

世界宣明會



# 小紅的午飯

饑饉零食故事圖冊

初小及幼稚園適用

6



## 前言

### 饑饉零食——讓兒童懂得珍惜、樂於分享

為鼓勵兒童放眼世界，關注貧窮，幫助發展中國家人民改善生活，宣明會在二零零一年九月推出了《饑饉零食故事圖冊》(一)、(二)、(三)冊，並接獲很多幼稚園和幼兒中心的寶貴意見，我們特此致謝。

為了進一步讓兒童明白到飢餓、天災和愛滋病的問題，並配合貴校推展各類德育及情感教育課程，我們現製作了《饑饉零食故事圖冊》(四)、(五)、(六)冊，希望老師在課堂時參考有關故事分享和學習活動，讓孩童對飢餓、天災和愛滋病這三大世界關注問題有初步的認識，使他們自小開闊眼界，關心有需要的群體，並學習珍惜幸福，關愛他人。

配合本故事圖冊，貴校可籌辦「饑饉零食」活動，讓兒童有更深入的體驗和感受。參加的學校可自行定出舉辦「饑饉零食」活動的日期和時間，鼓勵同學在此期間嘗試放棄購買對身體無益的零食，並捐出買零食的錢，幫助發展中國家的人民改善生活，藉此亦能培養同學改善浪費食物和資源的習慣。

貴校如欲籌辦「饑饉零食」活動或希望以《饑饉零食故事圖冊》作課堂內容，歡迎致電2399 3427聯絡本會教育推廣組或電郵至edu@worldvision.org.hk，索取教師本參閱。

#### 饑饉零食故事圖冊 (六)

#### 小紅的午飯 — 關懷飢餓中的兒童

##### 教學目的：

- 使兒童感受飢餓及營養不良問題的嚴重性
- 鼓勵兒童珍惜食物，並養成願意與有需要的人分享的心



「噹噹噹，噹噹噹——」下課的鈴聲響起，又是吃午飯的時間了。

小紅和一大群同學有秩序地列隊，走進學校的廚房，一個一個開始破柴生火，預備煮午飯。

小紅住在雲南省一個貧瘠的山區，每天努力上學讀書，午飯的時候，也要親自下廚。









小紅小心地拿出一塊沾滿泥塵的乾豬肉，但那塊豬肉其實是豬的油脂還多於豬肉。跟着又隨手在地上撿起一塊木頭，充當砧板切下幾粒乾的豬肉，再把那塊豬肉小心奕奕地放回原處，待明天再吃，這就是她每天午飯唯一的「餸菜」哩！









把豬肉收妥後，她把那幾粒乾豬肉下鑊略炒，再加入一小碗粗米飯，沾滿泥沙的豬肉粒很快便融化了，只餘下那些泥沙和粗米飯，小紅的「泥沙豬油炒飯」午餐很快地便大功告成了。









她走出廚房，往課室外的地方走去，找她的好朋友蘭兒一同吃午飯。

蘭兒的午飯也是一碗粗米飯，但碗中不僅沒有豬肉，連青菜也沒有。可是，她卻很滿足地拿出一個沒有腐乳的腐乳樽，對小紅說：「這是媽媽特別留給我的，腐乳雖然已經吃完很久了，但只要將筷子放進去攪一攪，再與飯一同吃，那麼，便好像在吃『腐乳撈飯』。」







小紅、蘭兒和同學們開開心心地一起吃午飯，沒有因為需要自己煮飯而不開心，更沒有因沒有餸菜而不高興；心中反而覺得可以上學讀書，又可以和一大群同學一起吃自己煮的午飯，感到非常幸福和愉快！







## 我都做得到

飢餓每年令很多兒童營養不良，甚至奪去他們的生命。他們有的從沒試過一餐溫飽，還要整天餓着肚子上學或工作。相比於每天吃得飽飽或可以選擇吃甚麼的您，願意由今天起作出一點行動，回應飢餓中的兒童嗎？如果願意，今天起就嘗試：

我都做得到	老師簽署	家長簽署
(1) 吃飯時不浪費農夫和媽媽的心血，把碗中的飯全吃進肚子，不會掉在桌子或地面上。		
(2) 儲起用來購買零食的錢捐給有需要的人 (如參加「饑饉零食」活動)		

完成後，請老師、爸爸或媽媽在上述表格上簽名，  
證明「您都做得到」啦！

## 小紅的午飯

中國13億人口中，農民佔了8億，且大部分居住在偏遠及土地貧瘠的山區，兒童較容易營養不足。



# 世界宣明會

### 香港世界宣明會

地址：九龍大角咀晏架街四號麗華中心二樓

電話：2399 3427

傳真：2394 0566

電郵：[edu@worldvision.org.hk](mailto:edu@worldvision.org.hk)

網址：[www.worldvision.org.hk](http://www.worldvision.org.hk)

版權所有©2003香港世界宣明會

香港世界宣明會為一有股責任形式成立的國際基督教救護及發展機構，旨在服侍世界上貧窮的兒童及家庭。

03/2003