

學校自行籌辦

學界饑饉-「貧富一餐：食物拼圖遊戲」活動指引

A. 背景

氣候變化導致極端天氣頻生，加上俄烏戰爭亦對全球糧食供應鏈造成衝擊，全球同時面對糧價飆升的壓力，糧價上漲不但使貧窮人吃得更少，也令他們的生活百上加斤。當富有的人吃喝無憂，貧窮的人卻三餐不繼。

B. 目的

1. 透過互動遊戲及貧富餐，讓學生體驗貧富不均的現象及貧窮人缺乏營養食物的情況。
2. 鼓勵學生反思個人生活習慣，學會珍惜食物及關心貧窮孩子。

C. 建議對象

小一至小六學生 (100-150位)

D. 活動流程

項目	所需時間	內容
活動前準備	30分鐘	物資及場地準備
同學進場	10分鐘	學生進場，坐在地上，並派發活動貼紙
活動進行中 (60分鐘)	10分鐘	活動簡介
	20分鐘	拼圖遊戲
	30分鐘	1. 貧富餐 2. 分享感受及播放影片 3. 活動總結
同學離場	5分鐘	安排同學離場
活動完成後	15分鐘	清理場地及點算食物

E. 人手分配

1. 活動前需要負責老師及兩位同工作場地及食物準備。
2. 除負責老師外，按參加班別，每班需要至少 1 名老師在活動中協助維持秩序。

F. 物資準備

由宣明會提供 (請於活動前，派人到宣明會提取相關物資)		
「貧富一餐」貼紙 (於活動進行中貼著)		每位參加者1張
感謝卡 (活動後派發)		每位同學1張
食物卡 (如選擇自行列印，請先將灰色拼圖抽起)		數量請見I部
饑饉反思工作紙 (以電郵寄出，請學校自行影印)		每位同學1張
活動當日學校所需物資		
投映及音響設備 (手提電腦、投影機、上網設備、無線咪3支)		1套
大枱		8-10張
座椅		20-30張
富區佈置(裝飾擺設)		學校可自行選擇
貧區佈置(舊報紙、垃圾箱等雜物)		學校可自行選擇
食物 (*請盡早與飯商溝通午膳改動)		
貧餐食物	全麥麵包	每位貧窮人1-2塊
富餐食物	漢堡包或薄餅	每位富有人1個/塊
	小食(例如雞翼，香腸等等)	每位富有人1份
	甜品(例如蒟蒻或布甸)	每位富有人1份
	汽水或果汁	每位富有人1盒

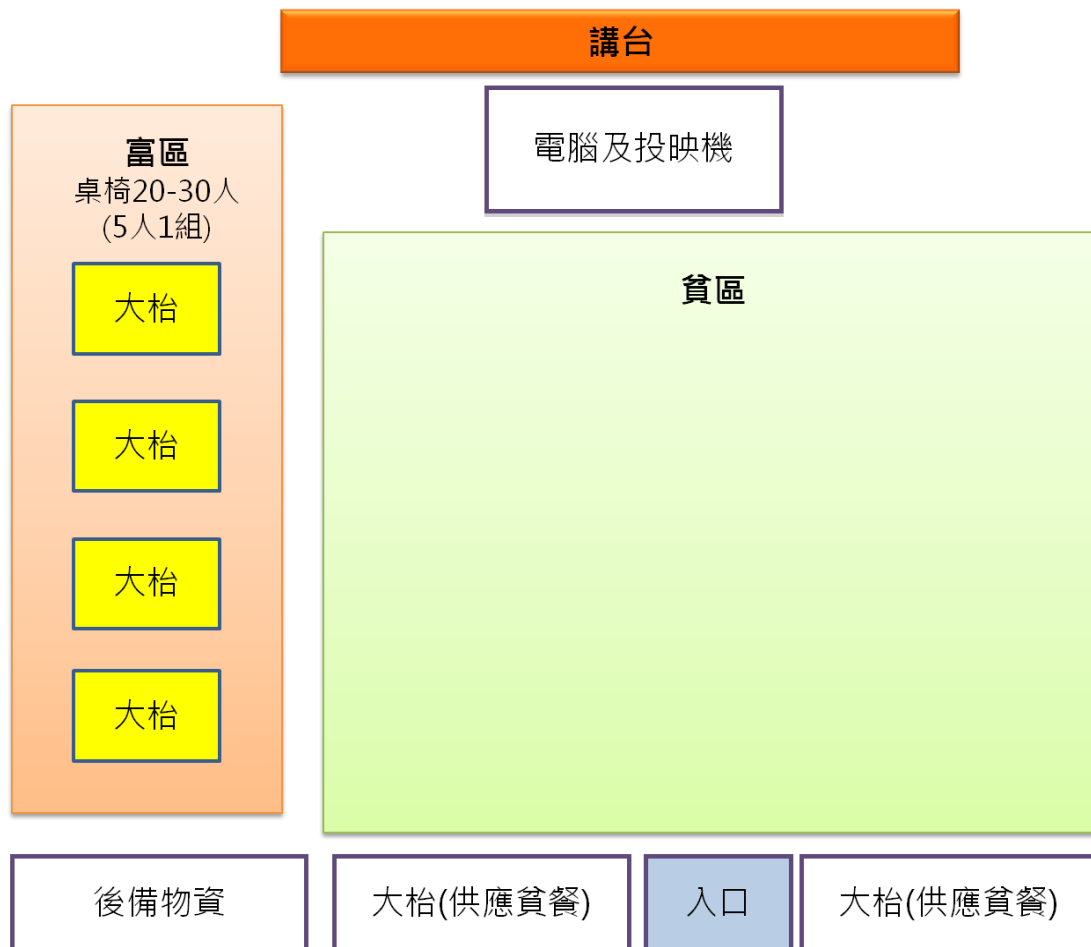
*請同學自備食水，支持環保，避免購買樽裝水

G. 場地佈置

1. 場地主要分為貧區、富區及食物放置區。貧區亦為集隊及分組遊戲的活動區域。

貧區	富區
沒有桌椅，參加者席地而坐	放置桌椅
附近放置舊報紙、垃圾箱等雜物	桌子上可放置少量擺設作裝飾
	預先放置富餐食物

2. 場地佈置圖參考(禮堂)



H. 進場安排

1. 安排同事準備食物卡在出入口等候，同學進場時每人先抽一張食物卡
2. 同學可以按班別先坐在貧區等候

I. 分組遊戲

1. 遊戲目的：把參加者分成貧富兩批(貧富比例是：貧80%：富20%)
2. 分組參考

學生人數	富有人	橙色食物卡(富有人用) (每套5張)	貧窮人	其他食物卡 (貧窮人用)
100-124人	20人	4套	80-104人	80-104張
125-149人	25人	5套	100-124人	100-124張
150人	30人	6套	120人	120張

步驟：

- i. 每位參加者進場時都會獲派一張食物卡，上面印有食物的一部份(富有人食物卡為橙色，其他顏色屬於貧窮人)
- ii. 參加者要拼出完整的食物圖，每幅圖以5張卡組成，能成功拼出食物圖的參加者可以成為富有人，可以享用富餐；未能成功拼圖者，則成為貧窮人，獲派貧餐
- iii. 如參加者成功拼出食物圖，會被安排到富區就坐
- iv. 遊戲完結後，請未能拼出食物圖的貧窮人坐在貧區地上
- v. 如10分鐘過後仍有參加者未成功分組，負責人需停止遊戲，公佈**橙色卡**為富有人並安排到富區就坐

備註：

- i. 務必派發所有已預備的富有人橙色卡，避免持有橙色卡的學生未能完成拼圖
- ii. 過程中盡量不要讓參加者知道**只有橙色卡才能成功拼圖**，強調眾人都要努力完成
- iii. 如老師發現同學在尋找過程中有困難，可適當提供協助

J. 貧富餐單

貧餐	富餐 (供參考)
全麥麵包	漢堡包或薄餅
	小食(例如雞翼，香腸等等)
	甜品(例如蒟蒻或布甸)
清水 (同學自備)	汽水或果汁

1. 富餐食物可以預先放在大枱上
2. 貧餐食物可以在同學坐下後，由老師派發
3. 在進食期間可以公佈雙方的餐單，並訪問貧窮人及富有人感受

建議：

- 為加強活動氣氛，可挑選部份扮演貧窮人的參加者為富有人提供服務，如派發食物、清理垃圾
- 用餐其間可播放影片

K. 影片播放

建議影片：「米莉安的一餐」(1:52)

<https://www.youtube.com/watch?v=aNVahRXdBhM>

L. 活動總結

1. 訪問貧窮人和富有人在遊戲時的感受
2. 訪問貧窮人和富有人在貧富餐有何感受
3. 總結活動，鼓勵同學珍惜食物及關心貧窮孩子

M. 參考資料

1. 教學資源

如想了解飢餓議題，請於宣明會「教學資源」網頁內搜尋主題「飢餓與糧食保障」。

<http://www.worldvision.org.hk/learn/hongkong/educational-services-resources>

2. 全球飢餓問題

如想了解更多，請瀏覽宣明會「專題探討」網頁。

<http://www.worldvision.org.hk/learn/hunger>

N. 籌備時間表

時間	內容
6-8星期前	<ul style="list-style-type: none"> ✓ 遞交活動報名表格 ✓ 預約場地 ✓ 確定活動對象
3-4星期前	<ul style="list-style-type: none"> ✓ 派發家長信，並標明活動是否包含籌款元素 ✓ 訂購食物 ✓ 借用宣明會物資及捐款箱(如適用)
1-2星期前	<ul style="list-style-type: none"> ✓ 安排同事到本會到取活動物資 ✓ 提醒同學於活動當天穿著運動服及帶備所需物品 ✓ 確定場地、設備、食物及物資安排
活動後一個月內	<ul style="list-style-type: none"> ✓ 在校內張貼分享活動照片及學生感受 ✓ 進行活動檢討，填寫活動意見表 ✓ 與宣明會分享活動/學習成果/相片/影片 ✓ 與宣明會跟進捐款事宜(如適用) ✓ 歸還借用物資(如適用)

O. 講稿

活動簡介

歡迎各位同學今天來參加貧富一餐。在這個午餐當中，我們每人都有機會化身成為貧窮人或富人。

為甚麼要做貧窮人和富人呢？

我們希望透過貧窮人及富有人的情況，讓你們能更深體會世界上的資源分配不均：有些人可以享有豐富的食物，有些人卻每天挨餓吃不飽。

我們相信：當你嘗過挨餓的滋味，你便會更明白貧窮人的艱難，從而會更願意幫助貧窮人。

那誰來扮演貧窮人/富人呢？以下這個遊戲是幫我們分組的。

分組遊戲

各位同學，你們在進場的時候已經每人獲發一張食物卡，遊戲目的是要運用你們手上的食物卡和其他人合併成一幅完整的食物圖，而每一幅完整的食物圖由5張食物卡砌成。你們需要在全部同學裡面去尋找可合併的食物卡，完成的同學可以到台前，我們會安排你到富區就坐。

你們會有10分鐘的時間去合併食物卡，有沒有任何問題？（沒有）開始！

[遊戲途中]

同學要快快合併食物卡呀，你們手上的食物卡就是你們生存的希望！

人人也有機會成為富人，只要你努力合併，就有豐富的食物在等大家！

[遊戲結束，所有富人成功合併食物卡]

富人已經滿額了，場上剩餘的同學，遺憾地，你們是貧窮人了，請你們現在盡快坐在地上。

[10分鐘已過，部份富人未能合併食物卡]

遊戲時間已經結束，手持橙卡的同學其實你們就是富人了，請到富區就坐。場上剩餘的同學，遺憾地，你們是貧窮人了，請你們現在盡快坐在地上。

貧富餐

[派發食物]

現在，貧窮人和富人已經分別坐在自己的專屬區域。富人可以開始在枱上進食你們豐富的午餐。各位貧窮人，我們亦即將派發你們的食物，有請各位老師...

有沒有同學未有午餐的？

[進食途中]

讓我們看看貧窮人和富人的餐單(老師可按同學的食物公佈)

貧窮人/富人，你的食物味道如何？(可以訪問兩至三位同學)

相關學習

[播放影片]

米莉安的一餐

<https://youtu.be/aNVahRXdBhM>

全球每天有超過八億人吃不飽 (8.28億)，即是每10個人當中就有一个人缺乏足夠糧食。

非洲地區的糧食短缺問題最嚴重，但原來全球最多飢餓人口的地方是亞洲。

活動總結

在剛才的遊戲，大家有什麼感受? (可以訪問兩至三位同學)

遊戲目的就是要大家拼出食物圖，就有機會扮演富有人。在過程中大家也很努力拼圖，但你有沒有發現，其實只有手持橙圖的同學才能成功拼圖呢？雖然大家同樣付出努力，但在這一百人裡面，只有這二十人才能成功！現實也一樣，貧窮人和富有人每天都為自己的生活而努力，但因為先天的資源分配不平均，導致貧窮人就算很努力，也擺脫不了貧窮的生活。

大家在進食貧富餐的時候有什麼感受? (可以訪問兩至三位同學)

每個人都需要糧食，才能生存，但世上仍有超過8億人每天正在捱餓！因為種種原因，即使貧窮人如何努力也不能負擔到糧食的高昂價格，只好捱餓。各位富有人，當看見貧窮人進食的時候，你有沒有想過你眼前的就好像正在捱餓的8億人！當我們在享受豐富的午餐同時，其實你有沒有什麼可以為貧窮人去做？你情願在場所有人也可以吃飽，還是你自己獨自享受豐富的食物，冷眼旁觀世上的人在挨餓？貧窮人，你們可能有不開心，不公平的感覺，但今天你們只成為貧窮人食一次午餐。世界上仍有8億的人卻是每一日如此生活，他們吃的比我們更差，更甚的是能連吃的也沒有...他們的心情相信比我們更沉重，更絕望。當你現在稍為明白貧窮人的心情的時候，你又會怎樣關心他們？

經歷今天的活動後，你有什麼反思? (可以訪問兩至三位同學)

今天大家參加了貧富一餐，不論你在當中是扮演貧窮人或富有人，也好像只是參加了一個活動而已。其實，生活在香港的你和我，我們大部份是屬於「富有」的一群。透過剛剛沙利素的故事，你也會明白真正的「貧餐」到底是怎樣。你我在日常生活中其實擁有很多，你可以選擇做自己喜歡的事情，也可以去選擇幫助有需要的人。你們記得在活動一開始的時候的介紹嗎？我們相信：當你嘗過挨餓的滋味，你便會更明白貧窮人的艱難，從而會更願意幫助貧窮人。今天飢餓的感覺將我們和世上貧困的人連在一起，你現在的感受便好比世界上貧困人的感受。你願意世界上的人每天也存有這種感覺嗎？

行動

我們了解到自己的富有及世上的貧窮。希望你進食每一餐的時候都可以反覆思想：我們在享受「富餐」的時候同時也有人在吃「貧餐」。由今天開始，珍惜你擁有的一切，不要隨便浪費或丟棄它們。學習多些與身邊的人分享，分享貧窮人的信息，分享愛，分享你所擁有的。當我們分享的對象不止是身邊的人，而是世上有需要的人的時候，相信我們的世界會變得更美好。

附件1

備忘及物資清單 (請在已完成項目上加上☑)

<u>最少4星期前</u>
<input type="checkbox"/> 派發家長信
<input type="checkbox"/> 預約場地
<input type="checkbox"/> 訂購食物
<input type="checkbox"/> 預備及購買所需物資
<input type="checkbox"/> 申請借用宣明會物資及捐款箱(如適用)
<input type="checkbox"/> 細閱宣明會籌款活動指引(如適用) (可於 http://www.worldvision.org.hk/images/Learn/download/fundraising_activity_guidelines_chi.pdf 下載)
<u>2星期前</u>
<input type="checkbox"/> 安排同事到本會索取活動物資
<input type="checkbox"/> 提醒同學穿著運動衫及帶備所需物品
<input type="checkbox"/> 確定及檢查場地、設備、食物及物資
<u>活動後1個月內</u>
<input type="checkbox"/> 在校內張貼分享活動照片及學生感受
<input type="checkbox"/> 進行活動檢討·填寫活動意見表
<input type="checkbox"/> 與宣明會分享活動/學習成果/相片/影片
<input type="checkbox"/> 與宣明會跟進捐款事宜(如適用)
<input type="checkbox"/> 歸還借用物資(如適用)