

社区厨房： 让多余的食物来驱除饥饿和孤独

■ 潘沁宇

可曾想过,如果超市里大批剩余的食物变废为宝摇身成为营养又美味的食物;如果饥肠辘辘的流浪者也可以吃到一顿营养又美味的一顿饭;如果有这样一个社区,它可以让你感受家的温暖?

在英国社会企业社区厨房(FoodCycle)里你可以找到这一切。它成功创立了一种社企经营模式,形成以志愿者为核心的社区,有效帮助社会解决食物浪费、饥饿和社会孤独的问题。

让社会没有饥饿和孤独

“让社会没有饥饿和孤独”是FoodCycle创立的愿景,在这个大多数人都营养过剩的年代里,仍有些人还挣扎在温饱中。

联合国报告指出,2016年全球食不果腹、营养不良的人口有8.15亿,占全球人口的11%,比2015年多出3800万。尽管过去十年全球饥饿人口数量呈下降趋势,但随着暴力冲突增加以及受气候变暖影响,世界饥饿人口重新出现增长。与之相反的是,工业化国家的零售商和消费者每年丢弃的3亿吨可食用的食物,足以喂饱正在挨饿的约9亿人口。不断增长的饥饿人口数量与越来越严重的食物浪费问题仿佛是一个天平的两端,如果能将两者链接起来进行资源互补,就能起到“一石二鸟”的效果。

为两者之间搭建这座桥的这个机构就是英国的慈善机构社区厨房FoodCycle。社区厨房旨在收集当地超市或者餐馆里多余的食物,或者是一些志愿者捐赠食物做成一顿美食提供给那些处于饥饿贫困以及低社会保障的人群。社区厨房不仅仅能提供美味而营养的食物,它还建立起了一个社区模式,把志愿者和受助者之间链接在一起,形成一个良好的互动沟通。他们在这里能够交到很多朋友,找到生活的动力和分享的乐趣。这种模式让孤独的人们有机会与人交流和感受到陪伴的温暖,也鼓励了志愿者加入贡献自己的力量。目

前,在英国已有18个回收点、1,300名义工,每周开放5天,服务18区逾3,000人。

社区厨房这个想法来自创始人张凌翰的一次偶遇。2008年10月,当时正在伦敦东部的非洲研究院攻读硕士学位的张凌翰在美国遇到了“校园厨房”(Campus Kitchen)项目的创始人。“校园厨房”是一个公益服务机构,主要的任务是倡导大学生收集当地的超市或者餐馆剩余的新鲜食物材料,带回学校重新利用,为有需要的人们提供健康食品。张凌翰对这一模式印象深刻,从那之后他就一直在思考如何把与“校园厨房”相类似的组织带到英国。

张凌翰回到英国之后开始筹备社区厨房的团队,团队成员都有一个共同的价值观:食物不应该被浪费和每个人都应该有机会在餐桌上获得营养的膳食。在运营了几个月之后,社区厨房收到了很多好评,很多人自愿加入,包括志愿者、捐赠者和一些有合作意向的慈善组织;同时也吸引了越来越多伦敦当地的企业或零售超市为社区厨房提供剩余食材。

社区厨房初期运营模式很简单,招募一些志愿者和员工收集附近(方圆一英里内)一些食品或零售公司的剩余食材,把这些食物制作成健康美味的佳肴提供给流浪者、学生和城市贫民。张凌翰谈道:“记得首次派发给露宿者的食物是杂菜汤,由于食材有限只能分发给30人。刚开始他们(露宿者)说这个汤好难喝,土豆太硬、味道不够。”但张凌翰认为至少可给露宿者温饱,已算踏出成功第一步。为了更好地改善食物质量,张凌翰坚持每星期到派餐中心听取意见,找到更好的改善方法。

如今,社区厨房在英国不同地方设立多个厨房提供食物,主要集中在比较贫穷的社区,求助者可以选择离自己最近的餐馆来获得食物,而人们可以通过不同的方式来帮助有需要的人,主要包括捐钱、到社区当志愿者、

提供厨房空间来烹饪食物等。2016年全年社区厨房一共提供了37000餐饭给受助者,派出了8000份外送食物。

用社区模式拯救孤独

除了饥饿,孤独也是比较严重的社会问题之一。据英国《每日邮报》报道,美国一项涉及30万人的研究表明,社会孤独感的危害等同于酗酒或每天吸烟15支,甚至比不运动所带来的危害还要严重;美国芝加哥大学心理学教授约翰卡西奥波说,孤独可以削弱人体免疫系统,使人体血压上升、压力增大,使人更容易生病,还有造成抑郁症的危险。在英国,很多经济条件差的独居者,尤其是一些老年人,经常独自进食,吃的也是一些低营养的食物,这危害他们的身心健康。

社区厨房提出了开放社区模式来解决这个问题。2010年10月,社区厨房在伦敦开设了第一家社区咖啡厅,给社区的志愿者和受助者提供了一个互动交流的平台,这意味着FoodCycle开始从简单的救助模式走到了互动循环的社区模式。在这里,人们不仅可以得到食物,还可以了解食物营养知识和烹饪方法,也可以与不同的人沟通交流远离孤独,找到归属感。这也是创始人的初衷之一,张凌翰认为:“这是FoodCycle不仅是对食物资源的一种循环利用,同时还可以培养一种‘社区意识’,通过健康食物把不同的人链接在一起。”

社区厨房的理念是,食物不仅仅为了填饱肚子提供营养,同时也是一种爱和分享。志愿者和受助人可以一起吃饭,互相交朋友,学习烹饪方法,在这里人们可以认识到来自不同行业的人并和他们分享彼此的经历;在遇到比较棘手的问题时,还会有社工或者医生来帮助和指导他们。这样的模式也吸引了很多独居或者孤独的人群加入。在这里不仅拯救了人们的饥饿,也让人们感受到陪伴的温暖。社区厨房的其中一位80岁的独居老人说道:“我独自一人居住,每周我会选择到FoodCycle餐厅去吃饭,在这里能够认识很多新朋友,让我不再感到孤单。”另一位顾客表示,她有4个孩子,每次一去FoodCycle,她的孩子都很兴奋快乐。平时在家从不爱吃饭的他们,在FoodCycle也会胃口大开。

此外,社区厨房还会开设烹饪课程,由志愿者自愿去分享,教大家如何做健康食品。其中一位受助者谈道:“刚开始的时候,我不敢和任何人说话,只是一个人坐着吃饭,慢慢地我感受到这里自由的氛围和乐趣,开始大胆地与人交谈,也认识了不同的朋友,现在我已经完成了烹饪



在FoodCycle享受食物和温暖的社区老人

课程,准备要在这里当厨师。”

这种社区模式创造和改变了公共区域,充分实现社区资源最大效益化;同时能够在一定程度上降低孤独症比例;在社区里发扬互助互爱的精神,也改善了邻里关系。据社区厨房提供的数据显示:参与社区的人们膳食变得更有营养了,生活不再孤独,85%人表示在社区里他们能够交到新朋友,性格变得开朗了很多;有人则谈道,FoodCycle培养了他们营养饮食的习惯,现在他们更注重饮食的重营养搭配。

多元化的参与机制

相比于传统的社企,社区厨房显得更加灵活性和创新,这体现在他们多元化的参与机制上。在官网“参与社区厨房”的一栏中可以看到:欢迎人们用不同的方式参与到社区厨房中来。如果是志愿者,可以提供厨房空间给社区,或者教导人们做一顿营养美味的午餐。除了个人,团体或者公司也可以加入其中,比如公司可以把参与社区活动当作一种团队建设的活动。此外,社区厨房致力于志愿者力量的培养,尤其是青年志愿者。如果青年有意愿对把社区厨房的理念带入某个社区,他就能和社区厨房申请,符合条件、审核通过的话可以在自己主导下开设一个社区厨房的点为需要的人提供饭菜。在创新性方面,社区厨房还鼓励大家提出各种主意,可以支持自主策划筹款方案,这样绝妙而大胆的想法,更容易吸引更多创新的主意;同时还建议机构或者公司把筹款活动作为团建活动或者CSR的目标,鼓励更多的人加入到筹款的队伍中。

结语

从2008年成立至今,社区厨房已经从简单的厨房作坊变成拥有两个烹饪中心的大型社企,服务当地18区逾3000人,志愿者已经为社区厨房工作近5000

小时,制作提供了18000次免费膳食,节约了约7000吨食物。

自2008年开始的社区厨房已经得到社会各个机构的近40000英镑的资助,同时还包括多个项目奖金及基金资助。为了更好地支持机构运作,目前社区厨房除了大批志愿者外,也开始聘用部分的全职员工来负责机构的日常运营。

初期机构运营的模式是三方捐赠:由超市捐赠出多余的食物,地方机构提供做饭的厨房,志愿者们来烹饪美味的食物给受助人。随着机构的发展壮大,单纯依赖捐赠途径不足以支撑社区运营,社区厨房会在每一个站点向消费者收取一点管理费用,然后再把这些费用投入到整个企业的运作中。事实上,对于一个社企来说可持续的发展是最重要的部分,创始人表示目前社区厨房正计划逐步通过建立公司制度,拓宽资金来源以实现自给自足。

社区厨房的模式被英国《卫报》称赞为可持续发展的经营模式,它的建立不但解决了流浪者和穷人的饥饿问题,同时缓解了环境问题也减少了二氧化碳的排放。每个月社区厨房回收大约3000千克的多余食物,相当于节约了13500千克的二氧化碳排放和提供了2500顿膳食给有需要的人;更重要的是让人们开始意识到食物浪费对社会环境的危害和建立社区意识。

除了解决社会问题,社区厨房还致力于青年力量的培养,鼓励青年志愿者为机构贡献力量,提供平台让更多青年人成为项目的领导者。创始人张凌翰提醒年轻人要放眼未来,他说:“不仅要关注社会问题,还要把关注进阶成为行动;社会企业需要不同阶层人去建立,不同阶层的人包括:毕业生、在职人士、退休人士等,只有更多的人参与才能令社群更有活力,他对这个领域很乐观,希望每年都有新人加入,有新朋友去认识,有新项目解决社会问题。”

(据公益慈善学园)



充分发挥作用的志愿者系统是社区类组织成功的共通因素