

國立臺中科技大學 110 學年度第一 學期「服務與學習」講座反思心得

110 年 10 月 29 日

講座主題：簡單的食物，不簡單的愛

系 級 國貿一2

學 號 1411001○○○

姓 名 陳○蓉

今天我在講座中聽到什麼？

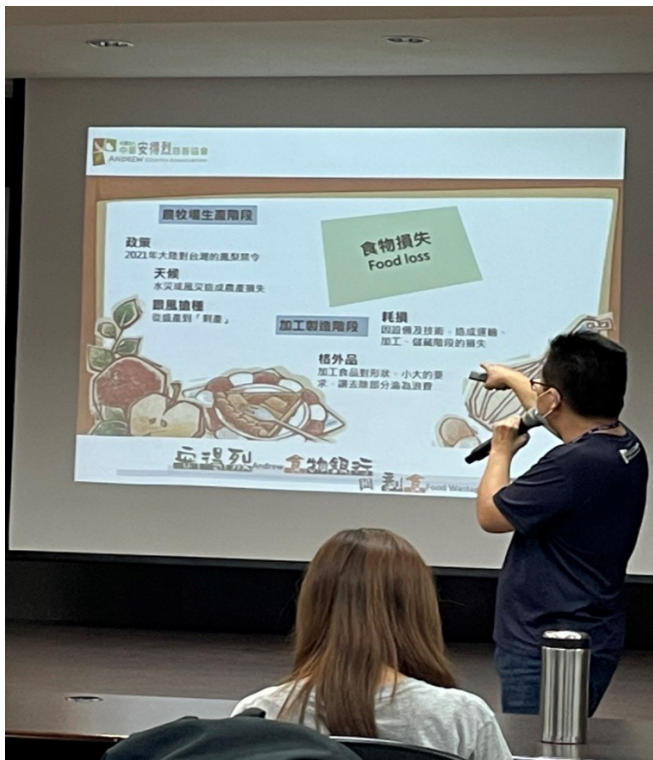
透過今天的演講，讓我了解了原來台灣人一天倒掉的廚餘，足足有70棟的101大樓，是個非常驚人的量，也透過這次的演講，了解到原來在全球每九個人就有一个人長期處於飢餓當中，每四個人就有一个人營養不良，也知道了安德烈協會在做什麼事情，讓我更知道這個協會每年都幫助了很多人，這些小小的舉動雖然微不足道，但卻有可能拯救一個人的一生；透過影片的介紹，知道了在菲律賓的馬尼拉，從遠處看來，高樓大廈林立，感覺非常的豪華，但近距離觀察後，才發現高樓大廈的周邊都是由許多的貧民區所包圍，裡面住著一堆窮人，沒有錢買食物，只能吃別人吃剩的廚餘，更誇張的是，有些廚餘還要用錢去買，令我非常的吃驚，別人吃剩的食物，就是他們一頓豐盛的晚餐，在我們看來噁心的東西，在他們眼裡就是寶物，他們活著不是為了什麼偉大的夢想，只是為了「活著而活著」。

對於講座內容我有什麼想法或感覺？

在今天的演講之前，我都不知道原來在台灣也有那麼多的人在忍受飢餓，我一直以為現今是一個發達的社會，雖然還是有貧窮的人，但我沒想到貧窮的人還會有這麼的多，所以我想這是一個需要注重的問題，讓我們的社會能夠盡量的縮小貧富差距，令飢餓的人不再那麼的多；在亞洲的地區，也有許多的國家非常的貧窮，是窮到連我們都無法想像的那種，我甚至都無法想像，要是我生活在那種環境，我該怎麼生存下去，所以生活在物資豐富又充足的國家的我們，又有什麼好抱怨的呢，生活在那些貧苦家庭的人，都沒在抱怨了，所以我們更沒有資格來抱怨我們生命中所發生的那些對貧苦人家來說微不足道的問題，因為對他們來說怎麼活下去才是重點，因此我們應該慶幸我們的生活是非常的幸福且美滿的，也應該謝謝我們的父母，能夠給我們這麼好的一個成長環境，讓我們可以無憂無慮的長大。

聽完講座後，發現自己有甚麼改變?(對自我、社會、人事物的看法)

聽完這個講座後，我發現自己對「安德烈食物銀行」的想法改變了，在聽演講之前，我一直以為「安德烈食物銀行」只是單純的在包裝食物或者是儲存食物的地方，但經過講師的解說，讓我理解到原來這個食物銀行每年都幫助了這麼多的小孩，也讓我接觸到我平常所接觸不到的事物，原來世界上還有那麼多人在挨餓，現今的世界都這麼發達了，但貧富差距卻一直擴大，讓有錢的人越有錢，沒錢的人越沒錢，以後這個問題可能會越來越重要，所以這個問題需要經由不斷的討論才有可能解決，不然只會越嚴重；經過這次演講，讓我知道，原來這個世界上有那麼多的人在做這麼有意義的事，也幫助了很多人脫離貧窮的生活，希望我長大以後，也能藉由自己的力量來幫助更多的人。



國立臺中科技大學 110 學年度第一 學期「服務與學習」講座反思心得

110年 12 月 29 日

講座主題：簡單的食物，不簡單的愛

系 級 國貿一2

學 號 1411001○○○

姓 名 周○軒

今天我在講座中聽到什麼？

4. 剩食分為**食物損失**和**食物浪費**

1. 全世界每年浪費了**13億噸**的食物

5. **廠商**訂定有效期限，期限取決於**放置環境**

2. 貧窮和飢餓**互為因果**，形成一個**惡性循環**

6. 食物銀行分為**超市型**、**剩食冰箱**、**倉儲中心**

3. 全台只有**金門**沒有食物銀行

7. 台灣一年廚餘量堆疊高度高達**1.3萬座101大樓**

對於講座內容我有什麼想法或感覺？

安德烈是一個幫助貧困人家的機構，為了讓他們有一頓溫飽的三餐，也透過這個機構串連了900多的單位一起協助有需要的弱勢家庭，進行求助申請和物資發送，讓食物不僅僅是食物，覺得他們好偉大，可以利用自己的一份力量去協助，不帶任何異樣眼光，把他們視為一般人的去對待，期望自己之後在服務的時候也可以帶著熱心助人的心去幫助他們。

聽完講座後，發現自己有甚麼改變?(對自我、社會、人事物的看法)

原本的我，對那些餓肚子沒有東西吃的人有一種恐懼感，不太敢接近他們，但聽完講座之後，覺得我應該要卸下心防，把他們當作朋友一樣來幫助，其實，一開始講師說到台灣一年廚餘量有多少時，我充滿驚嚇，竟然浪費了這麼多食物，所以當我們買食物時，應該買家裡可以負荷吃完的份量就好，不要為了貪小便宜，而買超出自己家可以吃完的量，應把食物的浪費降到最低，而對於馬尼拉的Pag Pag，這是我第一次聽到這個名字，才知道他是從垃圾堆裡回收，洗乾淨之後再烹飪的食物，是當地買不起新鮮肉類食品的窮人會選擇的一個方式，在我們看來或許覺得很噁心，但這卻是他們可以維持生存的方法，為了活下去，他們已經別無選擇，因此我們所認為的廚餘，很可能在他們眼裡是一頓佳餚，所以我們更應該要珍惜食物。

聽完講座後，發現自己有甚麼改變?(對自我、社會、人事物的看法)

不要隨便把食物丟棄，讓這個世界的廚餘量慢慢減少，一起把這個美好的地球重返原本該有的樣子。



國立臺中科技大學 110 學年度第一學期「服務與學習」講座反思心得

110年 10月 29日

講座主題：安得烈講座

系 級 國貿二1

學 號 1410901○○○

姓 名 何○綺

今天我在講座中聽到什麼？

了解安得烈這個機構是在做什麼，並學習哪種方式比較不會浪費食物，還有我們下次去安得烈服務時要如何有效的幫助他們。



對於講座內容我有什麼想法或感覺？

原來我們每天的廚餘量可以疊70幾座101大樓……沒想到臺灣浪費食物的問題這麼嚴重，但臺灣吃不飽的人還是很多，在同樣的世界裡卻過著不同的生活，想到其實讓人很痛心。從小爸媽就告訴我吃多少點多少的道理，所以在我們家很少會有廚餘的過剩的問題，我覺得這跟從小的教育有關係，我有去過孤兒院及養老院幫忙，他們吃的東西蠻多都是「即期品」或是當天就要到期的東西，一般人可能連碰都不會碰的東西在他們眼中卻是能溫飽肚子的來源，因此我更了解珍惜食物的重要性。另外因為這個講座我才知道社會上有安得烈這個團體的存在，我覺得很棒！能提倡不要浪費食物的這個觀念很難得，相信透過一場場的講座會讓更多人重視到珍惜食物是多麼地重要！



聽完講座後，發現自己有甚麼改變?(對自我、社會、人事物的看法)

現在因為上大學自己到外地住，一切的生活都要自己打理，我的租屋處有冰箱，但常常因為太忙要打工所以忘記食物的有效期限，每當要吃的時候才會發現已經過期了。後來我想到了解決方法，IKEA有賣冰箱的小磁鐵，我會把所有東西的有效期限寫在便條紙上，並貼在冰箱，這樣有助於我注意每個食物的有效期限，之後就不再會有東西放到過期的問題了！我覺得現在社會呈現一個極端的狀態，有錢的人越有錢，貧困的人越貧窮，我去餐廳吃飯很常看到隔壁桌有剩菜剩飯，有些東西甚至只吃一兩口就不吃了，我每次都很納悶也覺得很可惜，在我們浪費食物的同時有人卻餓著肚子。我很高興看到有些麵包店、超市會把當天賣不完的東西跟固定的育幼院配合，讓他們有東西吃，我覺得這是對社會的回饋，是每個店家的模範！現在的我因為要上課、打工所以去育幼院、養老院的時間比較少，能幫助的力量有限，因此我會透過捐款(或捐發票)的方式來盡一份自己的心意。另外，我在補習班打工，只要到吃飯時間我都會跟學生說不可以浪費食物，自己的東西要自己吃完，我相信每天這樣的灌輸能讓他們了解到珍惜食物的重要，希望這個社會每個人都能為別人多想一點，那麼我們就會擁有充滿幸福的世界！

