

## 國立體育大學教育部補助計畫成果資料

計畫名稱	高教深耕計畫				
活動名稱	捐緬關懷甸出未來	指標	D-1 集資募資		
執行單位	管理學院				
活動日期	108 年 8 月 13 日至 8 月 20 日 星期二至星期二 108 年 12 月 25 日至 108 年 12 月 30 日 星期五至星期一				
活動時間	早上八點半至下午五點	活動地點	緬甸仰光、臘戍		
活動網址	「捐緬關懷甸出未來」粉絲專頁 <a href="https://pse.is/HF37Q">https://pse.is/HF37Q</a>				
活動種類	<input type="checkbox"/> 活動 <input type="checkbox"/> 演講 / 座談 <input type="checkbox"/> 工作坊 <input type="checkbox"/> 協同教學 <input type="checkbox"/> 課程 <input checked="" type="checkbox"/> 其他：高教深耕計畫				
聯絡人	蔡佳樺		聯絡電話：0930600811		
			電子信箱：1054013@ntsue.edu.tw		
總參與人數	參與教師 <u>1</u> 人，職員 <u>    </u> 人，學生 <u>5</u> 人，合計 <u>6</u> 人 校外人士 <u>    </u> 人(單位： <u>                    </u> )				
相關附件					
<input type="checkbox"/> 活動資料(活動中提供參與者資料或者講義.....等) <input type="checkbox"/> 活動影音檔(無則免勾選) 觀看網址： <u>                                    </u> <input type="checkbox"/> 簽到表 <input type="checkbox"/> 問卷資料(每場活動、講座、工作坊請務必做問卷調查) <input checked="" type="checkbox"/> 其他：組員心得					
單位承辦人		單位主管		教學業務暨發展中心	

## 1. 活動內容簡述

透過集資募資的方式，將物資運送至緬甸仰光愛滋病孤兒院，改善孩童生活環境，並帶領體育活動及英文衛教活動，希望藉由體大學生的力量拋磚引玉，讓社會大眾能發揮自己的能力去幫助國內外弱勢族群，同時透過新媒體社群力量的快速推動，讓緬甸地區的孤兒院孩童受到關注。

8 月前往臘戍勘察後發現當地需要籃球教學，返台後便積極尋求籃球相關業者，並且聯繫到關心全世界華人籃球教育議題的美國學校家長，因此捐助本團隊善款，便於 12 月與 HoopHero 團隊合作，透過參訪臘戍當地中文學校及學生中心，以訪談方式瞭解當地人民需求，作為本校規劃國際社會責任教學設計的參考目標，並鎖定回訪仰光愛滋孤兒院，進行教學服務與參訪，贈予院方孩童日常生活物資，教學簡易籃球活動與走繩活動、體能運動及英文課程，取得素材作為在臺灣進行後續社會募資的依據。

## 2. 執行成果指標(量化與質化)

質化：學校首支至緬甸服務的學生團隊，透過本次計畫，建立長期交流之管道，今年度更拓展至緬甸臘戍，經由緬甸華文教育服務團幫助，讓我們參訪臘戍區需要幫助的學校及學生中心，讓團隊能長期進行集資募資及關懷活動。能確實改善當地孤兒院環境，解決其物資需求。規劃適合當地的活動並建立孤兒的自信心及社會適應之能力。吸取經驗，對於運用在集資募資的計畫推動上，可以對於執行方案有幫助。

量化：執行團隊參與人數共 6 人、本計畫創立粉絲專頁觸及人數約 6000 位，8 月前募集 8 萬元等值物資給孤兒院孩童，12 月募得美國學校家長 20

萬元善款作為今年度捐贈籃框及勘察費用。

### 3.活動訊息傳遞方式

☐ 校內簽辦 ☐ 學校最新消息 ☐ 海報

☐ e-mail ☐ 其他：\_\_\_\_\_ 粉絲專頁公告 \_\_\_\_\_

(請以文字及拍照或擷取畫面說明傳遞方式，圖片寬度 10CM)



#### 捐緬關懷 甸出未來

由陳俐馨發佈 [?] · 2019年12月23日 ·

經過上星期管院週的緬甸計畫分享後  
相信大家對於緬甸集資募資的計畫與動機也更明瞭  
現在我們將開始招募新的團員  
期許能與更多夥伴一同為緬甸孩子努力  
歡迎有興趣的你成為我們團隊的夥伴  
填寫完報名表寄到此信箱(1064028@ntsu.edu.tw)

格式務必要正確整齊

報名截止時間為12/30 晚上8點

我們也將會回覆您正確的面試時間及地點

歡迎您與我們一起付諸行動

報名表單連結:<https://reurl.cc/drbe1V>

#ntsu高教深耕

#國立體育大學

#捐緬關懷 甸出未來

#### 捐緬關懷 甸出未來

姓 名		出生日期		性 別		照片
E-mail			電話			
工 作 與 社 團 活 動 經 歷	單 位	職 位	經 歷			
能 力	語 文	電腦能力	認 證	曾獲獎項榮譽		

DRIVE.GOOGLE.COM

報名表.docx



## 活動花絮

活動照片最少 6 張，每張需有照片說明，請排列於 A4 版面內，每張 A4 紙張排列直式 4 張或橫式 6 張照片(每張照片長寬比例要一樣，可設定寬度 8CM)。



8/13 帶著物資機場出發前往緬甸



與象海希望之家校長、孩童合影



與果宣學校、華語文教育團團長合照



與果宣學校李家德老師合照



與美崙學校何超瑞老師合影



與 Pale Mittar 愛滋病孤兒合影





與緬甸華文教育服務團拜訪永生學校



與育興學校校長、孩童合影



與果宣學校李佳德老師、學生合照



與象海希望之家老師、孩童合照



與 HOOP HERO 團隊、Pale Mitta  
愛滋病孤兒院孩童合影



與 Pale Mittar 愛滋病孤兒院老師說  
明 HOOP HERO 團隊捐贈之 ipad  
用途

#### 4.活動相關附件(活動簡章、摘要議程或流程字)

##### 組員心得

**組員：陳俐馨**

##### **緬甸 DAY1 行程:交通通勤日，台灣飛往泰國，泰國飛往緬甸**

由於香港反送中霸佔機場的事件發生，導致原訂在香港轉機的我們，航班一早被迫取消，在出發日的當天早晨收到航班取消的消息，似乎在為我們這趟旅程充滿「意外」做預告，幸運的是我們還是安排到了飛往泰國轉機的航班，在多貼一點錢的狀況下，順利的不影響後續行程抵達緬甸。抵達緬甸的第一晚，帶著我們將近 120 公斤的五箱物資出機場變碰上滂沱大雨，但大雨澆不熄我們抵達緬甸的開心及將展開行程的興奮，在把物資整理完畢，簡單的吃過晚餐後便就寢去，為隔天一早將再搭乘緬甸國內線飛往臘戍做準備。

##### 緬甸心得：

從以前就有一個志工夢，想去世界各地的國家救助需要的人，很榮幸有這個緣分加入這個團隊能夠靠夢更近，此刻回想都還是覺得那麼的不真實。很可惜沒有參與到第一年的過程，而今年 2019 是計畫的第二年，在二月加入計畫，八月實施計畫到落幕，這一趟旅程說起來得來不易，我主要的工作分布在粉絲專頁的控管以及處理校務行政，很多問題都在加入的這一年浮現出來，發現很多的程序並不像我想像中的輕而易舉，學校的程序繁雜，以至於我也相當的混亂，但好在一路上有那些幫助我們的老師，指引我們方向，才讓我們最後順利在出發前完成所有程序。

出發前的這幾個月，世界某一角正在與國家抗戰，抗戰持續地延燒，我們在準備出發的當日上午收到航班被迫取消的通知，航班更改到隔日下午，但這嚴重地影響到我們半年來的心血與付出，面臨這樣重重的關卡，透過旅行社的協助，順利地更改別家航空，才得順利讓我們帶著這半年來募集到的愛心物資前往緬甸。

順利抵達緬甸後我們緊接著前往臘戍，在這裡我們待上了三天兩夜的時間，當時受到台灣固定幫助緬甸的緬甸華語文教育服務團的協助，給予我們

這三天資訊滿載而歸的參訪經歷，看了許多臘戍在地學校的建設現況，以及學生教育上的體系，讓我在那一刻領悟到台灣資源的豐富，世界與世界之間的差距是這麼的懸殊，沒有離開自己的舒適圈，都不知道原來人外有人，天外有天。因為環境的缺乏，在這裡學習就像是他們的寶貝，每一分每一秒都是如此的珍惜，從他們的眼神感受得到他們對於教育上的熱誠與期望，這都是我在台灣看不到的景象。相較於台灣這資源豐富、多元化的環境，因為過於容易取得，造成資源上的濫用，學習反而好像變成可有可無的景象。

結束在臘戍的三天兩夜後，我們乘著飛機再次回到仰光，展開我們這次帶著將盡快要 130 公斤的物資來到緬甸的任務。PaLeMittar 孤兒院，是我們團隊最主要的服務對象，位於緬甸仰光郊區一處貧困鄉間，在這裡的孩子們因為從父母垂直感染而患了愛滋病毒，而無法擁有和正常孩子一樣的生活，這次來到 PaleMittar 孤兒院，不僅僅只是給予物資上的幫助，還有體能遊戲、走繩體驗、英文衛教的課程...等，在最後進入活動尾聲時，我們帶著孩子們回饋一日課程心得的環節，而孩子們所說的每一句話都是我們未來繼續持續再回訪的動力，當時有位小女孩說到落淚，頓時空氣好像凝結了一樣，我真的沒有想過原來我們這趟的到來，對於他們來說是這麼震撼的反應。他們沒有不一樣，甚至比任何人都還要努力。

回到台灣後，對於這一趟去的每一個環節，好像都還歷歷在目似的，謝謝你們讓我了解到我生活在這麼幸福的地方，謝謝你們讓我領悟到你們對於教育的重視，謝謝你們讓我知道你們與世界上的每個人都一樣，因為這一場緣分，讓我能夠更靠近世界一步。

### **組員：葉妙茹**

### **緬甸 DAY2 行程:前往臘戍，參訪象海村海光學校、象海希望之家**

充分休息後，第二天一早便搭乘緬甸國內線航班前往臘戍，臘戍相較於仰光再更北邊一些，也相對的較靠近中國雲南，臘戍有許多的「果敢人」，果敢族為中國明朝末年因戰亂從中國遷移進入緬甸的漢人，但在英國統治時期，迫使當地漢族改名為果敢族，而中文則為「果文」，隨著時間發展，果敢話和中文有雷同及異同之處，但當地仍有許多果敢人為增加就業機會，學習中文，同時在緬甸爭府的壓迫下，因此當地也有不少的果敢人成立中文學校，照顧家庭環境較差、較弱勢的孩子。



而當地的中文學校也是我們未來潛在的服務對象，因此，在透過緬甸華語文教育服務團的協助下，帶著我們前往象海村海光學校觀摩，看見孩子們在簡陋竹子搭建的教室中，卻又充滿熱忱的學習讓我們感到非常驚訝，對於他們來說教育就像寶貝一樣珍惜，每一位孩童認真上課的眼神，都讓我們感動不已。此外，海光的校長也是臘戍象海希望之家的負責人照顧約莫 300 位需要幫助的孩童們，這裡的環境雖然不及台灣，但孩子對於學習的熱誠，老師對於孩子的愛都讓我們看到，臘戍這裡值得我們在未來的計劃前來進行服務。

緬甸心得：

在結束去年的此案後，我繼續留在團隊中，也從原先是跟著學長姐學習的角色變成團隊中唯一參與過計畫要帶著大家一起完成今年度計畫的領導角色，這十個月的籌備時間以來相當的不容易，要努力達標計畫中的各項 KPI。

原先對於今年前往緬甸服務的計畫為在八月前往位於仰光郊區的 Pale Mitter 愛滋孤兒院進行為期兩週的營隊，但在接洽的過程中才發現，去年所傳下來的資訊有錯誤，原以為八月是緬甸孩子的放假月份，但八月只有緬甸的中文學校是放假的，緬文學校是上學時間，所以我們必須更改我們的教案，只有星期六、日能在愛滋孤兒院進行服務，將原先兩週的計畫濃縮為兩日，在這過程團隊進行了許多的溝通及討論，才終於將教案完成。同時我們也在尋找是否在緬甸有其他需要幫助的單位能讓我們此次進行參訪，了解團隊是否在未來三年能有給予幫助的機會。

在緬甸華文教育服務團的幫助下，今年除了緬甸仰光我們更去到了臘戍，跟仰光想比，臘戍地區的經濟狀況更是不好，此地區因為有果敢民族，所以除了緬文學校，果敢學校也很多，而果敢文就是相似於中文的一種語言，在臘戍，我們主要拜訪的都是中文學校及中文學生中心，此次讓我感觸良多的是象海村海光之家，他們收容了因為戰亂、毒品失去父母或是成為單親的孩子們，學生中心裡有三百位孩子，房間裡擺滿了上下舖的床位，除了床及狹小的走道，沒有其他的設備或是物品，中心裡有塊大空地，擺了兩個簡單的籃球架，就成了大年級孩子們最愛的運動場地。

回到了仰光，原先預計在愛滋病孤兒院的兩日教學也臨時受到了變動，在前一晚突然得知緬文學校當週才公布禮拜六要上學，所以我們只剩禮拜一天能教學及陪伴他們，一天的時間，我們選擇帶他們認識走繩、體驗趣味

體能活動及學習簡單的英文衛教相關單字，而在活動的最後我們也帶著他們做一天結束後的心得回饋，大家圍成一個圈，聽著孩子們分享今天最印象最深刻的是什麼活動，聽到很多小孩認為走繩令他們印象深刻，也大大的增加了他們對自己的信心，覺得非常的欣慰，也有孩子因為我們的陪伴而流下感動的淚水，在離別時，我們擁抱了每一位小孩，我也在心中期許這個計畫能持續帶給他們好的改變，也希望在未來有機會能再與他們相見。

### **組員：蔡佳樺**

### **緬甸 DAY3-參訪臘戍永生學校、果星學校、美航學生希望中心、村落開兌學校**

第三天在緬甸華語文教育服務團團長語珊的協助下，我們今日繼續參訪了四所在地的學校，包括永生學校、果星學校、美航學生希望中心、村落開兌學校，每所學校的環境資源及運作程度都不太一樣，雖然和台灣學校相比，皆是簡陋不少，但對於臘戍這邊，能正常順利的營運每一學期已經算是很不容易了。這四個單位在華教團的協助下，或多或少皆有來自不同地方的幫助，有環境美化、硬體設施整修、桌椅汰舊換新，甚至有我們在台灣耳熟能詳的康軒教材，這些都是來自世界各地善心人士的幫忙，以及當地負責人的努力，才讓孩子們擁有一個能食衣住行的環境，但在訪談各但單位後，同時我們也發現到當地學生對於籃球運動充滿熱忱並渴望學習更多較專業的籃球技巧及知識，因此，在和多單位負責人拜訪後，他們也非常歡迎我們在明後年的計畫，將籃球活動帶入計畫內容，以發揮體大特色，並帶給孩子體育相關的教育及活動。而我們也期許未來有機會能在回到這裡給予他們幫助。

### **緬甸心得：**

從下飛機抵達緬甸後，我便感受到對緬甸的一切都是那麼的陌生，即便我們籌劃了幾個月的時間又和不少單位接觸討論過，但那些的資訊都不及抵達緬甸後，親身感受到的來的真實，當地的食物、氣候、交通、內戰、貧窮，許許多多都是我們在台灣透過文字無法體會的。

我喜歡緬甸、喜歡這次的計畫，我想最主要的原因是和當地人的互動過程中，從他們身上看到的笑容、從他們身上看到對生命的熱情及勇敢，緬甸經濟環境不及我們，特別是我們這次所拜訪及服務的單位，更屬於貧窮、家庭破碎、生長環境較差的孩子們，頭幾天在華語文教育服務團協助下，參訪了臘戍地區多間希望之家及華文學校，環境十分簡陋，木頭、竹子搭建教室，還有上學的路若遇上大雨便會遭雨水沖垮成為爛泥，但在那裏看見孩子們的

單純以及對學習的渴望，不論是學習唱歌、跳舞、還是坐在教室學習知識，總是露出一雙炯炯有神的雙眼，希望、渴望的積極參與學習，對他們來說學習一切新的事物皆是那麼的不容易。

在緬甸的後幾天，我們再從臘戍飛回仰光，並前往去年團隊曾拜訪過的愛滋孤兒院，愛滋孤兒院的孩子都很可愛，不會因為語言不通而有所隔閡，這些孩子很努力、很認真的學習，雖然因為當地緬甸學校行程臨時的更改，變成我們只有短短一天的時間能和他們相處，但帶給他們的走繩體驗、英文教學，他們都很積極的學習，並且再最後的反饋時間給我們非常好的回饋，一位小男孩在走繩體驗後說，他覺得走繩可以幫助他增強自信心，看起來很可怕的一條繩子，沒想到自己能夠走完，讓他覺得更相信自己。一位女孩說，看到我們從台灣帶著物資及熱情過來陪伴教導他們，讓她也給自己訂下目標，想要努力充實自己，在未來有機會不論是在國內或國外也要去幫助其他人。這是從一位是愛滋、又是孤兒的女孩口中說出的，在我們眼裡他們可能已經是弱勢中的弱勢了，但她知足、熱愛生命、積極努力地希望自己更好、提升自己的能力，希望能夠有朝一日的去幫助他人，這樣的善良跟樂觀，每每想到那女孩說的這些話，都還是讓我十分感動難忘，生命影響生命，這不就是服務的價值嗎？

在緬甸的七天中，帶給我的東西遠遠超過我當初預期的，服務學習往往受惠最多的是服務者本身，從高中接觸服務學習後我就曾經有這樣的感受，這一次的緬甸計畫，又再次讓我深深的體會，經過了這七天的服務學習之旅，從他們身上提醒我知足、提醒我樂觀、提醒我對生命的熱情。德雷莎修女說過：「愛，是在別人的需要上，看見自己的責任。」在台灣的籌畫期間，我曾想過這樣的一趟短短七天的行程，真能夠幫助他們什麼嗎？但在完成了今年度的計畫後，我想我看到了他們的需要，也看見了我們的責任。緬甸，明年見。

### **組員：麥承傑**

### **緬甸 DAY4-果宣學校、美崙學校參訪**

來到臘戍的第三天（緬甸第四天），繼昨日的四間中文學校今天又訪了兩間的中文學校，分別是果宣學校、美崙學校，在參訪完這麼多所中文學校以後，讓我們了解到對於臘戍的學校來說，體育教育方面的資訊以及技術都相當缺乏，孩子們大多的時間都在學習緬文以及中文，時間上的控管相對較於緊湊，不足以挪出更多的體育教材時間，因此也深刻的體悟到台灣資源的豐

富，而我們也期許往後能有緣分相遇合作，帶給學校一套完整的體育課程，給予孩子們更豐富的教學樂趣，也感謝緬甸華語文教育服務團以及果宣學校教師家德先生的幫助，讓我們在臘戍獲得不少收穫及經驗，謝謝你們！

緬甸心得：

「珍惜」當你心中想到這兩個字，請回想，我們在人生的軌跡中、時間的催促裡，從哪一刻開始又默默地放下它了。

你能想像嗎？歷史課本上、節目新聞上那些訴說戰亂國家留下來的遺孤，你能實際的接觸到他們，生長在安全環境下的我們，沒法想像他們真實的模樣吧！你能想像嗎？大家害怕的傳染病「愛滋病」，你能跟他們玩在一起，你能給他們大大的擁抱，因直系原因被傳染的他們，在不公平的人生中，努力學習、試著綻放出自己的色彩。

這次透過學校的高等教育深耕計畫，名稱「捐緬關懷、甸出未來」，我有幸的參與了今年的計畫，能以實際行動去了解、去實際的探訪、並接觸他們，以在學校學的專業，帶給他們不一樣體驗學習。可這不是說說就能直接過去緬甸，我們這次要服務的對象是位於緬甸仰光的「PaleMittar 愛滋孤兒院」，所以對於愛滋病的病情了解、傳播途徑、預防措施，在出發之前我們需要全方位的知道以及能隨機應變的處理危機，我們出發到了台大醫院邀請愛滋個管師施鍾卿小姐為我們安排詳細的認識愛滋病課程，雖然要實際接觸愛滋兒童對於未知的我來說多多少少會有一點恐懼，但如果能去了解這個病因，除了讓自己的恐懼降低之外，也能以平常心與他們去相處，畢竟拿自己未知的知識而把別人當怪物，除了顯得自己無知還對他人很不公平，如果能像一般人一樣好好的，對於他們誰會不願意嗎？

我們這次服務的主軸：體能遊戲、英文、衛生教育，透過學長姐前一年的勘察，在這次設計課程的困難上有：語言不通、身體狀況、危機處理方法，透過每周的討論，課程從無到有，找到台灣的國小進行試教，終於能到緬甸實際去操作一遍。在緬甸的這幾天，在到愛滋孤兒院之前，我們透過幾天的時間到了臘戍參訪幾間希望之家以及中文學校，進行評估作為下一年可能幫助的地區，在這的孩童大多數是因戰亂、父母吸毒、父母寄養而來到這，聽到這消息，第一時間替他們不捨外，也是第一次想起「珍惜」兩個字，想起我家雖經歷過許多悲歡離合，但自己的童年是有父母的陪伴下長大，而在成長過程中自己還會有許多不成熟的行為來讓他們擔心，自己有好好珍惜與家



人相處的時光嗎？當時的我這樣問自己，在與他們相處的過程中，能看到他們的用功學習、看到他們的相互依靠，在他們身上復習到很重要一刻，而看到他們大家長院長以及幾位老師無怨無悔的付出，他們這樣的精神，也在我心中埋下了種子，在能力所及的情況下盡量的幫助別人。

終於到了我們這次的主軸愛滋孤兒院，在開始之前出了一點小意外，導致我們與他們相處的時間以及課程的安排進行了縮減，原本還擔心對於陌生的我們，他們會卸下心防的跟我們互動嗎，在課程開始時的破冰，漸漸讓他們熟識我們，課程中的體育活動、英文衛教嘗試把一些簡單有用的東西教給他們，最後是他們的回饋，雖然都請各位長話短說，但都能聽出他們藏不住的話語，很感謝我們這次的活動，也說了等他們長大一樣，也想像我們一樣到其他地方服務他人，聽到從他們口中說出這樣的話，對我自己本身這次來這裡的收穫非常的大，因為我們成功在他們身上種了一棵小小的種子，期待他們未來會發芽成大樹持續茁壯。

第二次的「珍惜」，謝謝這次的活動，讓我實際去參與、接觸他們，我們把種子種在他們身上，但相對的他們也在我們心中種下種子，經由這次我相信我們都會更好，有個小弟弟在回饋的紙上畫下我的笑臉，指著我說是你，自己被深深的感動，你與他們相處的過程中，是不是真心的與他們相處，比一般人都敏感的他們是觀察得出來，最後要說：謝謝你們。

「我們以生命去感動他們、他們也以生命去感動著我們珍惜每次得來不易的相遇」

### **組員：郭又銘**

### **緬甸 DAY5 仰光文化參訪**

原定今日前往 PaLeMittar 孤兒院的行程，因緬文學校課程時間的臨時調整，臨時收到院方通知，原本排定的時間無法如期前往探訪，而我們也決定在配合孩童平日作息下，不在院生免文學校下課後過去進行活動，我們無法如期前往孤兒院，只好將兩天的活動內容濃縮成一天的活動精華，等待隔天再前往探訪孩子們。臨時多出來的一天，也改成緬甸仰光文化走訪，我們從臘戍回到仰光後，明顯感受得到兩地之間的不同，仰光的燈光、車子、房子及人潮更顯得在臘戍的安靜、純樸。而晚上我們也將繼續為前往孤兒院做準備，期許在隔日在 PaLeMittar 孤兒院的行程能順利圓滿，讓這一趟旅程能有一個完美的落幕。

緬甸心得：

相同的世界、卻有不一樣的際遇

知道嗎？你很幸福、要惜福！相信大家對於這句話一點也不陌生，但到底有多幸福呢？我想、並無太多人去追根究底，秉持著打破沙鍋也要問到底的精神，我參加了國立體育大學高等教育深耕計畫“捐緬關懷、甸出未來”

生長在台灣這美麗又幸福的國度，我們何嘗能理解在這世界的一角落，有這麼一群天真無邪但卻無法過上正常小孩該有的童年呢？這次的計劃我深思了許久、由於小孩的純與真都是我的悸動所在，深怕自己無法接受孩子們在受苦的衝擊，但讀萬卷書、不如行萬里路，想要深刻的了解並進而提供實質的幫助給這群孩子們，我需要敞開心胸面對，因此我相信、透過教學互動、這群孩子能帶給我一份最誠摯的感動。

這次我們來到了位於緬甸仰光的 PaleMittar 愛滋孤兒院，雖已於出國前到台大醫院接受愛滋個管師施鍾卿小姐為我們精心設計的認識愛滋課堂，然而心中始終有些許的疑慮，其一為團隊細細準備的教案，想著一心只為給予孩子們最充足且收穫滿滿的課堂、孩子們是否會喜歡更進一步接受呢？其二為我們與這群患有愛滋病的孤兒近距離接觸，真如醫師所說的毫無關係嗎？懷著既忐忑又怕受傷害的心境我們邁進了孤兒院，出乎意料的是、迎接我們的是一群樂天陽光的孩子們、既有的刻板印象也隨之煙消雲散，取而代之的是期待上課的心情。

此次的教案、秉持著體能教育的精神，我將自身於校隊訓練的經驗中較為有趣的訓練環節抽出並將其簡易化，來讓孩子們在玩樂中提升體能，看著孩子們不放棄的眼神、兩兩相助的同儕情誼、使我再次燃起了對於教學的熱忱，透夠一次次的反覆練習，在他們身上我看到了進步、滿足的笑容及對於他人認同的掌聲，這些相對於台灣的教育環境中較為缺乏的一環。

教育最大的成就感來自於學生能給予回饋，透過課程結束後的討論及反應，我令我驚訝的是、這群孩子們並不吝於表達自身對於學習的熱愛及感想，在在的用著他們所認知字句來表達對於課程的喜愛及感激，過程中、一位令我印象深刻的孩子說：我會記住又銘老師說的話、希望能有朝一日她也能利用自身的能力去幫助他人或踏出緬甸給予他人最深切的關懷，謝謝老師利用休息時間帶我飛越這麼多國家，讓我知道、這世界並不只有緬甸及鄰近

國家而已。短短的幾句童言童語、讓我以為是近日來緬甸的天氣陰晴不定及屋頂破損造成的天花板漏水，輕輕地往臉上一撥、才發現到原來不是漏水而是我感動的淚水。

旅程中最令人開心的不是相處的時光，而是分別後的日子，因為我知道、孩子們比起過往、已有了些許不多，期待他們能像努力破繭的毛毛蟲，綻放出屬於自己最熾熱的光芒。

### 緬甸 DAY6 PaLeMittar 孤兒院

從今年二月初本團隊新血的加入到至今八月完成這一整趟的旅途，這過程真的是非常的得來不易，長達半年的過程最重要的核心就是 PaLeMittar 孤兒院，位於緬甸仰光郊區一處貧困鄉間，孤兒院孩子們因為從父母垂直感染而患了愛滋病毒，而無法擁有和正常孩子一樣的生活。我們在孤兒院有一天的時間和他們相處，因此我們安排了破冰遊戲、走繩體驗、體能教育活動以及下午的基礎衛教帶入英文課程。雖然天氣不好下著大雨，無法讓我們有完整的時段在戶外帶領走繩體驗，但利用室內的柱子也架設了較短的走繩，給孩子們體驗，對於從未見過的新興休閒運動走繩，孩子們全神貫注的聽著解說，並熱烈、勇敢的參與體驗活動，同時也在結束後給予良好的反饋。整天下來，包括體能活動、我們帶著他們讀的英文書、英文衛教課程，孩子們認真、積極的參與，從他們升上看到他們對學習的渴望，看到他們的開朗、看到他們的努力。

去年團隊初次來到這裡的時候，還沒有辦法給予他們太多的資源與幫助，回國後團隊更積極的討論且尋找方案，也找尋到許多願意為孩子們伸出援手的愛心人士，才讓今年的我們有力量能夠替這些孩子們出份心力，這次來到 PaLeMittar 孤兒院不僅僅只是給予物資上的幫助，也帶給孩子們體能遊戲、走繩體驗、英文衛教的課程，希望孩子們能夠在這些活動當中提升自我，也在今日的結尾給予孩子們分享心情的時刻，孩子們的字字句句話都是我們往後持續的動力，孩子說到落淚那瞬間，也讓我們深刻體悟到他們的真誠，這些孩子沒有不一樣，甚至比任何人都還要努力。離開愛滋孤兒院後，大家的心是暖暖的，籌畫的忙碌及辛苦全都值得了。

### 緬甸 DAY7 交通日緬甸 - 泰國 - 台灣

在緬甸的最後一天，收拾行李約莫中午過後大家便前往機場，因為擔心路

上會塞車，因此抓了提早不少的時間前往機場，抵達機場後，大家便可從容不迫的逛逛機場、吃吃東西。從緬甸起飛後不久的時間便抵達泰國，但我們必須在泰國度過一整晚，才能搭上從泰國返回台灣的班機，在機場過夜的時間非常難熬，吵雜的人群及過冷的冷氣，都十分不舒服，然而在每每想要牢騷抱怨之際，便又想起那些剛道別不久的緬甸孩子們，想到他們的生活環境、想到他們的天真、想到他們的樂觀、想到他們對於一切事物的好奇，突然覺得能夠這樣搭飛機，能夠這樣到國外服務他人，能夠有這樣的機會，有這樣的能力當一個服務者自己是何等的幸福呢？道別緬甸後，心靈充飽了電，回到台灣，那些孩子的笑容、孩子的努力仍然烙印在我們心中，時時刻刻提醒著我們自己有多幸福。服務是雙向的，謝謝你們，緬甸的一切。