



今晚 開餐喇



是日精選

A. 港式鮮菇豬排飯

B. 尼日爾蝗蟲宴

C. 印度家鄉小麥餅

D. 中東傳統蘸醬

日常生活中，
我們很容易便
找到世界各地
的美食，每一餐也可以
選擇吃甚麼。但是，
選擇是否必然呢？



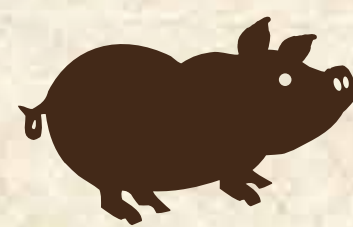
A 餐

港式鮮茄豬排飯

特色：日日新款

每天吃午飯我都
考慮一段時間，因為有太多
選擇了：要選擇想吃甚麼菜式、
去哪間餐廳，「是日精選」
又有數款，想吃這個，
又想吃那個……

阿恩（17歲）



大都市美食眾多，棄掉的食物也很多。
以香港為例，每天就約有3,300噸
廚餘，被送往堆填區。

B 餐

尼日爾蝗蟲宴

特色：又香又脆



今年的雨量很少，
很多農作物失收，僅餘的
也給蝗蟲吃掉。所以，我們
只有把捉到的蝗蟲煮來吃。
市場裡賣的穀物愈來愈昂貴，
爸爸都沒有錢買了！

沙利素 (11歲)

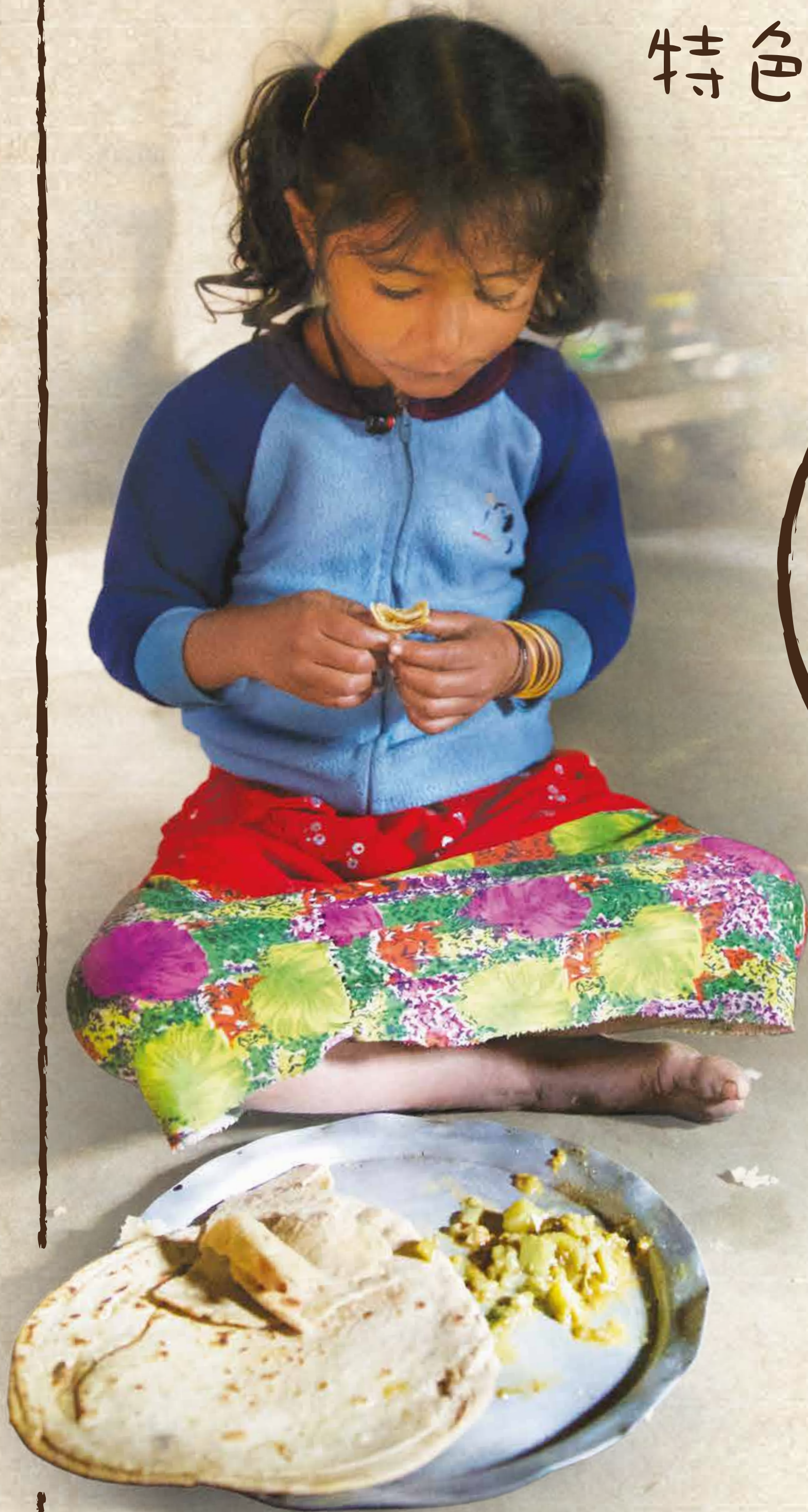


持續不斷的自然災害，令糧食不足的情況惡化；而孩子長期吃單一食物，容易患上營養不良。

C 餐

印度家鄉小麥餅

特色：配咖哩吃更佳



父母患上愛滋病後，
沉重的醫藥費耗盡家裡積蓄。
醫生建議他們要多吃營養食物，
但家裡就只有麥餅，有時配鹽或辣椒吃。
爸爸已經去世了，媽媽也虛弱得
不能工作。找人幫忙？人人都懼怕
愛滋病而疏遠我們……

嘉維達 (13歲)



因病患而無力耕種或工作以
賺取生計，令貧窮家庭面對
更嚴峻的糧食問題。

D 餐

中東傳統蘸醬

特色：充滿豆香，配麵包吃



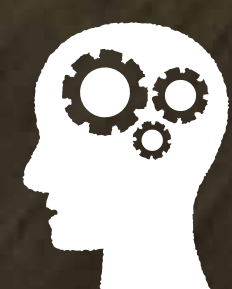
逃離敘利亞的戰火後，
我們成為難民，倚靠援助過活，
購買米、麵包和豆等食物充飢。
孩子也想吃肉、生果、牛奶和糖果，
只是援助金僅足夠一星期的開支，
我們的欠債愈來愈多，
生活真的很艱難……

穆罕默德 (50歲)



為了幫補家計，很多難民兒童成為
童工，父母甚至安排子女早婚，
以減低家庭開支。





如果他們有選擇，生活和生命可以如何改寫？

為了回應飢餓問題，宣明會積極在受影響的地區推行各類型糧食保障項目，包括：

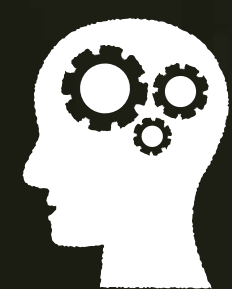
提供緊急糧食援助



教授婦女烹煮營養食物，以改善孩子營養狀況

提升農民的知識和技術，應對氣候變化

你能感受沙利素、嘉維達和穆罕默德在生活裡遇到的困難與無奈嗎？



看過他們的故事，當你享用下一餐時，在態度或行動上會否有所改變？