

「我們的唾手可得，
他們的終生所求」

SDGs 2



“Hope, happiness, and the desire for survival.”

“希望、幸福和生存的渴望。”

「你感受過飢餓嗎？」

「你真的知道飢餓的感覺嗎？」

「不是少吃一頓飯的輕微空虛，也
不是嘴饞時的飢餓感，」

「而是胃被掏空、四肢無力，影響到意識的飢餓。」

跟著我們進入

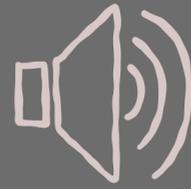
飢餓模擬器吧...



第1幕

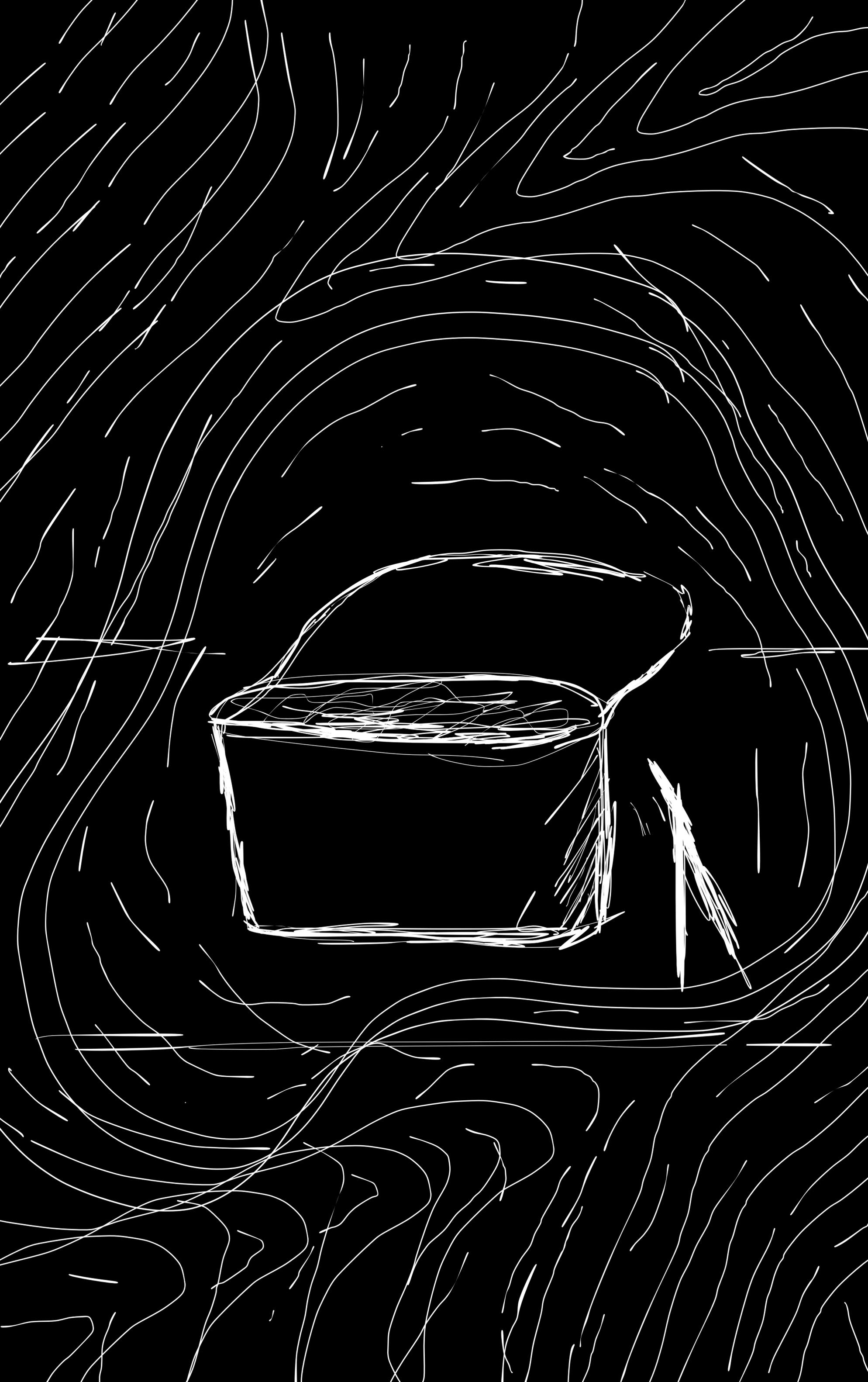
-淺度飢餓

點我聽導讀



忙了一整天的你，到晚上還沒吃任何東西。終於結束一切的麻煩瑣事，搭上了回家的公車。你的胃空空如也，肚子開始咕嚕作響。腦海裡閃過無數種食物的畫面，只希望趕快回家填飽肚子；不過，你並不是這麼擔心，因為到家後就可以吃到食物了，況且，這一點餓還不算什麼。

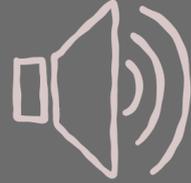
終於回到家，癱坐在沙發上，你決定好好犒勞自己。於是你拿起櫃子上最後一碗泡麵，迫不及待的打開並加入熱水；此時的三分鐘比平時更難熬。時間終於到了，你迅速打開蓋子，舀起一口麵，迫不及待地送入口中，滿足感慢慢升起。這時，不悅的情緒，還有剛才在公車上的煩躁，全都被這碗泡麵拂去。



第2幕

-重度飢餓

點我聽導讀



凌晨時分，房間開始劇烈晃動，你嘗試逃難，可是門已經變形，你只好待在房內，等待救援。

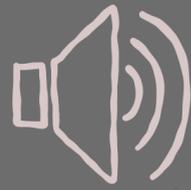
結果，等了一天一夜，沒有任何救援幫助前來。煩躁慢慢變成疲憊，飢餓感使你開始尋找食物。屋子裡沒有任何乾糧，冰箱也因為災難而斷電；長時間沒有進食的你，逐漸感到胃痛、頭暈，以及無力感。一切症狀使你無法保持清晰的思維，一心只想著食物；突然間，出現了你從來沒想過的極端方法——翻垃圾桶。幸好，垃圾桶內找到了昨晚剩下的一點泡麵殘渣，你想都沒想就吃了下去，冰冷又黏稠的麵條、碎屑進入你的胃，帶來的不是噁心的感覺，是...滿足的感覺。





第3幕

-長期飢餓 點我聽導讀



又過了幾個小時，終於有救援人員前來。他們將你從房子中救出來，你卻急切希望可以從他們身上取得一些食物；但是，這場災難同時帶來了饑荒。超市、超商都被搶劫，甚至傳聞有“人吃人”事件出現，人們思想開始越來越極端，攻擊、搶劫他人變得頻繁，開始跨越倫理底線，只在乎自己是否能填飽肚子。畢竟，食物的取得，攸關生死。

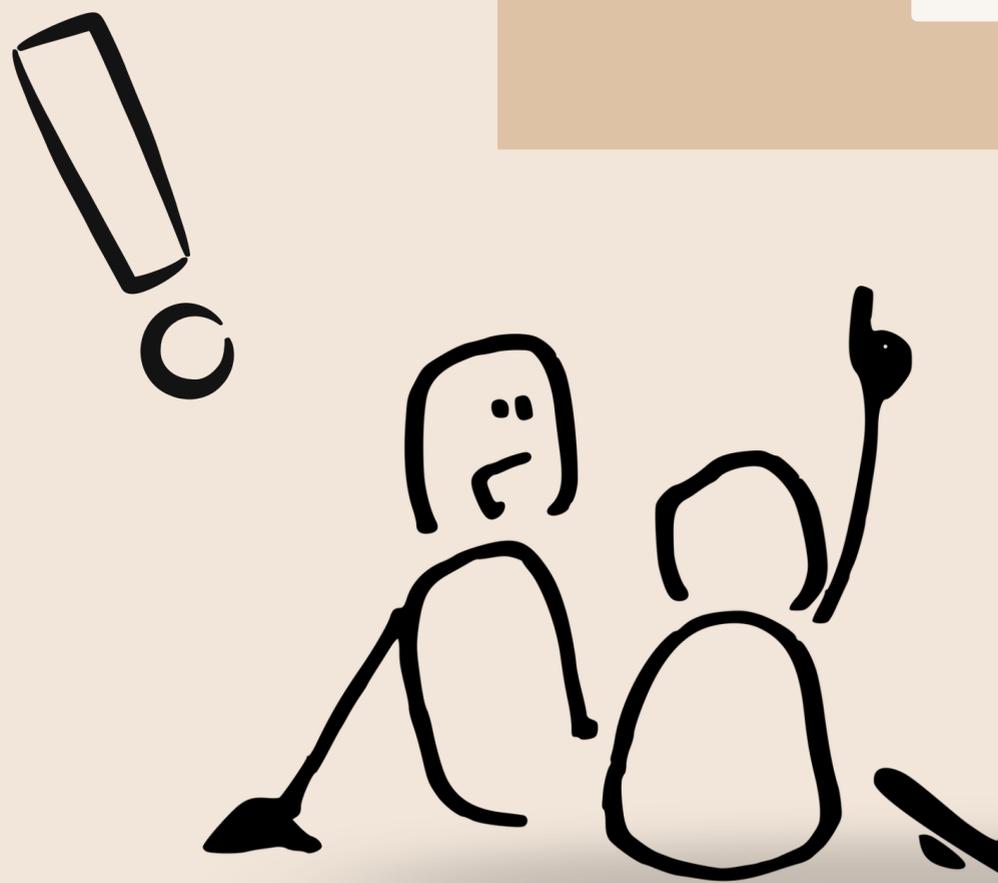
這樣過了一天又一天，脹氣使你不大感到飢餓，時常出現噁心、反胃。你不再期待未來，甚至喪失求生欲；皮膚乾燥、肌肉萎縮等痛苦從未消減。你實在受不了胃的空虛，開始吃木頭、泥土；這樣日復一日，直至死亡。







真正的飢餓，使人從理智到崩潰；
使人踐踏倫理道德。無時無刻，都
有人在遭受飢餓帶來的苦楚；所產
生的問題也遠超於我們的認知。



選擇以「SDGs2:消除飢餓」作為主題，提供相關的知識及幫助辦法，使更多人認識並加入消除飢餓的行動，推廣永續發展的精神。





目錄:

1. 人口飢餓的原因

- 「無聲的飢餓危機」
- 全球糧食分配不均
- 氣候變遷

2. 如何解決飢餓問題

- 人類可以做的行動
- 學生可以做的行動
- 飢餓30人道救援

3. 國家計畫

- 全球永續發展計畫

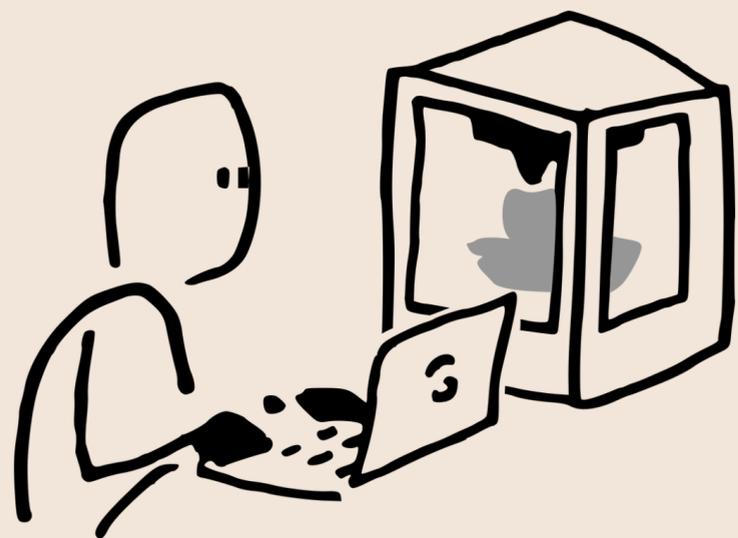
4. 成功實例

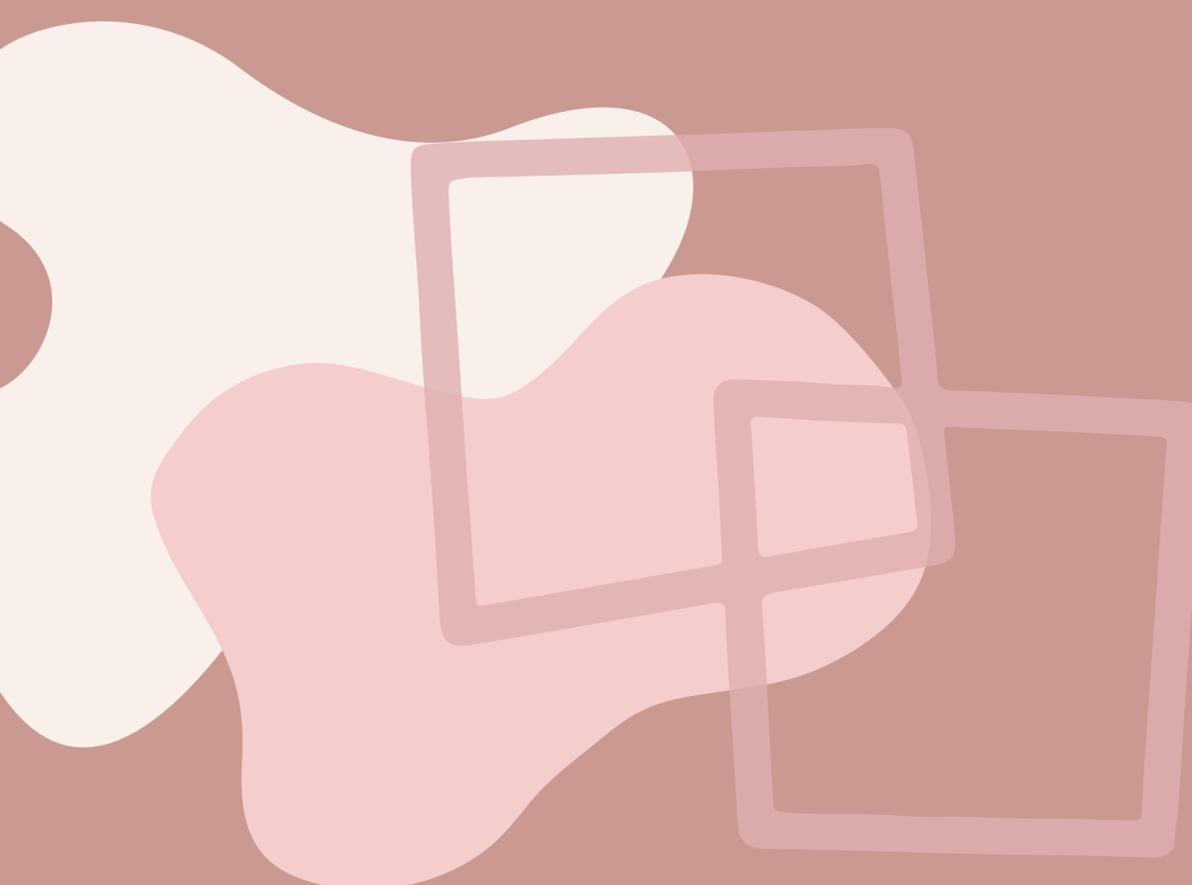
- 「零飢餓」記者會

- 「穀for U、好穀糧」

5. 結語及資料來源

[點此返回飢餓模擬器](#)

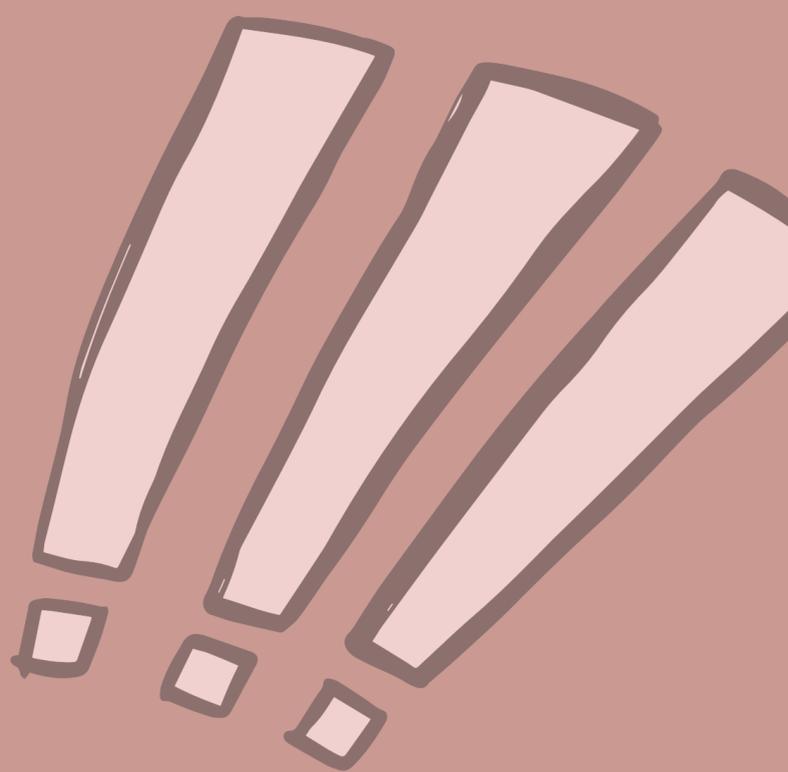




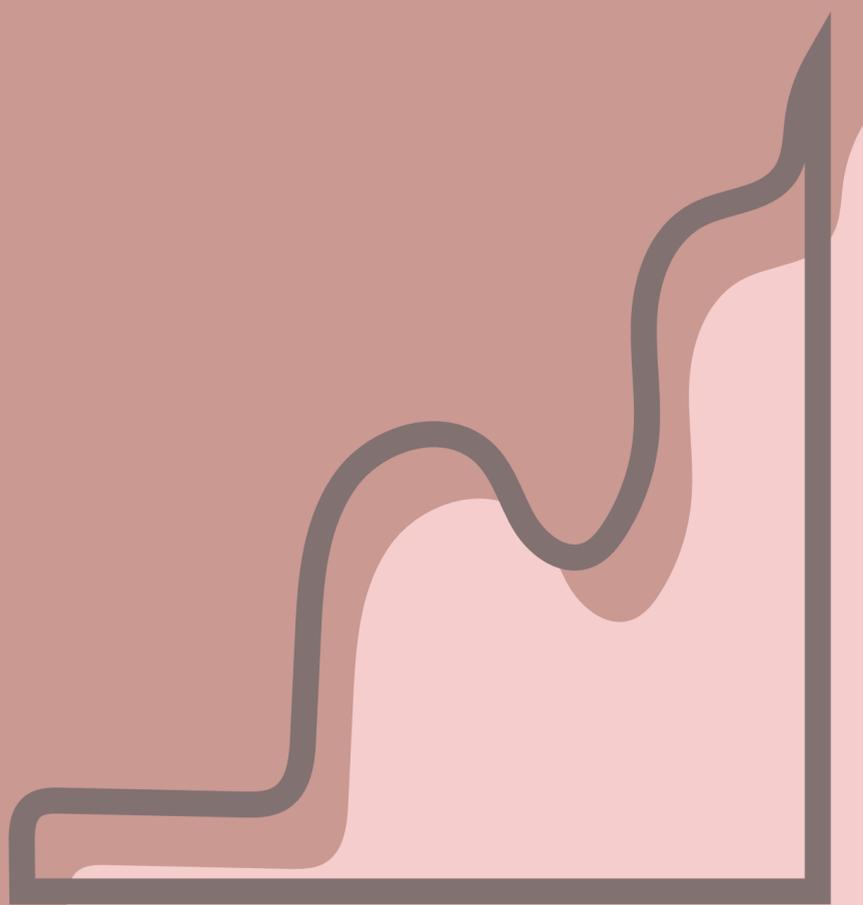
The R

一、

造成人口飢餓
的原因



eason



「無聲的飢餓危機」



點我聽導讀

由糧農組織總幹事迪烏夫提出。全球經濟危機造成收入減少、失業率上升；出現「富國飽，窮國餓」的現象。



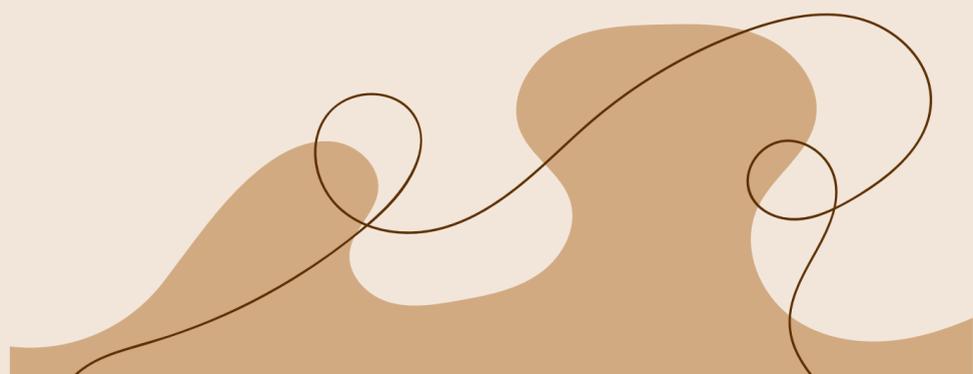
▲ 全球飢餓
反映出「富國



世界上的「飢民」大多是從事農業的民眾，自從經濟危機爆發後，農產品產值下降，造成農民飢荒。



人口分佈圖
飽，貧國餓」



全球糧食分配不均



點我聽導讀

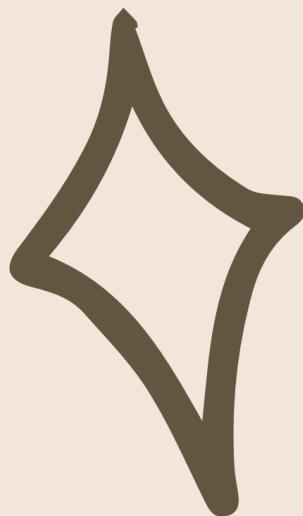
聯合國糧農組織的數據顯示，2000年至2020年，主要農作物的產量增長了52%。作物產量不斷增加，飢餓族群總數卻不減反增。



畜牧養殖，
生殖燃料
與其他用途

54%

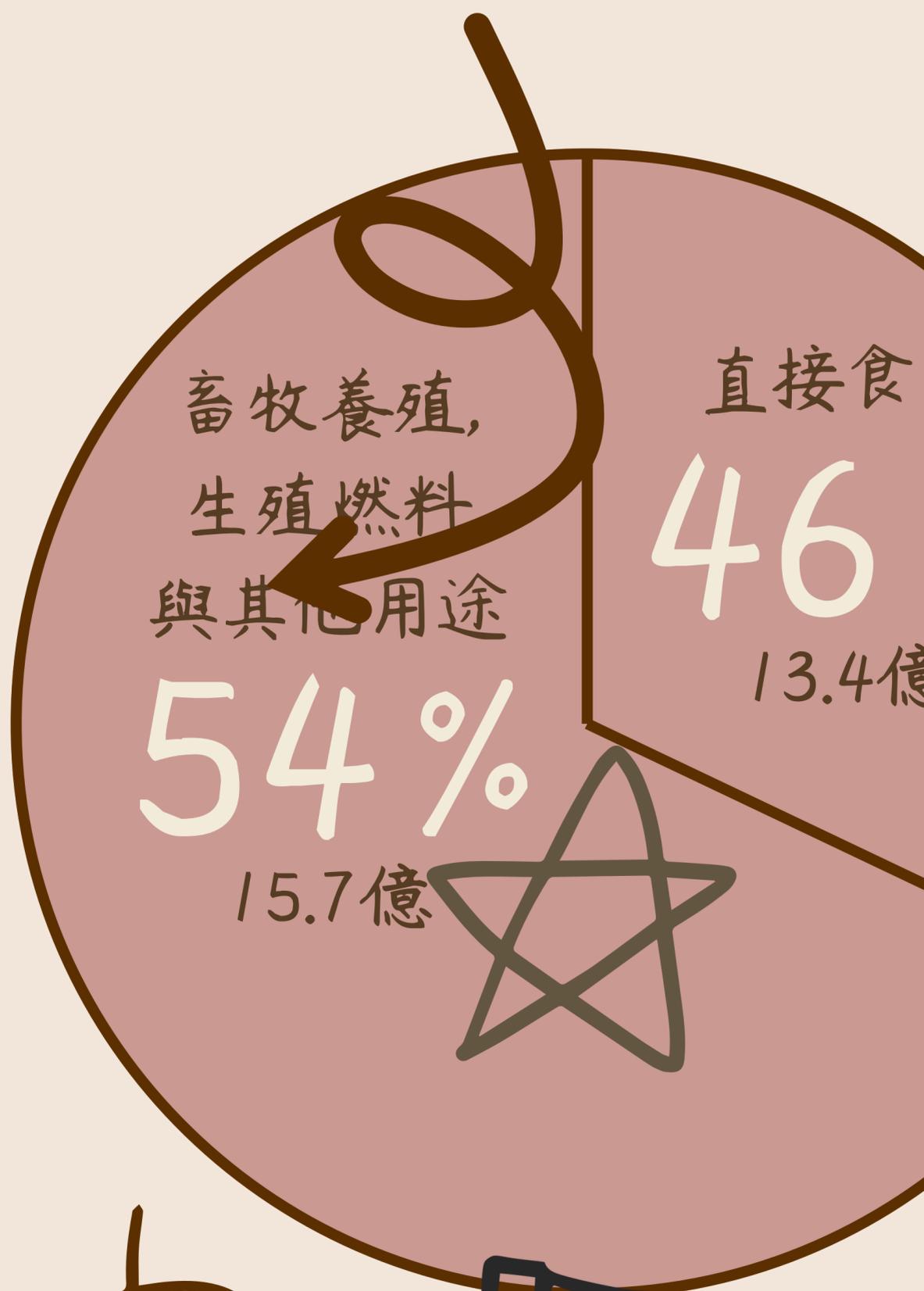
15.7億



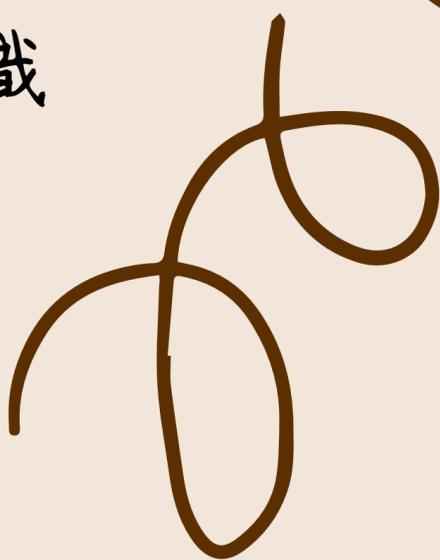
▲ 參考聯合國糧農
所製作



這些作物，終成動物的食物及汽車生質油。由此可見，糧食若能平均分配給全球各地，將不會出現長期飢餓人口。



組織及各農業組織
的圖表

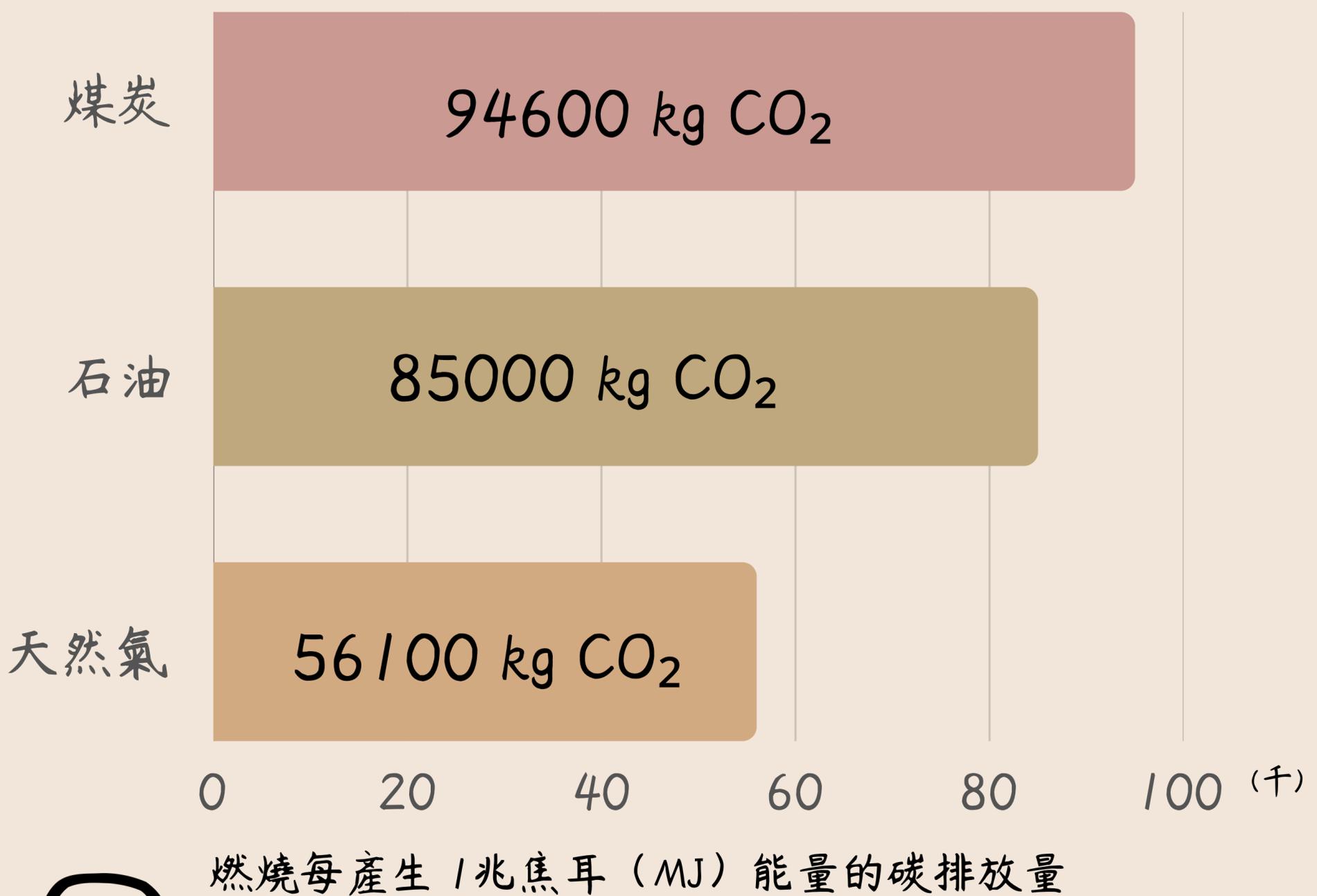


氣候變遷

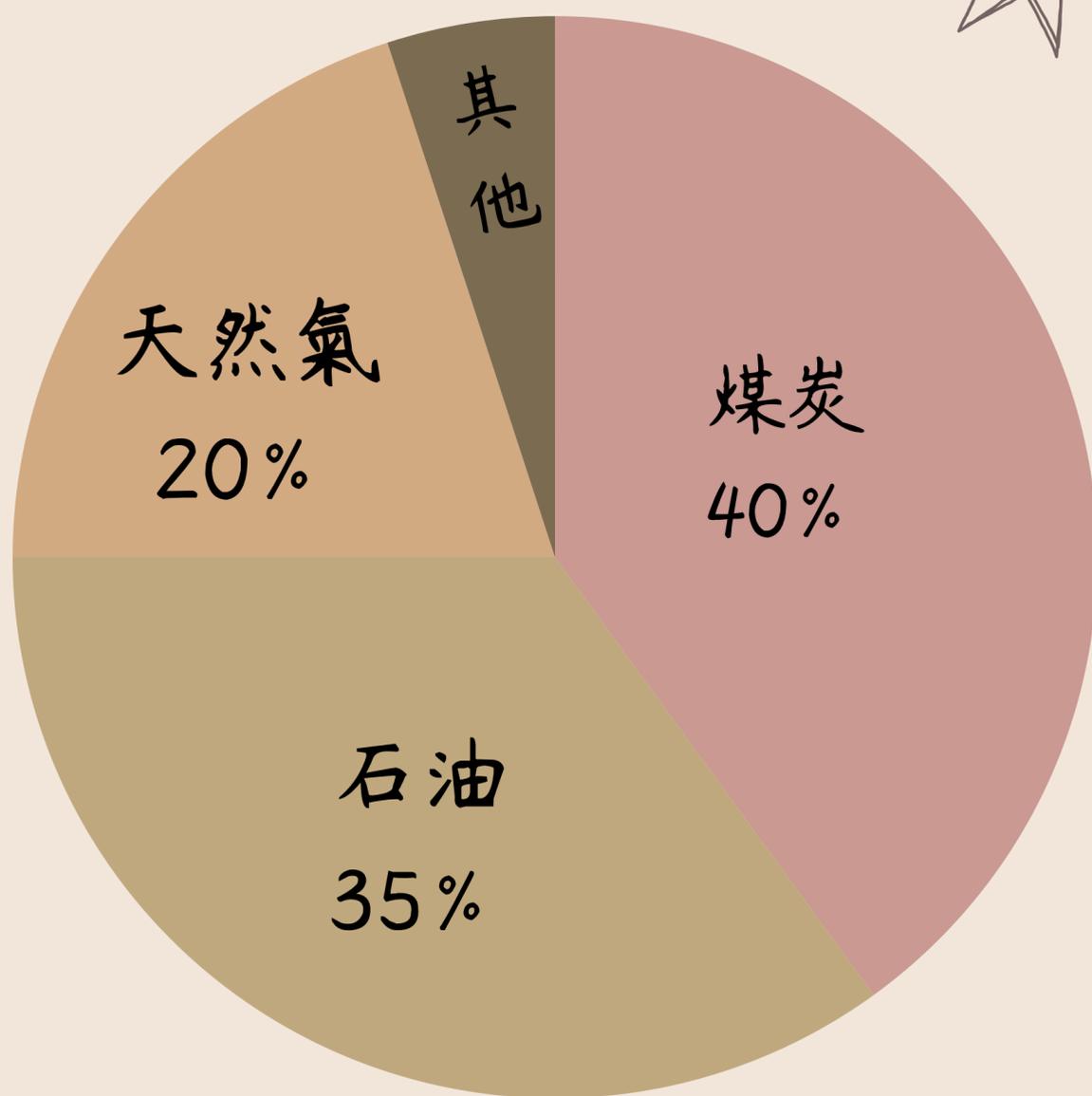


點此
返回目錄

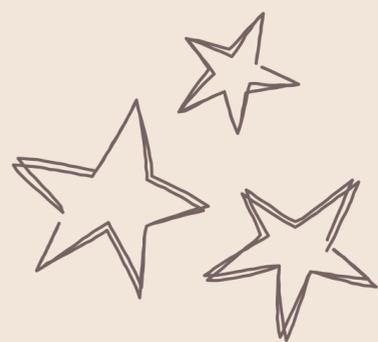
人類活動為氣候變遷的主要作用力。煤炭、石油、天然氣的使用，大幅增加極端氣候出現的頻率。



對於富國而言，可能只是天氣變熱、變冷，或是降雨量更多、更少；但對於窮國而言，主要收入來源的農業不斷受到阻礙，減少人民收入的同時，也在增加飢餓人口數量。



▲ 全球相關能源碳排放量



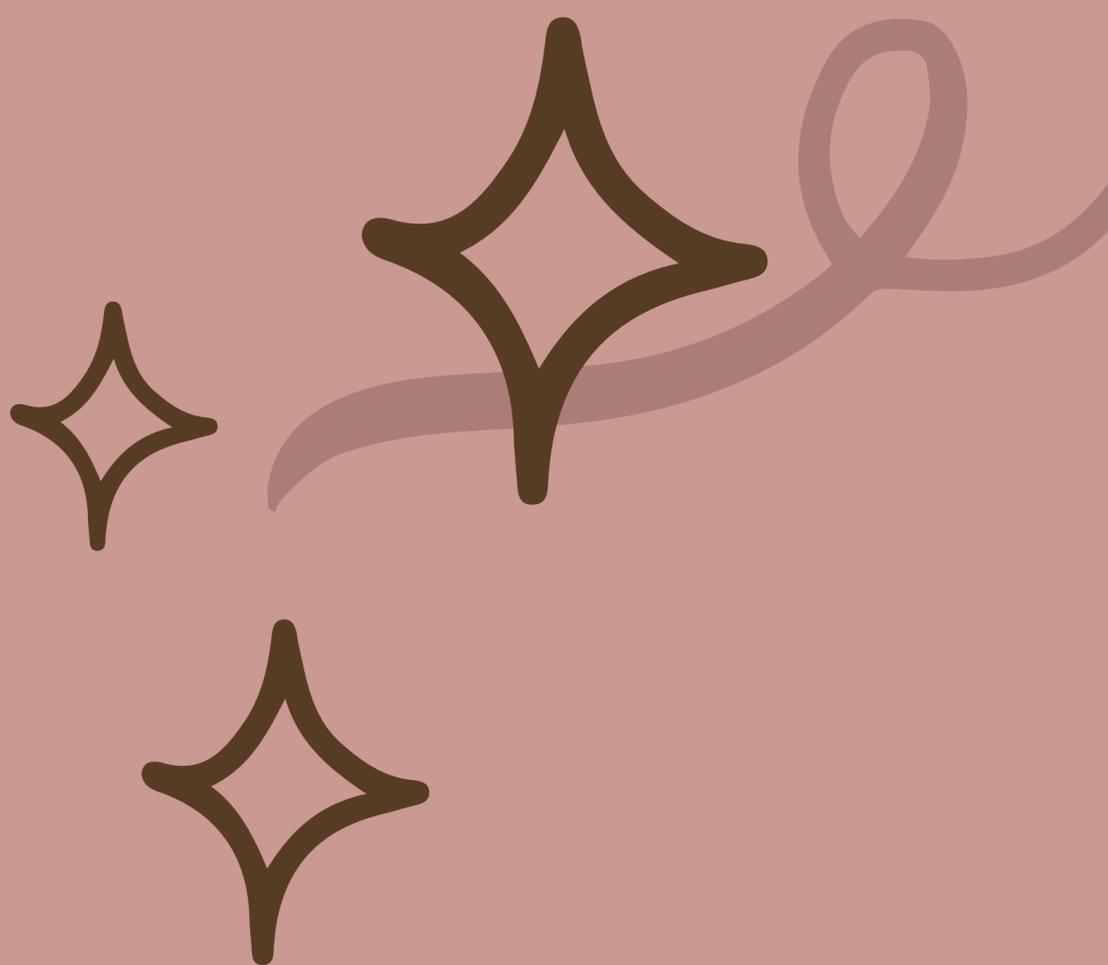


The A

二、

如何解決
飢餓問題

etion



人類可做出的行動

閱讀相關的書籍，理解飢餓族群並重視消除飢餓的行動需要。

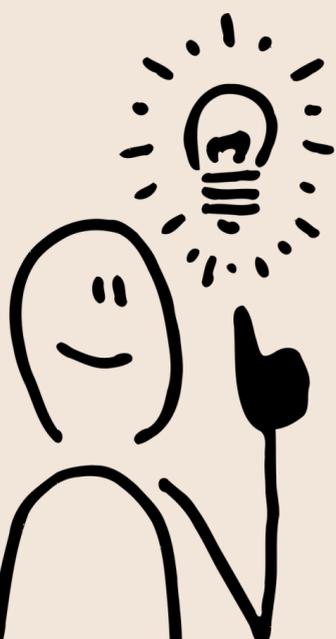


點我聽導讀



點我聽導讀

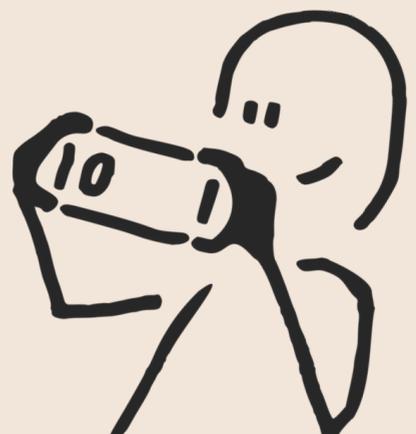
購買品質良好但賣相差的蔬果，使其不因外貌而被遺棄。



購買當季盛產、在地種植、符合公平交易的蔬果，以維持糧食生產者的生計。



將品質良好的食物捐贈給食物銀行或其他共享組織，使弱勢族群不再挨餓。



學生及青少年可以...



點我聽導讀

1. 購買食物之前先衡量自己是否能吃得完。



仔細分析自己的需求，也許會發現...購買了過多的食物!不如將這些自己不需要的食物捐贈給食物銀行及相關機構，使原本多餘的食物變得更有價值!

使用期限



2. 購買食品前先檢查有效期限，選擇可即時食用完的食物。



點我聽導讀



超商為當日過期的食品做打折促銷，購買這些商品時，不但能夠節約糧食、填飽肚子，還能省錢！真是一舉三得！！



飢餓30人道救援

由世界展望會舉辦



點此
返回目录

目的為援助各地遭遇天災、急難等的弱勢家庭，或因戰爭受到飢餓、營養不良、糧食短缺的國家與災民，給予幫助、募款。

3



▲ 世界展望會
飢餓30人道救援

飢餓30人道救援活動內容

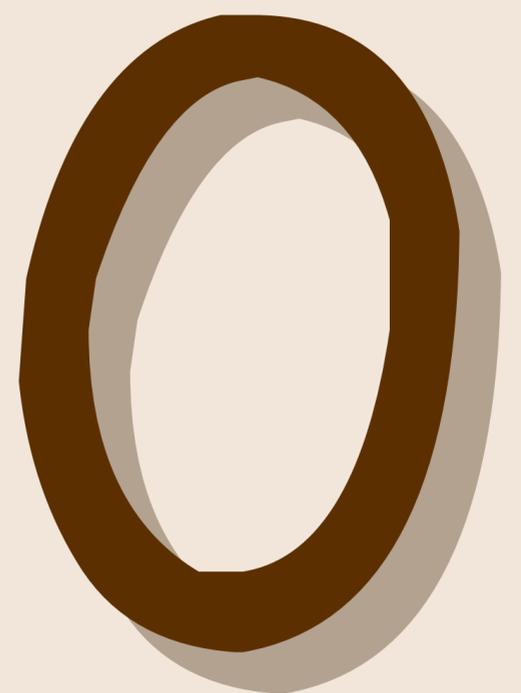


點我聽導讀

禁食30個小時，體驗飢餓的感覺，產生對飢餓族群的同理心；並向飢餓救援基金會捐款，幫助正在受飢餓折磨的人們。



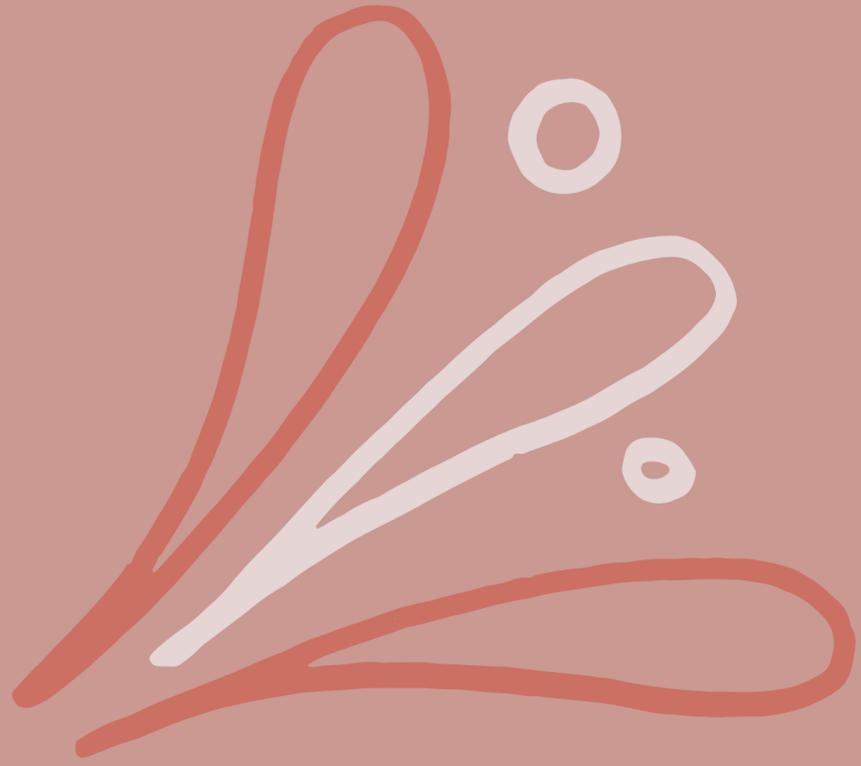
展望會之
舌動宣傳



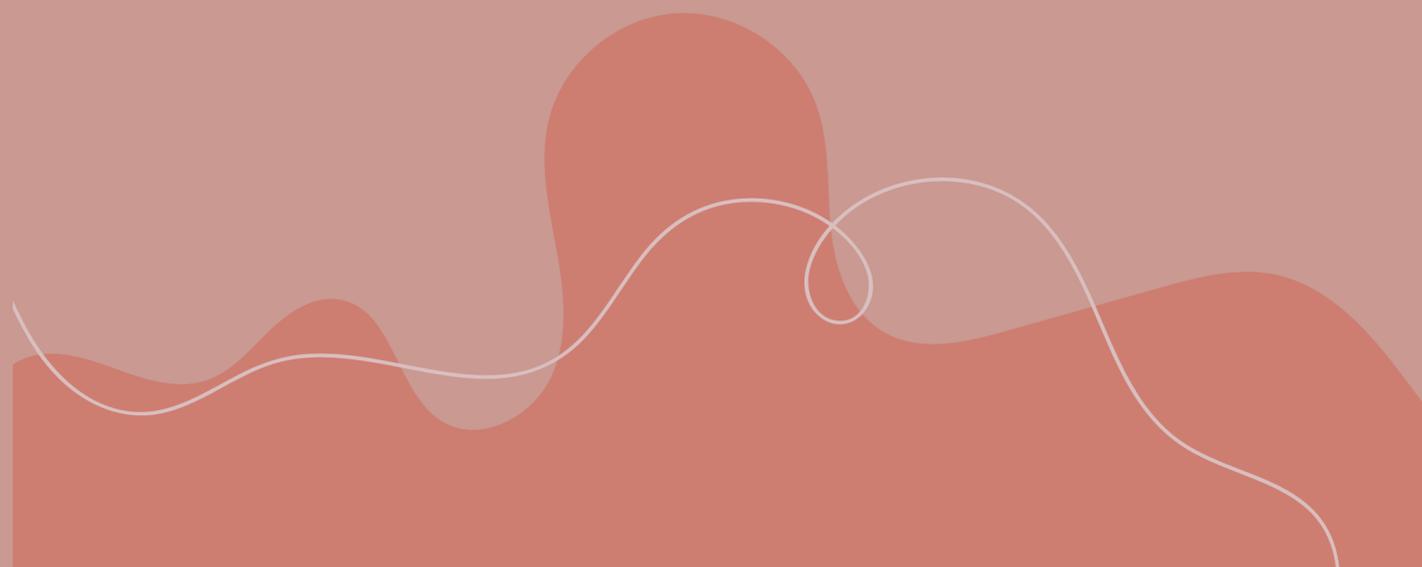


三、

國家的計畫



Plan





點我聽導讀

2030年前，
消除所有形式的營養不良

2025前消除5歲以下孩童飢餓與消瘦的問題，並解決青少女、孕婦、哺乳婦女以及老年人的營養需求。



點我聽導讀

2030年前，
使農民與小規模糧食生產者的收入翻倍

公平且安全的獲取土地生產資源、知識、金融服務、非農業就業市場。



2030年前，
實施可永續發展的農業

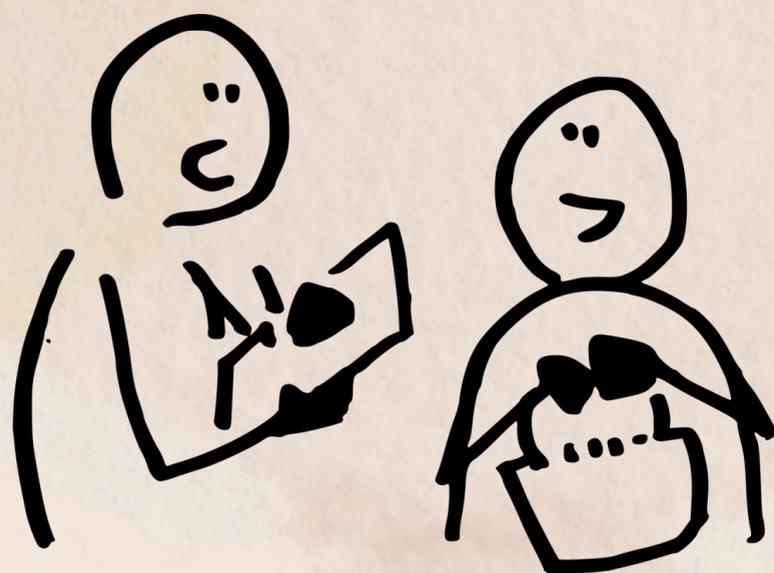


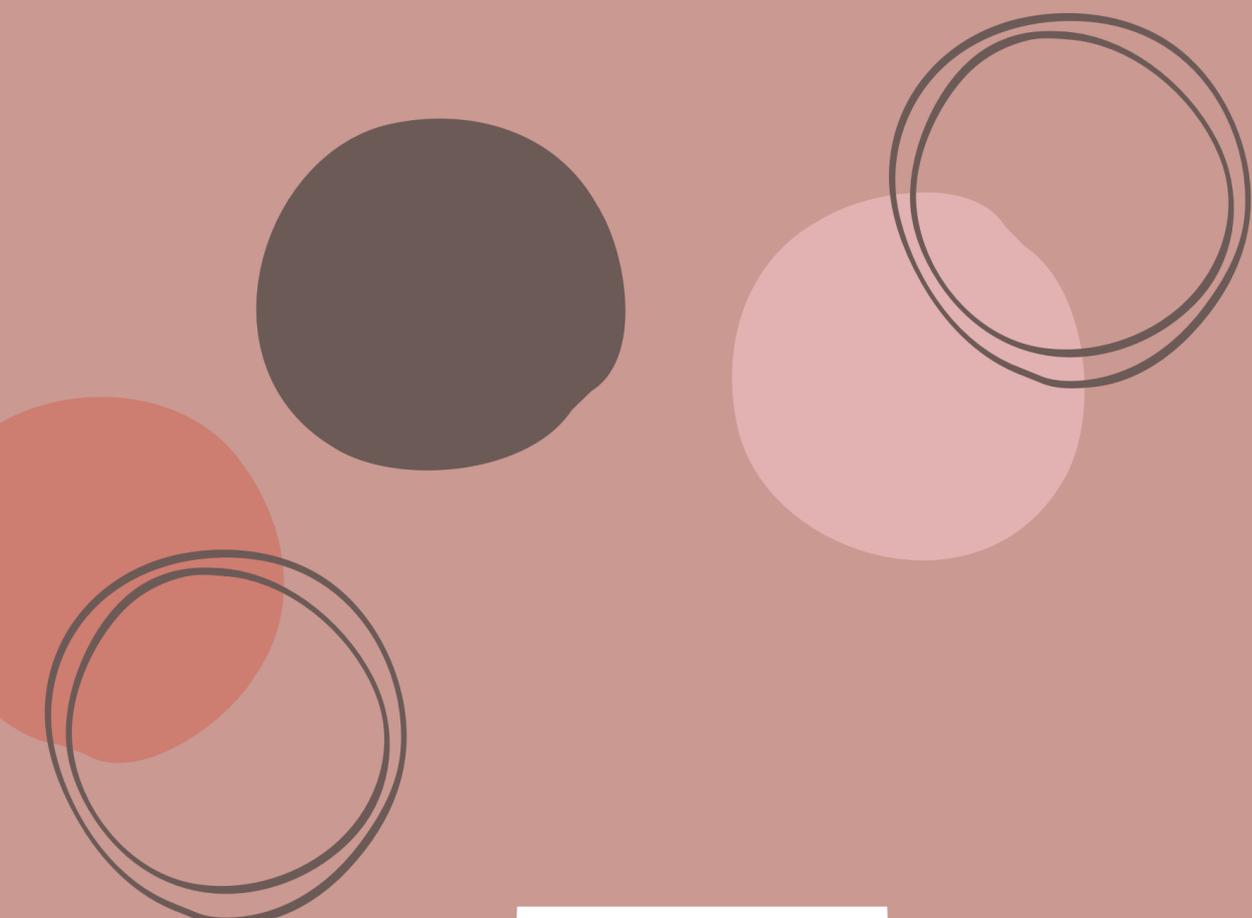
實施有彈性及生產力高的農業，適應極端氣候所引發出的乾旱、洪水等的自然災害，協助維護生態系統，並改善土地與土壤品質。

維持糧食生產中，種子、植物、家畜及相關野生品種之
基因多樣性



不同品種能適應不同的環境變化，例如有些稻米品種能適應水患、有些牲畜品種能抗旱，並提供更多元的營養。





To Su

四、

成功實例



ccess



行政院農業委員會 -「零飢餓」記者會



點我聽導讀

擴大服務

針對45處農村綠色照顧社區及69處農漁會供餐增加，並協助高齡者與弱勢家庭的供餐服務。

響應惜食

在22處農會農民直銷站設立「惜食專區」。

公私協力

將研修「國內糧食救助作業要點」擴大救助糧食申請對象。



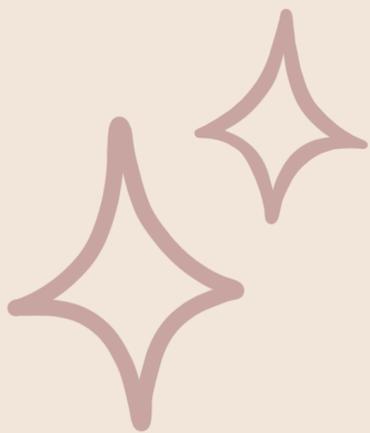
行政院國家永續發展委員會舉辦

「穀for U、好穀糧」健康飲食系列



點我聽導讀

鼓勵業者及民眾認識全穀及未精製雜糧食材，衛生福利部舉辦健康飲食採購活動，邀請業者提供含全穀及未精製雜糧之健康餐點，期望提升民眾對於全穀及未精製雜糧認知、健康飲食觀念的重要性。



推廣管路灌溉設施 提升灌溉用水效率



[點此
返回目录](#)

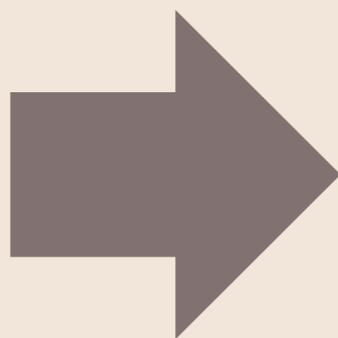
112年度農業部補助及輔導農民施設田間管路灌溉、動力、調蓄及調控設施之推廣面積達2350公頃，受益農戶共計3645戶，可提高農業用水效率，有助增進農業水資源韌性，確保糧食安全之政策目標。



112年國家永續發展 -農地汙染改善

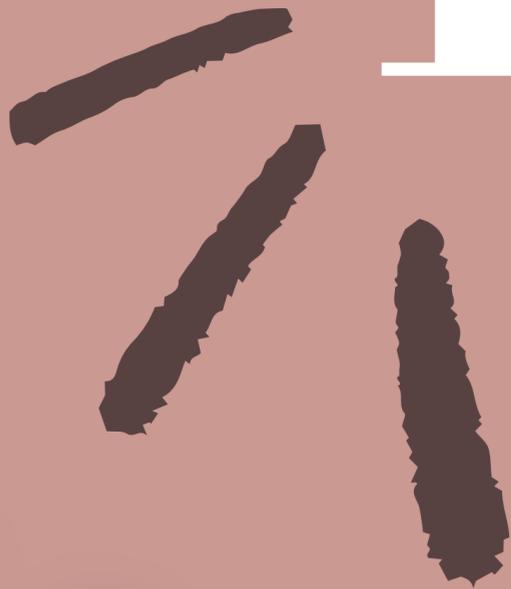


112年度農地汙染改善完成面積約12.1公頃，截至112年12月31日農地土壤汙染面積約7.4公頃，農地土壤汙染面積占總農地面積約0.0009%（7.4公頃/793,000公頃），已達成2025年目標：農地土壤汙染面積占總農地面積約0.002%（約為16公頃）。





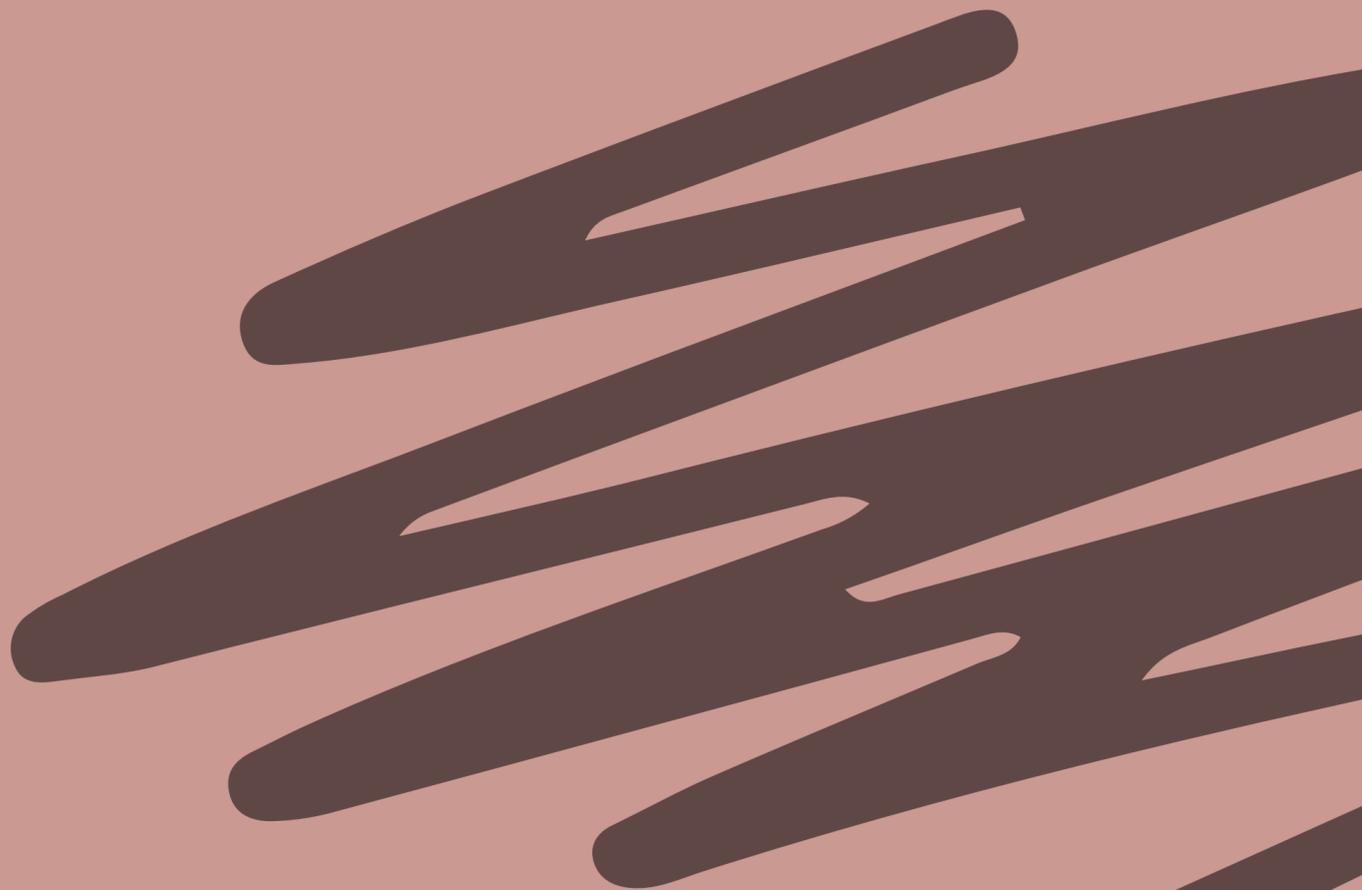
The



五、

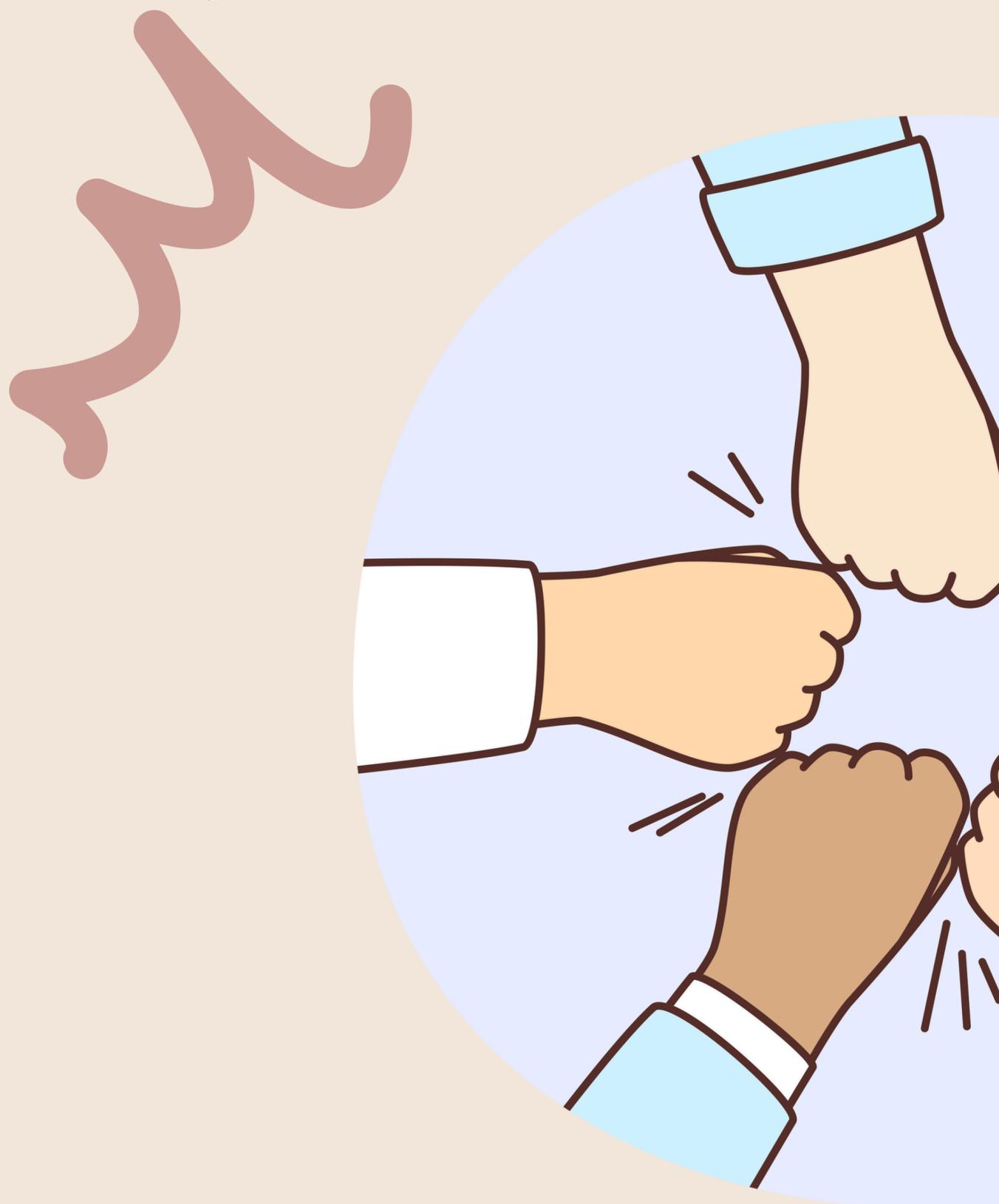
結語

End



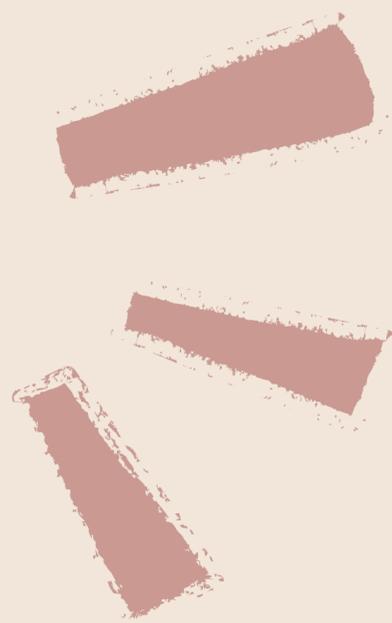
極端的貧富差距加上糧食分配數增加。若每人不浪費食物、煥然一新，飽受飢餓的難民也物，從你我開始」，讓飢餓問到永續發展的目的。

剩食變盛食——《人生百味》，



不均，使受飢餓之苦的人
重視飢餓問題，世界便會
會日漸減少。「不浪費食
題減輕並培養同理心，達

讓我們一同拯救難民！



資料來源

點此
返回目錄

 <https://xn--futurecity-uy5p153boo8d8yxa.cw.com.tw/article/1275>

 https://www.worldvision.org.hk/images/data/07_Learn/02_Resources/04_SEC/FoodCrisis-6ThingsToKnow.pdf

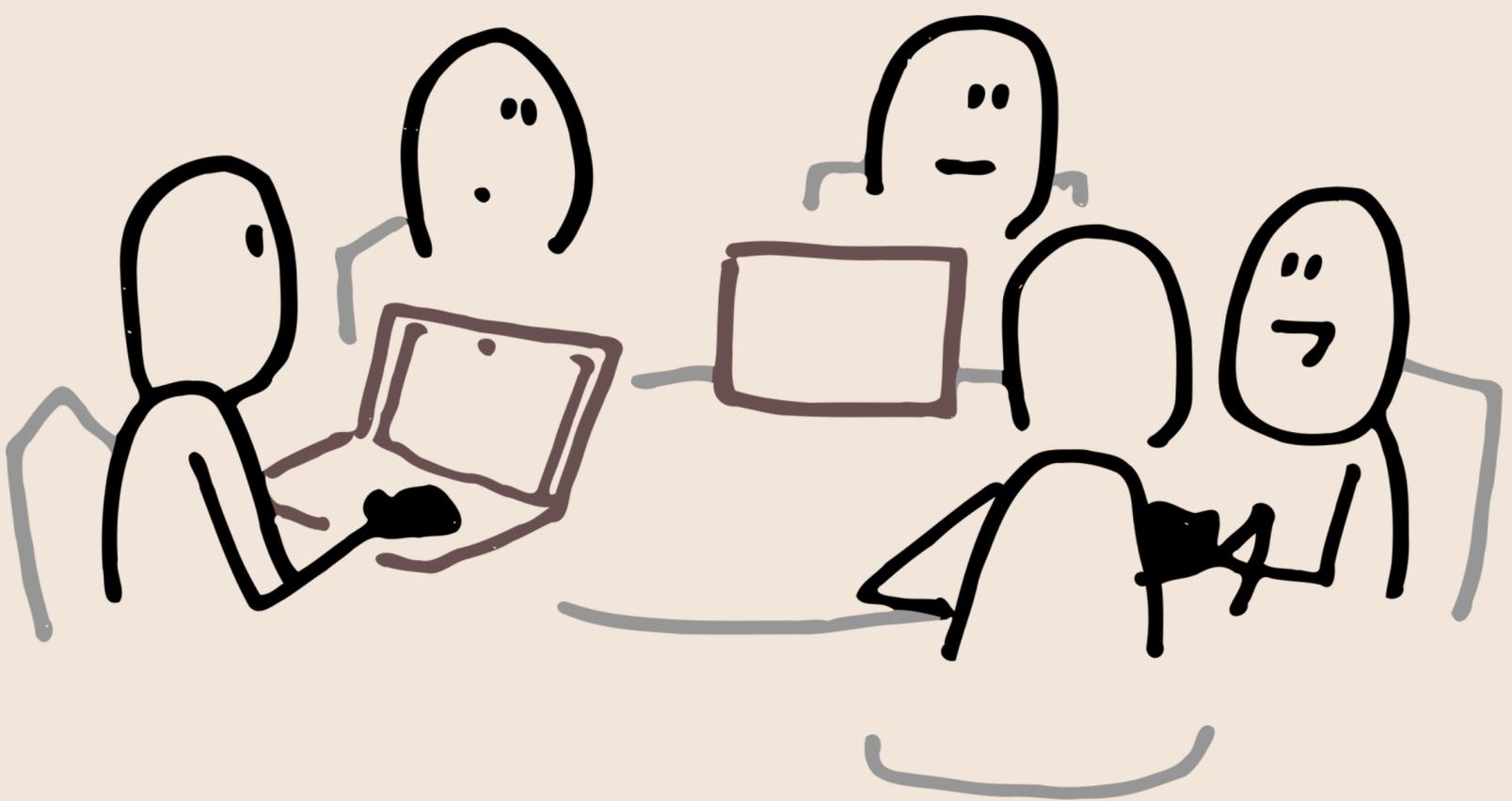
 <https://www.greenpeace.org/taiwan/update/32040/2022%E7%B3%A7%E9%A3%9F%E5%8D%B1%E6%A9%9F%EF%BC%9A%E6%B0%A3%E5%80%99%E8%AE%8A%E9%81%B7%E3%80%81%E5%9C%8B%E9%9A%9B%E8%A1%9D%E7%AA%81%E3%80%81%E7%B3%A7%E9%A3%9F%E5%88%86%E9%85%8D%E4%B8%8D%E5%9D%87/>

 <https://www.cw.com.tw/article/5121752>

 <https://www.foodnext.net/news/newsnow/paper/5234712302>

 https://www.mdnkids.com/nie/nie_indicate/Unit7/W-980629-15/W-980629-15.htm

 <https://www.seinsights.asia/article/7669>



"The world on the other side is full of people who are eager to assist you".

“世界的另一端充滿了
渴望幫助你的人。”