

尼泊爾 藍毗尼專區

首辦健康講座 村民冒雨參加

2025.05.19

文／白如璐 攝影／林家如

五月十九日一早迎來滂沱大雨，一百一十多位迦毘羅衛村民與師生撐著雨傘、帶著米撲滿，來到迦毘羅衛市活動中心 (Tilaurakot Community Learning Center, CLC)，參加慈濟團隊在當地所舉辦的首場健康講座。

新加坡志工洪德謙師兄致歡迎詞後，由本土志工希瑪 (Seema Dharikar)、阿麗札 (Aliza Chaudhary) 介紹慈濟的理念與竹筒歲月，接著由藍毗尼慈濟義診所醫護同仁帶來「生活健康講座」。

比蒂莎護理師 (Bitisha Bhandari) 以本地方言透過即席問答的方式，教導村民培養健康的生活習慣，像是夏天需要多喝水，飲食上少糖少油少鹽，不菸不酒不嚼檳榔等。比加亞醫師 (Bijaya) 也說明如何讓飲食內容達到營養均衡，以及提醒父母要讓孩子們少吃洋芋片等零食。醫護以活潑生動的語言吸引大人小孩認真聽講。

比蒂莎護理師感恩馬來西亞人醫志工李妙紅護理師耐心指導，讓她學會規畫衛教活動。而她眼中的慈濟人，是真正在為貧困者與需要幫助的人付出；人醫團隊不只醫病，同時更照顧病人的心。

「很多家庭只吃米飯加鹽，對孩子

的成長與發育不太足夠，他們很需要健康常識，舉辦講座是推動預防醫學的橋梁。」比加亞醫師關心鄉親的健康。她也說加入慈濟醫療團隊後，開始學著改變自己，以同理心照顧病人，也發現，「當病人感受到被同理，就能從內心開始療癒。」



五月十九日慈濟團隊在迦毘羅衛市活動中心舉行首場健康講座，藍毗尼慈濟義診所比加亞醫師（上）與比蒂莎護理師（下）為村民進行衛教宣導。