

A photograph of two women in traditional Nepalese attire carrying large woven baskets filled with green leaves on their heads. They are standing on a grassy hillside with a dense forest in the background. The woman on the left wears a dark top and a patterned skirt, while the woman on the right wears a checkered top and a bright pink skirt. Both are wearing red necklaces and headscarves.

dōTERRA®

尼泊爾社區的改變與新生

互相效力合作計畫的故事



安納布爾納峰 (Annapurna) 一景，Himchuli 的南方

尼泊爾的獨特地貌

尼泊爾擁有非常獨特的地理、文化和語言。它位於兩大陸地板塊的交界處，因此坐擁諸多喜馬拉雅山群，包括聖母峰以及全球排名前八大的高山。北邊連綿的高山、中部的丘陵、山谷和湖泊以及南方蔥鬱的森林，多樣的地貌恰好反映其3,000萬居民所帶來的多元文化。

尼泊爾約有70%的人口從事農業，在丘陵區的梯田上栽種馬鈴薯、稻米、玉米和其他主食以供自用和販售。雖然過去10年來尼泊爾的GDP（國內生產總值）與平均收入呈現穩定成長，但

約有1/4的人口仍處於貧窮或極為困頓的生活環境，每日收入低於1.9美元。儘管面臨這樣的挑戰，尼泊爾人民不改其好客友善的性格，以自身傳統、宗教、音樂和文化為榮。

根據2010年的資料顯示，生活貧困的人數約佔全國人口的17~46%，偏遠地區的情況則更加嚴重。由於冬青和穗甘松生長在尼泊爾不同的區域，讓dōTERRA美商多特瑞的「Co-Impact Sourcing®互相效力合作計畫」因此能提供重要且長期的創收機會，藉以改善全國各個社區的生活條件。

收成與生產精油

冬青

冬青生長於喜馬拉雅山山麓，尼泊爾和中國是世界上唯二擁有大片可供野生採集冬青的地區。冬青喜歡寒冷的氣候與茂密森林的環境，可長至100～300公分高。

冬青所生長的森林環境由「CFUGs森林社團組織」(Community Forest User's Group) 管理並負責監督其採集以防範過度採收。收成者和蒸餾者皆與CFUGs合作，力行遵守森林的管理計畫，例如：規定採收者每年可於輪替的指定地區進行採集。

每天清晨，採收者必須穿越陡峭泥濘的山坡，才能在灌木叢中採集冬青。以彎刀採下冬青後，揹著裝滿冬青枝葉的大竹籃徒步下山前往蒸餾廠。蒸餾業者在此秤重、支付酬勞再進行蒸餾。蒸餾過程至少須持續14小時，蒸餾前還須將葉片浸泡於溫水中一晚以確保精油的釋放。冬青精油與其他浮於水面的精油不同，其密度比水高，因此在油水分離之前會先下沉於水中。

冬青的採收者多為女性，在每天操持家務前，先於清晨時間上山進行採收。通常銷售冬青葉所得的收入是做為支付孩子的學費或伙食費等家庭開銷。



蒸餾冬青的典型方式，多爾卡(Dolakha)地區

穗甘松

穗甘松的生長地比冬青來得更高，位於喜馬拉雅山的高海拔地區約3,000～5,000公尺處(9,800～16,400英尺)。穗甘松的學名為 *Nardostachys jatamansi*，是一種繖草屬的開花植物，生長於尼泊爾、中國和印度的喜馬拉雅山區，可長至90公分高，有粉紅色的鐘形花朵。穗甘松為瀕臨絕種的植物，收成時必須符合CITES (瀕臨絕種野生動植物國際貿易公約) 的規定，限制採收量與次數。dōTERRA美商多特瑞生產的穗甘松精油完全符合CITES規範，以確保該植物能夠世代獲得保護。

深綠色的穗甘松精油萃取自尼泊爾森林社區中，可持續被採收的植物根部。採收者必須攀登陡峭的山壁，有時須耗費數日才得以進入生長的岩石區親手採集穗甘松的根。由於穗甘松



的收成時間相當有限，採收者通常會於山區直接駐地紮營。在毫無遮蔽物的山坡上，採收者暴露於惡劣的天氣中一步步完成工作，包括：挖出穗甘松、清除泥土以及將部分根部重新種回去，以讓穗甘松能持續生長。

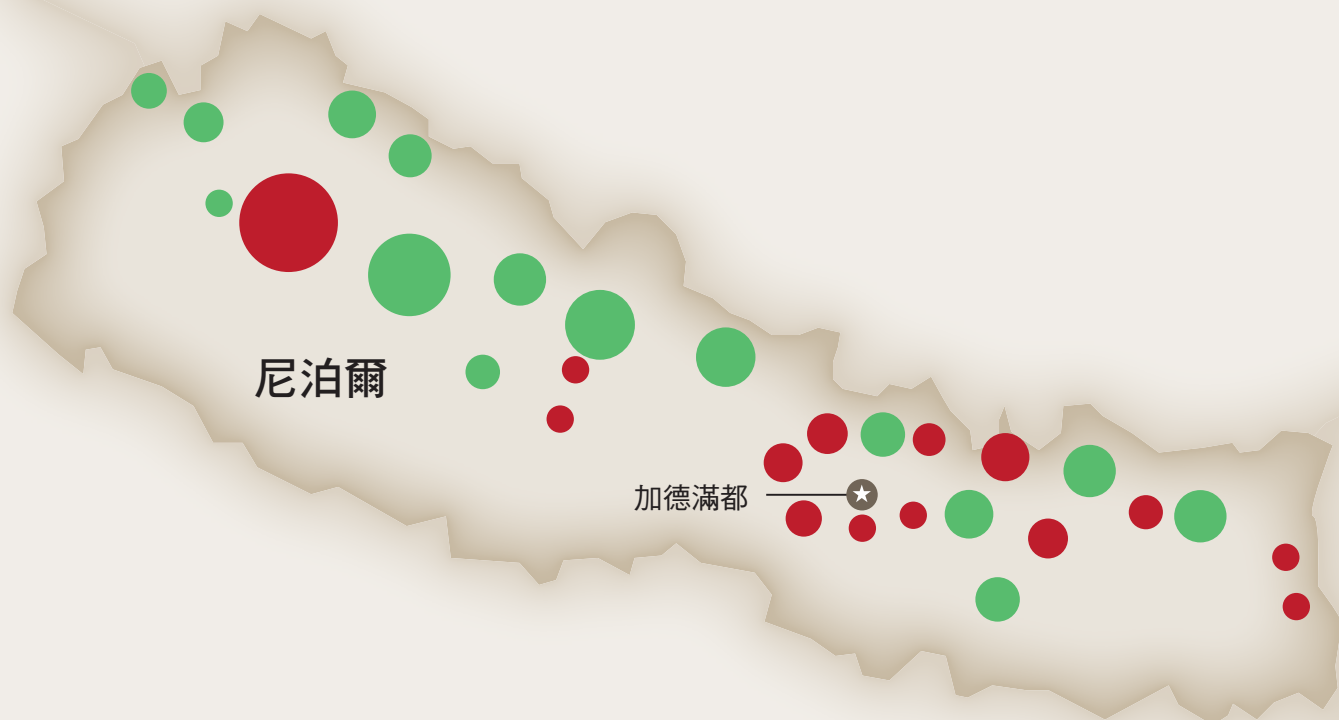
大約15～20天後，採收者背著一大籃或一大袋的穗甘松根，小心翼翼地爬下山。高海拔、陡峭崎嶇的地貌、未知的天氣以及因大雨沖刷而消失的道路都讓這趟採收旅程充滿著危險。返家後，採收者必須將穗甘松根曝曬數日，才能秤重販售給蒸餾廠業者，也才得以經過蒸餾法萃取精油。

互相效力合作計畫進行項目

dōTERRA美商多特瑞與尼泊爾的合作夥伴們攜手展開「Cō-Impact Sourcing®互相效力合作計畫」，積極提升穗甘松和冬青的生產供應鏈與永續經營，合作項目包括：

- GCP (Good Collection Practices優良採收規範) 與GMP (Good Manufacturing Practices優良製造規範) 守則的建立。
- 為穗甘松和冬青採收者以及「CFUGs森林社團組織」(Community Forest User's Group) 規劃與舉辦探討永續採收的訓練講座。
- 為穗甘松精油製造商舉辦GMP (優良製造規範) 的培訓研討會，以提升精油生產量與品質。
- 開發苗圃和示範農田，以實驗穗甘松與冬青的栽種。
- 設計太陽能的乾燥設備模組供穗甘松收成區使用。

上述的生產供應鏈改善計畫有助於採收者和蒸餾業者獲得合理的報酬並優化精油的生產，充分利用這些重要的自然資源。



● 冬青

● 穗甘松

你不可不知的尼泊爾

尼泊爾位於喜馬拉雅山，是一個北鄰中國、東西南三面皆與印度相連的內陸國。

佔地147,181平方公里(56,827平方英里)、擁有將近三千萬的人口，全球人口密度排名第41。有超過450萬的人民居住於尼泊爾的首都加德滿都。

尼泊爾以聖母峰等雄偉的高山聞名世界並以珍奇的動植物、艱鉅的登山步道與古老的文化著稱。

尼泊爾是一個多種族與多語言的國家。雖然尼泊爾語為官方語言，但實際上整個國家有超過90種的語言和方言，一半以上的人民其實各自都有非尼泊爾語的母語。

冬青生長於海拔1,500~2,700公尺的環境，主要生長地為尼泊爾和中國的喜馬拉雅山區。

穗甘松生長於3,600~4,500公尺高的岩石山區。

截至2019年，「dōTERRA美商多特瑞療癒之手基金會」捐助近200萬美元協助地震賑災與重建社區的社會救助計畫。



2015年地震後，Dawa和她的家人被安置在療癒之手基金會所資助的臨時住所

社會救助計畫：重新安身立命

2015年尼泊爾發生大地震重創該國，將近9,000人喪命、超過8,200所學校和1,200間醫院遭到損害或摧毀。災區的家庭失去了一切，即使多年過後，許多居民仍須繼續重建工作。「dōTERRA美商多特瑞療癒之手基金會」持續協助賑災、執行長期的重建工作並在尼泊爾全國各區推動救助計畫，另外也和非營利組織「CHOICE人道組織」及當地政府與社區共同合作。「dōTERRA美商多特瑞療癒之手基金會」資助冬青和穗甘松精油生產地區的項目如下：

- 於 Lamjung 地區的 Archaleni 創建 Sanskriti Sadan 中學 (500 名學生)。
- 於 Lamjung 地區的 Dhamilikuwa 創建 Sharada 中學 (700 名學生)。
- 於 Ramechhap 地區的 Rasnal 創建 Gokul Ganga 中學 (700 名學生)。
- 幫助重建 50 戶以上的受災家庭。
- 幫助擴建位於 Makwanpur 地區 Palung 的醫院 (服務超過 10 萬名居民) 以及提供嬰兒中心裝設暖氣設備。
- 於 Ramechhap 地區的 Rasnal 建立一所新醫院，服務該區約 21,000 位居民。
- 重建 Agara Health Post 醫療站，服務 9,000 位居民。
- 為 Makwanpur 地區的 Janakalyan 中學興建一座農業實驗室。該室擁有兩間可容納超過 1,245 位學生與農民的教室。學生在此學習新的農業技術和蒸餾方法，當地農人則可於此檢測土壤品質和農作物疾病。
- 在最貧困的社區之一 Makwanpur 地區 Thaha 市建設水源系統，提供 325 戶家庭和學校的飲用水。

dōTERRA 美商多特瑞療癒之手基金會也和非營利組織「女孩日」(Days for Girls) 合作及提供資助，發送三萬份女性生理包並在尼泊爾全國提供青少年教育課程。

dōTERRA®

dōTERRA
healing hands
FOUNDATION™