



印度客工纳文（左二）和他的同伴，在乐巢都康客工专用宿舍的社区花园里，种植多种蔬菜和草本植物。（周国威摄）

宿舍菜园供客工耕耘 种下蔬菜收获归属感

张俊 报道
jameszhang@sph.com.sg

客工宿舍设“菜园”，种植多种蔬菜和可食用草本植物，让客工们获得“家”的归属感，促进他们的身心健康和休闲社交。

这个约30平方米的微型“菜园”，位于西部的乐巢都康客工专用宿舍（NESST Tukang Dormitory），名为“乐巢都康社区花园”（NESST Community Garden），项目得到国家公园局的支持。文化、社区及青年部兼人力部政务部长迪内希星期天（10月11日）揭幕。

“乐巢都康社区花园”是本地第三个位于客工宿舍的类似农艺设施，也是三个中首个被当局纳入进一步研究的项目，旨在为客工的社交和心理健康发挥更大作用。

迪内希说，新设施为客工提供专属空间，让来自不同国家的客工自行选择种植的植物，共同

培育和照料，共享收获，以增强他们对居住环境的情感联系。

人力部将与公园局国大合作 开辟园地关爱客工身心健康

“人力部将与公园局和新加坡国立大学苏瑞福公共卫生学院合作，探讨如何通过开辟更多绿色空间和提供更多社区园艺机会等方法，让宿舍环境变得更加生机勃勃，进一步拉近客工之间的距离，提升他们的身心健康。”

《联合早报》记者当天走访这个社区花园，看到生菜、苋菜、长豆等蔬菜在垂直盆栽中培育，以充分利用空间。人力部受询时说，这个花园目前由约30名来自印度、孟加拉和中国的客工打理，且得到数个雇主和社区伙伴的支持。

“乐巢都康社区花园”源于客工的提议，得到国家公园局锦簇社区计划（Community in Bloom）的支持。公园局为客工

提供技术指导和协助，提升他们的园艺知识与技能，也鼓励他们分享种植技巧和交流园艺经验。

锦簇社区计划自2005年推行，旨在推广园艺文化，鼓励国人打造和管理社区花园，增强对绿化空间的归属感。

39岁的印度客工纳文（Naveen Kumar）是社区花园的倡导者之一，他在本地工作了10年，目前每星期至少花3小时和同伴一起打理花园，每个月还和其他客工轮流利用宿舍内的共用厨房为大家煮饭。

他说：“培育蔬菜的过程让我缓解工作压力，我最爱用蛇瓜（snake gourd）和苋菜做菜，这能让我想起家乡的味道。”

法国地基工程公司Bachy Soletanche新加坡分公司的120多名客工，是乐巢都康客工专用宿舍的首批住户之一。

公司人事部主管郑慧敏说，公司还鼓励员工用头盔当容器等

创意方式进行栽种。“我们安排员工在他们的工作时间内栽种蔬菜和植物，不占用他们的休息日，能更好地减轻工作压力。”

为客工帮佣提供育儿辅导

“乐巢都康社区花园”的揭幕，也是为了配合每年10月10日世界心理健康日。人力部星期天在乐巢都康客工专用宿舍，举办心理健康嘉年华活动，还推出由“好爸爸中心”（Centre for Fathering）和非政府组织Uplifters（Singapore）Limited，为有孩子的客工和外籍帮佣提供不同形式的育儿教育辅导。

由本地非营利组织“好爸爸中心”主办的工作坊项目，培训父亲如何更好地通过言行向孩子表达父爱；Uplifters（Singapore）Limited则为外籍帮佣和她们的雇主提供免费的线上辅导课，内容包括心理健康、财务知识，以及目标设定等。