

香港世界宣明會 「清水日」活動指引

1. 背景資料

香港擁有完善的水質管理，清水唾手可得，我們未必對清水供應的問題感到急在眉睫。但世界上有不少地方，依然面對著不同程度的水資源問題。現時，全球仍有超過 7 億人未能獲得安全食水，特別在「先天缺水」的非洲地區，水資源情況更是「水深火熱」。

基於水資源分配不平均、水質污染、氣候變化等因素，很多居於貧困地區的人都無法獲得清潔水源。長期飲用不安全食水，加上缺乏衛生知識及相關設施，令孩子患上不同疾病：腹瀉、霍亂、傷寒、痢疾、皮膚病等疾病，甚至因而死亡。

2. 活動目的

- 了解缺乏清潔食水，如何影響貧困兒童的健康及日常生活
- 鼓勵學生全天或一星期只喝清水，不喝其他飲品，體驗簡樸的生活。
- 珍惜可享用清潔食水的生活，以及在生活中節約用水。

3. 活動準備及資源

- 活動前可向宣明會申請「水·不足·惜」專題講座，讓學生了解世界水資源問題。
- 活動簡報，以用作進行活動：

https://www.worldvision.org.hk/images/data/EduResource/PRI_EA_WaterPPT_FY25.pdf

- 教育短片: <https://www.youtube.com/watch?v=Z6zB9tOJcEw> (已包含在活動簡報內)
- 「水危機」專題探討: <http://www.worldvision.org.hk/learn/water>
- 「清水難求」展板:

https://www.worldvision.org.hk/images/data/09_Macau_Office/PE/FY22/EB/WaterEB_pdf.pdf

(可向宣明會借用，讓同學認識缺乏清潔食水如何影響貧窮人的生活，及了解宣明會如何幫助他們)

4. 活動簡報內容

簡報	講稿
 <p>清水日 活動簡報</p>	<p>各位同學，今天我們會進行清水日的活動。讓我們一同認識世界上水資源的問題、了解和親身體驗，貧窮人在缺乏清潔食水下的生活。</p>

	<p>現時，全世界有超過 7 億人缺乏清潔食水。</p>
	<p>試想想，缺乏清潔食水，對貧窮人的生活有何影響？</p>
	<ol style="list-style-type: none"> 1. 缺乏食水，農田灌溉不足，影響糧食供應及生計 2. 牲口沒有足夠飲用水及食物，影響生計 3. 人們需要花更長時間尋找新水源，需要走很遠的路程，影響日常生活 4. 飲用污水，帶來健康問題
	<p>例子故事： 生活在非洲<u>贊比亞</u>，<u>12 歲的柏翠茜</u> 居住的地方缺乏清潔食水。 她每天都要到這個已被污染的水源，打水回家使用。</p>
	<p>每天柏翠茜需要早上 5:00 起床，帶著空桶子上學。下課後再去打水，然後走 <u>6 公里</u>路才能回家。</p> <p>她在一個被污染的水源打水；牲畜也來這裡來喝水，令水質變得更差。柏翠茜知道飲用這裡的污水，會令身體出現問題，更會常常肚瀉，但她和家人沒有別的選擇。</p>



各位同學，你們有喝過污水嗎？現在讓我們體驗一下。

在你喝這杯「污水」時，一同思考以下的問題：

1. 貧窮孩子飲用污水時，他們有什麼感受？
2. 飲用污水，會如何影響健康？

做法：將少量阿華田粉 / 巧克力粉加進清水內混和，模擬真實的「污水」，邀請同學試飲。

*不要事先讓同學知道「污水」的做法，以免影響體驗過程



長期飲用不潔的食水，身體會出現不同的問題。

- 腹瀉、霍亂、腸道寄生蟲
- 傷寒、痢疾、皮膚病



缺乏水資源，更會為社區帶來惡性循環。

當缺乏清潔食水，會影響社區的衛生，令人容易生病，身體變得虛弱，不能上學或工作，從而影響生計而引致貧窮；在缺乏資源的情況下，沒法改善食水及衛生問題，進入惡性循環。

故此，清潔食水和衛生，是解決貧窮問題的關鍵。



一同觀看以下的影片，了解飲用污水，如何影響貧窮小朋友的健康。

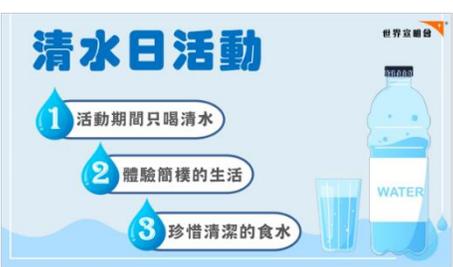
短片: <https://www.youtube.com/watch?v=Z6zB9tOJcEw>

註：短片 0:13 處「全球逾 6 億人缺乏清潔食水」，數字已更新為超過 7 億人 (截至 2020 年)



討論問題：

1. 貧窮人長期飲用/使用污水，如何影響他們的生活？
答：貧窮小朋友每天長途跋涉打水，花上很多時間，因此不能上學；而且打水的路途崎嶇，更有可能會遇上動物襲擊，安全受威脅；而且打水的容器都很重，令小朋友容易受傷，損害身體健康

	<p>2. 貧窮小朋友需要什麼?(自由作答)</p> <p>3. 我們能怎樣幫助他們?</p> <p>答: 節約用水、向其他人說明貧窮人缺乏清潔食水的情況、捐出金錢幫助他們。</p>
	<p>即使身處香港，你也可以為他們帶來改變!</p>
	<p>舉行清水日，希望同學在活動期間，只喝清水，不喝其他飲品，體驗簡樸的生活。</p> <p>同時，希望同學能夠明白清潔食水的重要，以及珍惜擁有清潔食水的生活。</p>
	<p>反思問題：(進行清水日活動後)</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 只喝清水的日子，你有什麼感受?(自由作答) 2. 如果貧窮小朋友可享有清潔食水，他們的生活會有什麼改變? <ul style="list-style-type: none"> - 可以有健康的身體 - 可以解決貧窮和飢餓的問題 - 可以上學讀書 / 專心讀書 →因飲用污水而健康變差，影響小朋友的學習 →每天花長時間取水，趕不及上學而影響學業；取水的辛勞，令小朋友太疲倦而影響溫習 3. 日常生活中，我們如何珍惜食水?(自由作答)
	<p>生活上，有很多節約食水的方法：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 以淋浴代替浸浴 2. 刷牙時關掉水龍頭 3. 循環再用：用洗菜水灌溉植物 <p>集合衣物到一定份量，再一次過洗滌</p>

	<p>除了日常生活節約用水外，你可以有更多的行動：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 養成良好的用水習慣 2. 認識更多節約用水的方法，瀏覽水務署網頁： https://www.waterconservation.hk/tc/home/index.html 3. 向家人、朋友分享有關世界水資源的資訊
	<p>參考資料 (供老師使用)</p> <p>世界宣明會專題網頁：「水危機」 http://www.worldvision.org.hk/learn/water</p> <p>世界宣明會 Global 6K for Water 活動 https://www.worldvision.org.hk/global6k</p> <p>水務署「節約用水」網頁 https://www.waterconservation.gov.hk/tc/home/index.html</p> <p>聯合國水資源組織 http://www.unwater.org/</p> <p>世界衛生組織 http://www.who.int/topics/water/en/</p>

歡迎與我們分享有關的活動相片
 電郵：edu@worldvision.org.hk
 地址：九龍大角咀晏架街四號麗華中心二樓 公共教育部收
 謝謝您！