一直是我們在 Access Life 的固定課程，迴響良好。透過簡單的線條，在紙上畫出豐富的圖案。也藉此傳達對於家人、朋友的感恩之情。
2. **手鍊課**：手鍊課為本次新增課程，結合當地「Friendship Day」活動，以手鍊代表情誼。簡單的手作過程也增加親子

間的互動，為生活增添一點趣味性。

**Prem Daan：**

1. **衛藥材計畫：**我們向三總申請衛藥材，提供給 Prem Daan 的修女。並提供我們自製的衛藥材手冊，其中羅列藥品的圖片、藥效、保存期限等內容。也預期明年再度前往時與修女討論調整方向。
2. **環境整理：**我們協助 Prem Daan 的修女們進行打掃、整理床墊等活動，提供人力資源。另外，我們也協助修女打飯、餵飯、修剪指甲等日常活動。

**家街訪：**我們實際走進孟買街頭與火車站，與當地人面對面直接交流。請教健康、頭蝨、教育等各方面的現況，也詢問是否有不同方面需要增強。期盼透過當地人的視角讓服務更貼近在地需求。

## 參、心得與建議

### 一、心得

#### (一) 蘇筠雅學員

因我們往年會去服務的 Asha Daan(垂死之家)恰好在整修，我們便去到位於新孟買的另一個據點 Prem Daan 服務。兩者最不同的地方在於：前者主要收留外傷病患，而 Prem Daan 主要收留精神病患，不過我們所捐贈的衛藥材中有多數都是外傷藥(紗布、碘酒等)，只好請機構修女代為分送其他據點。我們主要在 Prem Daan 的小孩區幫忙餵飯，一走進去，不甚明亮但乾淨整潔的空間陳列十來座病床，孩子們或坐或躺，由修女或精神疾病較輕微的女性病患餵飯。我照顧的那個孩子只能以扭曲的角度躺在地上，看起來狀況不太好，也不想吃飯。我餵了幾口之後就不忍心再強迫他吃飯，我想著如果我躺著吃飯也會很不舒服吧！孩子看我停下動作後，便咧嘴開心地笑了，我也以極緩慢的速度慢慢餵飯，並不強迫他吃。但一陣子過去，修女覺得我進度太慢便接手我的工作，以正常速度餵食，最後那個孩子哭了也沒在咀嚼。那時我的心情很複雜：如果不強迫他吃東西便會營養不良，若強迫他吃東西肯定會很不舒服.....

隔幾天我們去 Access Life(癌童照顧中心)服務，由於癌症病童的免疫力極弱，那裡必須維持非常乾淨的環境，便成了我最喜歡的服務機構，我們配合當地的 friendship day 給孩童帶了刮畫、做手鍊等課程。和一般課程最不同的是，那裡的孩子活動力不高、大多也有家長陪同，我們就以靜態闖家的課程為主。我主要帶到一個 9 歲的小女孩，他們全家都非常有畫畫天分，而孩子也十分樂觀懂事。她先畫了我，再叫我畫她，望著穿全身粉紅色、看起來很想成為一個漂亮女孩子的她，我心中有些酸酸的，猶豫了好久要不要幫她補上長髮.....

這兩個據點都是最接近醫療第一線的服務內容，也讓我的心情有些複雜難過。這次的活動讓我明白，也許有些疾病我們無力改變，甚至也無法體會他們是深受何等苦痛，但至少我能帶著笑容陪伴他們，讓他們知道這世界上還有那麼一群人關心他們、把他們放心上，讓生命不會失去希望和想像。

在進到據點服務前，有聽帶團老師說在印度人認知中的做公益，就是來捐個錢、發發糖果、拍拍照就能編成一樁事跡；而在我們某次到街童教育所帶課程時也親眼見證這件事。所以機構的修女都會十分感謝我們每年都捐贈許多衛材藥材，也實際為他們服務一整個下午。這件事讓我不斷反思服務的本質，捐錢抑或是實際投入服務，其實我認為兩者都有其益處：維持機構的營運，金錢不可否認是基本資源，如果捐贈錢財並讓真正專業的人為機構付出也不失為一樁美事；而親身投入服務能讓捐贈者更了解機構需求，也能更加尊敬實際付出的工作者，避免陷入捐贈者的自大心理。

## (二) 林均翰學員

這週印象最深刻就是去 Prem Daan，那邊的老人生活看起來相當的平淡，有點像是台灣的安養院感覺，我們過去帶給他們一些快樂的歌曲，能讓他們開心，我覺得相當的有成就感，當然這個並不是最令我感到震撼的。後來餵飯的時候去小孩子的地方餵他們吃飯，一進去房間，就看到孩子臥床的臥床，坐在椅子上肌肉萎縮無法自理的也有，甚至有小孩會不自主的運動，看的心理真的相當難過。當下真的覺得不知道怎麼幫他們，醫生說可以幫他們按摩身體，他們至少會比較舒服，我也只能過去幫一個肌肉萎縮不段抽搐的孩子按摩，當下真的相當難過。開始餵飯的時候，發現那個孩子在餵飯的同時，似乎能感受到有人在照顧他，露出些許的微笑，看著那個孩子與我沒有差多少歲數，卻要面對這樣的人生，真的感到很不捨，在詢問修女後也得知他被送來這之後父母就沒有看過他了，這樣的孩子本來應該擁有快樂且幸福的家庭、童年，生下來卻是如此的命運，仍堅強地活著，勇敢的面對每一天，雖然他不能說話，只能發出呻吟聲表達自己的情緒，我依然能在這些微小的細節裡感受到他對我一絲絲溫暖，餵飯到一半的我也不禁落下了眼淚，當下的我看到這樣的孩子真的相當難過，除了震撼真的只有震撼，從沒想過這樣的孩子血淋淋的在我眼前，或許是看到他的命運而感到難過，也有可能是因為她的堅強與毅力令我為之動容，這也讓我體悟生命的無常與珍惜。

我從來無法想像這樣的孩子要如何生存，或許正是有這些機構能收留這些可憐的孩子，在宗教的庇護下給予他們人生最後一絲的希望，人生或許理應風平浪靜，活得健康快樂，但對於這些孩子們來說，上天剝奪了他們快樂的童年，剝奪了他們擁有的一切，這是何等的不公平，這樣的想法在我腦中久久揮之不去……。其次的，也讓我開始思考我們在這裡做志工

服務的時，我們真的能幫助他們什麼，我們能給他們什麼實質幫助，似乎完全無法 改變這樣的現狀，受到了社會環境、天生的殘缺而限制，我們根本無能為力吧！我一直這樣想著。但再一次次的思考之後覺得或許這就是生命的無常，我們只能接受他，而不是逃避它，這些孩子有的甚至 20 歲，但他們還是撐過來了，他們都是自己生命的戰士，這樣的精神或許正支撐他們走下去，不放棄任何奇蹟與可能吧，我們能做的就是來這裡讓他們 知道其實世界上還是有一群人關心著他們，想幫助他們，或許只是帶給他們一時的快樂也 好，至少讓他們記得我們的溫暖，讓他們能為自己的生命增添些什麼，志工就是這麼簡單 吧，我們確實不能改變什麼，但我們能做的就是給他們生命的契機。我們甚至要學習他 們，看著他們去了解到自己的生活在有多麼的幸福，我們不應該抱怨自己缺少什麼，我們 反而更應該珍惜一切所擁有的，我們都是健康的個體，我們更應該因此而幫助更多的人，這才是身為一個身體健全的人應該做的。

經過這個參訪之後，讓我不段省思自我的不足，我或許常常抱怨自己生或過得很痛苦，總使怨天尤人，卻忽略了世界的角落還有這一些人他們的生命比我們更苦，但他們也沒有抱怨，他們反而珍惜一切的當下與擁有，即使是一丁點的快樂他們都能因此而滿足，這才是人應該有的處世態度吧！這也讓我對於明年出團的時候前往這有不同的想法，或許能製造更多的快樂氛圍讓他們能對這個世界充滿著期望，我們的確不能幫到她們根本的疾病或是生活環境，但我們只要讓他們知道我們關心著他們，這樣就足夠了，看到他們臉上努力擠出的笑容，一切都滿足了，一切也都值得了。

### (三) 方藝綦學員

Asha Daan 是我們一直以來會去服務的據點之一，今年當印度當地才發現正在整修，因此臨時請當地的修女協助聯絡另外一間相關的機構，Prem Daan。因為車程需要一個多小時且從未前往過，因此在服務的前一天，我和兩個學妹和帶團醫生四人先前往據點進行場勘。以往的據點 Asha Daan 將園區分為四區，分別為男人區，女人區，老人區和小孩區，工作內容包含幫男人區換藥，幫女人區打掃，以及陪伴小孩區和老人區等。然而，Prem Daan，和我們當初想的據點不太相同，它是專門收容女性的精神病患為主，其中也有一些身心障礙或是疾病的女性也會在此機構內。那天一早，我們四人先在會客室等待修女的到來。在我們等待之時，一聲尖叫聲劃破了早晨的寧靜。猛然回頭一看，才發現是一個女精神病患毫無聲響地直接往學妹的背上打下去。醫生當下提醒我們她是 physcho，要我們不要還手，但在我們還來不及反應之時，女精神病患已舉起手來進行第二次攻擊了。學妹被攻擊了兩次後，醫生趕緊嚴厲斥責女精神病患並要她向後退，這

時她開始在原地嘶叫並且身體扭曲著。此時，修女趕來，才將我們帶離會客室，前往園區內準備服務。

進入園區後，印入眼簾的是一整排的女精神病患正坐在椅子上休息發呆。當時的我還陷在剛才的驚恐之中，看見當下的場景我真的嚇到了，應該說那是我第一次在印度感到這麼害怕，害怕剛剛的一切會再繼續發生……

那天早上，修女帶著我們去整理倉庫，在搬床架和床單時，我發現剛剛是我多想了，裡面的人其實都是善良的，他們看著我們來會地走動都會主動和我們問早且和我們聊聊天並且表示對我們的感謝。之後，我們往小孩區前進，那裡都是一些無法說話或有身心障礙的孩子們。老實說，當下的我站在原地楞了一陣子，這是我第一次接觸到這種特殊族群，看著他們呆滯的眼神和滿是蒼蠅的身軀，我完全不知道該如何與他們相處。與之相反的，醫生一進去就熟稔的與他們互動和說話，我很是欽佩也想從中學習，因此我跟在醫生旁邊一起和小孩互動，慢慢地我也覺得沒有這麼害怕了。

在 Prem Daan 的一個早上，我覺得像是做了一趟雲霄飛車，從最初的恐懼到最後慢慢轉向祥和，在那裡，一句「namaste」就是象徵感恩和友好的代名詞。我們問修女有什麼是我們明天 27 人來服務時可以提供給她們，他說「A small thing with great love」，她說不需要多大的付出與貢獻，只要陪他們聊聊天或是幫他們拿水杯等等就足矣了。我覺得這次的服務經驗很是珍貴，是我第一次與精神病患和身心障礙者相處，經過這次的服務，我親眼看見這些弱勢族群的生活環境和生活型態，期許自己也能夠成為像修女搬這樣偉大的存在，無私地照耀許多人。

我認為做國際志工還有一層意義，就是將國外看到的一切反思回自己身上。在印度服務時，我曾問自己為什麼我要大老遠跑來這裡做志工而不是先貢獻於自己的家鄉呢!後來我給自己的答案是，國外的服務經歷是能夠充實自己，開闊眼界，進而將最好的自己回饋給自己的家鄉。在台灣也有許多這樣的弱勢族群，少了語言隔閡後我們能做的也更多了，也是經過這次的經驗後，我也更了解到這個環境所需的是什麼。

## 二、建議

劉宗軒團長

建議未來詢問其他科及有意願的老師一起加入印度志工團，為健檢計畫及衛教課程提供更多可能性。也建議拓展孟買其他服務機構，讓服務學習更多元化。在台灣加強與孟買當地聯絡，提供更符合當地需求之課程與計畫。

## 肆、附件

### 一、出團人員名單

帶團教師：邱國洲、林富煌

學員：劉宗軒、蔡明希、張簡佳和、盧禹安、楊忠霖、柯柏再、康瀚太  
陳奎宇、陳柏廷、廖柏豪、謝翔宇、簡佑傑、林均翰  
呂姿融、蔡知言、方藝蓁、蔡承庭、林映汝、曾于庭  
蔡巧玲、謝綾好、蘇筠雅、張琳揚、邱子寧

## 二、服務照片記錄



