

联合国大学的大脑开展经验：城市食品系统与健康模式研讨会

作者：金兆炜 | 2019 年 1 月 28 日

我们生活的生活环境目前正在经历着巨大而迅速的变化。我们从新闻意识到许多问题，如气候变化，污染，社会不平等，社会排斥等等。这些问题是真实存在的，而且我们之中的一些人正在面对这些问题，并可能已经是受害者。如果我们袖手旁观，那我们都无法逃脱。例如，气候变化；要知道地球本身是不可替代的，如果它不再适合人类居住，那么这意味着我们正在自寻灭绝，这在某种程度上是不合逻辑的。因此，我们这一代需要充分意识到这些问题并从现在开始采取行动。我还相信，通过将这种意识传达给其他人，我们可以聚集并形成强大的社群，愿意为塑造更好的未来做出贡献。



资料来源：作者摄影

我很感激来自联合国大学 - 国际全球卫生研究所的李博士邀请我参加马来西亚健康城市系统思考和地点为主的方法 (SCHEMA) 研讨会。这是卡迪夫大学可持续地区研究所和国际全球健康研究所之间的一个联合项目，由著名的 Newton-Ungku Omar Fund 基金会资助。这是一个为期 3 天的密集研讨会，其中包括分享会，实地考察，头脑风暴和课程，我觉得这具有挑战性。在研讨会上，我了解了马来西亚的食品和卫生系统，并认识来自不同背景的人，如来自教育部，大学，公共机构，非政府组织以及私营企业。我以一名研究生建筑师的身份代表私营企业，与参与者们分享我对城市农业和建筑的知识。

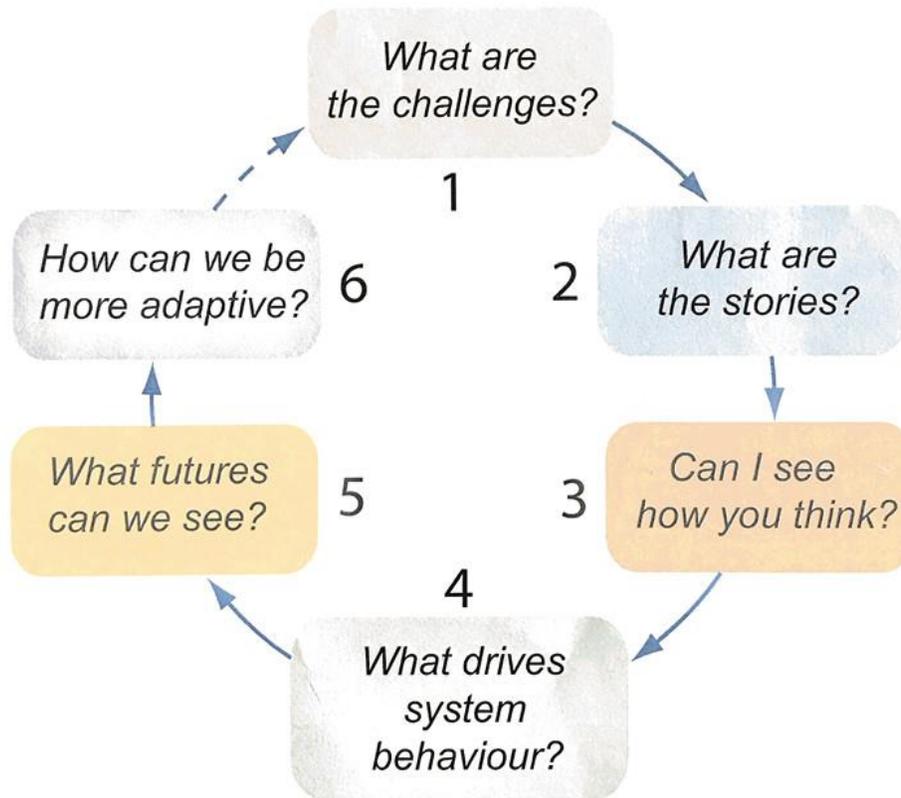
在头脑风暴期间讨论了各种各样的主题，为了便于沟通，我会以列单形式来总结：

1. 食品并不是限于人类的商品或基本能源的来源，而也涉及农业活动，碳排放和物流能源消耗造成的环境影响。
2. 外出就餐（意思是在外面吃饭），是马来西亚人的文化，特别是住在城市里的人。虽然种类繁多，但这对食物质量的控制较小。
3. 粮食安全也包括价格的稳定性。在 2007 年和 2008 年的世界粮食价格危机期间，价格飙升并影响了全球各国。
4. 分解系统并查看嵌套在其中的问题，然后思考如何改善或重新构思。它更像是很多精英都在使用的第一原则，比如马斯克，这个方法可以拆解复杂系统，找到危害系统的重要因素并解决它。
5. 评估食物质量的一个好方法是计算接触食物的人手和机器。次数越少，质量越好。这是卡迪夫大学的 Terry Marsden 教授提出的方法论。
6. 农业，特别是畜牧业，是全球第二大温室气体排放者。随着人口的增长，对肉类的需求也相对增加，从而产量剧增。这将使该行业成为最大的温室气体排放者，并气候恶化。那么我们该如何解决这个问题呢？也许选择人造肉，但也可能引发另一场道德辩论？与其坚持传统的肉类生产，我宁愿吃人工肉，这种肉被证明可以安全食用。
7. 在中国，超大城市通过高速铁路和高速公路连接起来，慢慢聚集成一个前所未有的超大城市。那么，我们如何喂养这种规模的城市？
8. 粮食银行是否足以解决粮食安全问题？或者它是一种临时解决方案，就像保险箱一样？
9. 食物是新的石油，土地是新的黄金。随着我们看到食品价格慢慢上涨，土地价格飙升，食物就变得对我们越来越重要。我们已经从食物丰富时代过渡到稀缺时代。但是，我们仍然处在高达 40% 以上的食物浪费阶段，说起来还真的很匪夷所思。
10. 一个更好的教育系统触及我们的粮食生产系统，有助于改善与农场和自然食物隔离的年轻一代的知识。
11. 有一项研究专研了马来西亚当地社区的饮食方式。马来西亚人的纤维摄入量很少。最糟糕的是，马来西亚现在是东南亚人口最肥胖的国家，近 50% 的人口肥胖或超重。这是我们食物系统的错吗？还是当地文化？或建设环境？
12. 有机食品缺乏认证，以便证明供应商是否提供所承诺的营养价值。除此，这项认证是否有效并帮助消费者做出更好的选择？
13. 全世界发生了大量的卡路里摄入不平等现象。经济安全性较低的人可能会摄入更高的卡路里，最终导致肥胖或超重。贫困是否与社区健康状况直接相关？

14. 马来西亚卫生部正在研究生活环境的状况，因为他们意识到，如果人们的建筑环境设计得不好，将导致社区免疫系统较低。此外，未来的建筑设计应该是高度气候适应性，能源耗量较低，特别是在空调方面。众所周知，人口将增加，住房需求将增加。随着供应的增加，空调的使用也将增加，最终将加速气候变化。例如，房屋可以设计成具有交叉通风或堆叠效应，以促进自然通风并冷却建筑物。联合国人居署正在研究这些问题，并试图提出宣言和行动解决方案。
15. 良好的食物系统应支配消费者产生的营养价值，因为均衡饮食由不同类型的营养成分组成。
16. 家庭粮食不安全的来源包括食物源地的位置，可用性，价格，质量，变化和促进食用当地食物。我们可能会吃很多东西，但我们可能最终仍然营养不良，因为我们没有采取均衡的营养饮食。
17. 最近，在槟城，吉打，霹雳和东海岸发生的洪水引发了洪水灾民的食物安全问题。食品的可用性，可获得性，供应和价格的稳定性以及利用率都证明了其重要性。
18. 城市粮食供给系统还涉及城市居民的城市环境和心理困扰程度。为了监控，我们可以利用GIS技术来研究交通，可用绿地，农场与消费者之间的距离，步行性，网络，土地使用，犯罪和安全等方面。我们需要从整体上看待物理形态，自然环境和社会环境，以了解社区的运作方式。
19. 增加对健康检查的激励，以便鼓励人们。由于预防总比治疗好，因此在为时已晚之前尽早治疗总是更好。那么如何鼓励人们去健康检查呢？
20. 可持续发展目标有一种计算方法可以计算产生多大的影响。该方法有惊人的一面，如果行动和目标是反方向的，它可能取消积极的积分，最终产生中性或负面影响。
21. 促进河岸农业作为河岸并提供不同的资源，如现成的生态系统，水以及与促进人民的联系。现在可能是城市重新审视如何通过改造河流来重振城市的时候，就像首尔的清溪川一样。
22. 近代较少劳动力涉及农业，这将影响农产品的质量。因此可引入生产外包服务来解决这个问题，就像可可行业的案例。基本上，业主将劳务工作委托给外包服务，以解决收成和处理待售产品。
23. 城市农业是一种上升趋势，人们开始将食物来源拉回城市。这可以改善社区，粮食安全，可持续性和经济之间的联系。个人，特定社区和学校可以成为这趋势的推动力量。
24. 马来西亚人浪费 1/3 的食物，换句话说就是每年浪费约为 2.46 亿令吉。因此，政府需制定处理食物浪费问题的计划和政策，例如引入有机和非有机废物的隔离。
25. 强调了即时食物消费的文化，因为它最能影响年轻一代。由于忙碌的生活方式，大多数都市人习惯于即时食用，没有时间亲自动手烹饪。那么，我们应该再次开始做饭吗？
26. 马来西亚是东南亚国家中糖和脂肪摄入量最高的国家。这是一个令人担忧的统计数据，人们应该更多地了解饮食习惯。

27. 当地一位医生提出一个有趣的想法是，即什么媒介是最有效地传递性息给成年人社区，如女性？也许是理发师，因为女性很可能会经常与理发师交流并且心理防御最少。
28. 食品政策从很久以前就没有创新，这意味着我们仍然在这个电动时代使用旧马车喜欢的食物系统。我们应该通过研究日益增长的城市化，城市偏见，城市食物网络，跨地方联盟和实施方法来修订和重新定义我们的粮食政策。通常联邦政府将难以实施这些政策，因为自上而下的实施在达到底部时会逐渐失效。因此，政府得要求机构，地方政府和社区等合作伙伴共同努力，建立跨地区的愿景并开展多标量代理。

所有这些都是好思考的起点，以便找出一个解决方案，让情况转好，创造一个更可持续的未来。此外，研讨会还通过系统思维方法为我们提供了便利。这是一种涉及存货和流动的思维方法。在某种程度上，存货代表问题和挑战的积累，而流动是我们可以想到的想法和解决方案的输出。



© Barry Newell & Katrina Proust ANU 2017

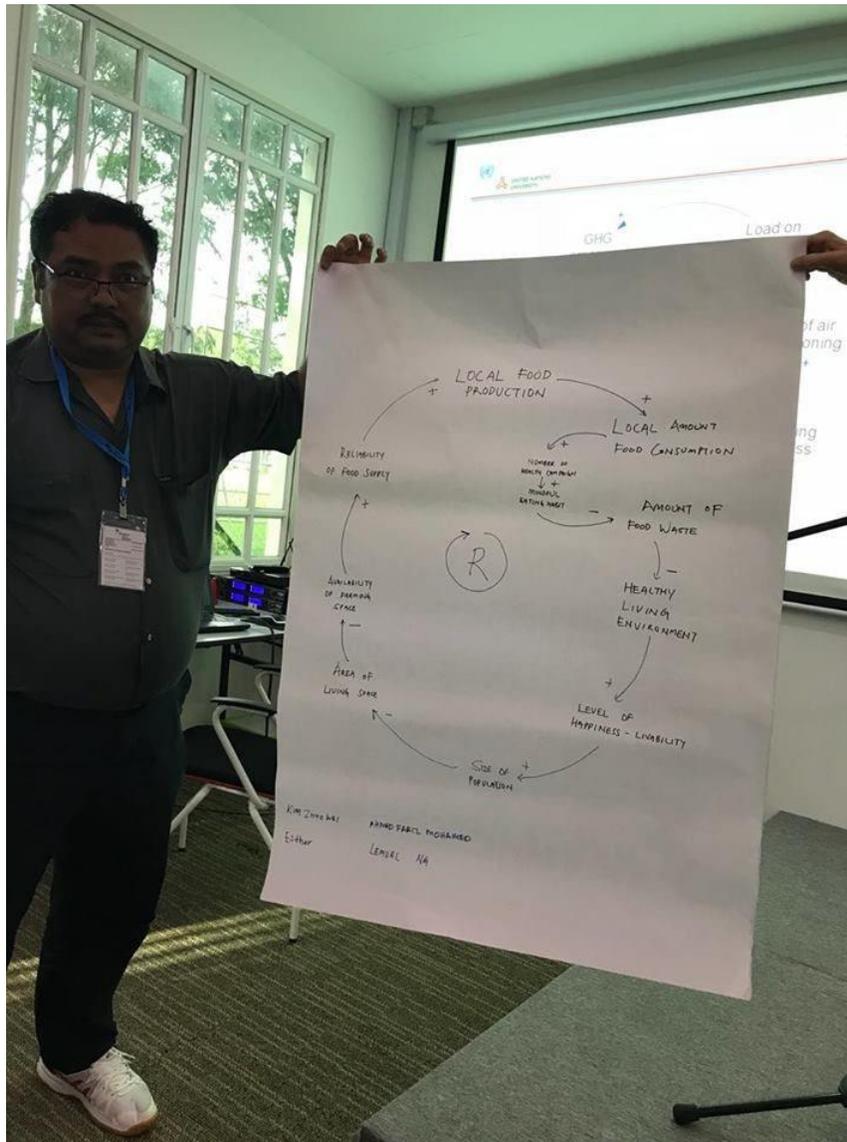
资料来源：Barry Newell 和 Katrina Proust ANU 2017，链接：<https://openresearch-repository.anu.edu.au/bitstream/1885/9386/6/Newell%20%20Proust%20Introduction%20to%20collaborative%202012.pdf>

在一个更加实在的例子中，研讨会的导师介绍了这种方法，以帮助我们通过影响图和偶然循环图来了解什么是系统行为，或者总体上可称为反馈图。

CONSTRUCTING AN INFLUENCE DIAGRAM

<p>Step 1 - Think about the problem situation, list some variables, do some rough sketches of links.</p>	
<p>Area of roof-top gardens</p>	<p>Step 2</p> <p>Identify a <i>focus variable</i> X whose level you believe plays a key role in the system-of-interest or problem situation.</p>
	<p>Step 3</p> <p>Add <i>driver</i> variables. Changes in the level (size, magnitude, value) of any of these variables can affect the level of X. Draw arrows to indicate your statement that the driver variables can influence (have an effect on) X.</p> <p>Keep the number of driver variables small, about 3 or 4.</p>
	<p>Step 4</p> <p>Add <i>affected</i> variables. These are variables whose levels can be affected by changes in the level of X. Draw arrows to indicate your statement that the affected variables can be influenced by X.</p> <p>Keep the number of affected variables small, about 3 or 4.</p>
	<p>Step 5</p> <p>Draw additional influence links to form possible feedback loops.</p> <p>Add a few variables, if needed, to help build the feedback loops and capture your view of the dominant cause-effect structure. But keep the total number of variables as small as possible (≤ 10).</p> <p>When feedback loops are constructed the distinction between <i>driver</i> variables and <i>affected</i> variables becomes meaningless. Changes in the level of any variable in a feedback loop are both cause and effect.</p>

一旦我们掌握了这种思维方法，它就能推动我们的批判性思维，并为更清晰，更有规划的思维过程开辟道路。这有助于各个层面的工作和不同行业的多样化。此外，当我们使用系统思维时，我们应该有意识的掌握使我们能够有效地使用该方法的几个原则。例如，在武术中，出拳不仅仅是抓住你的拳头和拳打，因为它只是一种蛮力。我们需要知道如何通过扎马步站稳，如何通过快速和最短的接触时间来实现有效拳打，如何通过动量的帮助创造强大的冲击力等等。所有这些都是制定良好的原则，如系统思维。



以下是我的小组反馈循环的样子，Lestari 的 Ahmad Fariz 博士为这小组呈现给大家。

总之，设计系统思维方法就好比让我们在做创造性工作时引导我们完成混乱的思维过程。它是一个很好用的工具，但不容易用。但是，值得尝试一下以便让它成为我们日常生活思维工具的一部分，改善我们的个人生活方式。



资料来源：李博士的摄影

金兆炜

建筑师

IPM 专业咨询服务

***本中文译本仅供参考之用。如中文译本之文义与英文原文有歧义，概以英文原文为准。*