

低碳綠色生活建議



- 利用陽光曬乾衣服。
- 選用「第一級」能源標籤的洗衣機。

■ 購買衣服前先考慮清楚是否真的有需要。

■ 不潔衣物累積至一定數量後，才啟動洗衣機。

■ 把不適合或不穿着的衣服捐贈予環保團體回收再造。

■ 穿輕便衣服，以減少使用空調。



- 選擇本地出產的食物，以減少運輸過程中消耗的能源，並減少排放二氧化碳。

■ 生產蔬菜所需的能源較肉類少，宜多吃蔬菜及減少進食肉類。

■ 簡化烹調工序，既減少能源消耗，又有助碳減排。

■ 買簡約包裝的產品，減少加工過程所產生的碳排放量及廢棄物。

■ 點菜和下廚時注意食物的分量，避免造成浪費。

- 購買當季食品，不時不食。



■ 以檻電燈泡代替鎢絲燈泡，可節省 75% 的能源消耗。

■ 拔掉插頭或關掉不使用的電器或電燈，避免令電器停留在待機模式。

■ 減少開燈，多利用天然光。

落實環保，比想像中還簡單。在日常生活實踐的低碳生活及減少排放溫室氣體，已經是對地球的「綠色」貢獻。本期鼓勵大家從衣、食、住、行開始減碳，一起輕鬆實踐綠色生活。

低 碳綠色 (low-carbon life)，就是指生活作息時所耗用的能量要盡力減少，從而減低含碳物質的燃燒，特別是減少二氧化碳的排放量，從而減少對大氣的污染，減緩生態惡化，減緩溫室效應。主要是從節電節氣和回收三個環節來改變生活細節。

一切源於節約

低碳生活，對於普通人來說是一種態度，而不是能力，我們應該積極提倡並去實踐低碳生活，並做到從自己做起，注意節約電、節約水、節約油、節約氣、節約錢這些點滴做起。除了植樹，還有人買運輸里程很短的商品，有人堅持爬樓梯，形形色色，有的很有趣，有的不免有些麻煩。但關心全球氣候變暖的人們卻把減少二氧化碳實實在在地帶入了生活，低碳經濟特徵是以減少溫室氣體排放為目標，構築低能耗、低污染為基礎的經濟發展體系，包括低碳能源系統、低碳技術和低碳產業體系。

當人類意識到生產和消費過程中出現的過量碳排放是形成氣候問題的重要因素之一，因而

要減少碳排放就要相應優化和約束某些消費和生產活動，低碳生活就是最適合實踐環保的目的。

認識碳足跡 綠能驅動更環保

另外，根據環保署的定義，碳足跡 (Carbon Footprint) 指的是一項活動或產品的整個生命周期中，直接與間接產生的溫室氣體排放量。也就是從一個產品的（或一項活動所牽涉的）原物料開採與製造、組裝、運輸，一直到使用及廢棄處理或回收時所產生的溫室氣體排放量，都要列入碳足跡的計算。

換言之，碳足跡不止是直接從煙囪排放出來的污染，而是從消費端出發，去概算整體牽涉的碳排量。例如電動車在上路運作時雖然完全不會產生碳排放，但是開電動車的碳足跡不會是零。因為電動車從製造、組裝、運送的過程，到其使用的電力發電過程中，都會排放溫室氣體，因此電動車並非零碳足跡。然而，電動車的碳足跡（以及造成的城市空污）仍遠少於燃油車，尤其若其使用綠能驅動，碳足跡更少。

低碳生活 綠色貢獻



- 以步行或踏單車作短途旅程。

- 盡量乘坐公共交通工具。

- 為汽車定期進行適當的保養，可減少燃油消耗及廢氣排放，大大改善環境，亦可延長汽車的壽命。

- 定期檢驗輪胎以確保輪胎氣壓達到製造商建議的水平。維持適當的輪胎氣壓以減低滾動阻力。

- 避免忽然加速以減少耗油量。

- 實行停車熄匙。

■ 少開冷氣，以清風通風。

■ 減少使用空調，如在夏天必須使用，應把冷氣機調校至 24-26°C。

■ 以花灑淋浴代替浸浴及安裝省水的花灑設備，可節省用水。

■ 將淋浴時間縮短為少於五分鐘。

■ 防止水喉滲漏造成浪費。

■ 盡量以冷水清洗，節省加熱用的

能源。

■ 為電腦設定備用 / 休眠狀態。

■ 選購 1 級能源標籤的電器。

■ 大型傢俬如需更換，可捐贈予環保團體回收再造。

■ 中午及下午時，可把窗簾拉上，避免猛烈陽光射進室內，可減低室內溫度。

■ 避免在陽光直接照射的地方

安裝冷氣機。