

拯救地球有辦法

慳錢.....救地球！

解決香港環境污染問題實在刻不容緩。每日，我們拋棄的垃圾多達二萬四千噸，足足要四百八十輛雙層巴士才可以將這些廢物運走。更令人憂慮的是，這些廢物中大約有一千五百萬個棄置膠袋，對環境造成很大的禍害。每日排放的污物已極度污染了河流和溪澗，幾乎滅絕了海港內的海洋生物。此外，腐壞了的廢物分解出有毒氣體，影響市民的健康。我們絕對不能讓環境不斷惡化，每人必須各盡本份去保護環境。以下的「環保小貼士」指導我們如何在日常起居生活方面減少浪費，從而保護環境，節省金錢。請你把有關資料給你的家人朋友參閱。只要大家齊心協力，我們將可以在一個更愉快、清潔和健康的環境裏生活。

節省電費的竅妙

節省水費

節省交通開支的妙法

減省無謂開支很容易

精明購物省開支

廢物分類

一、節省電費的竅妙

1. 正確使用電器，離開房間時關掉電燈、冷氣機、電暖爐等電氣用品。
2. 選用貼有1級或2級能源標籤的電器，長遠而言可更省錢。
3. 使用時間掣，以免浪費電力。

電燈

4. 減少電燈／照明器的數目及關掉沒有用的燈。
5. 採用天然光。
6. 採用光管或慳電燈泡，既可令室內保持光猛，亦可節省百分之七十五電力。光管與慳電燈泡，比一般燈泡耐用約十倍。
7. 經常清潔燈泡及燈罩，以達到最佳照明效果。
8. 在無需光亮照明的地方，可用較慳電的低火數燈泡。
9. 如沒需要，應把照明關掉，並在開關掣附近貼上「節約能源」的貼紙，以作提示。
10. 光管以電子鎮流器取代傳統電磁鎮流器。
11. 儘可能使用光暗掣調校燈光（光管除外）。
12. 應使用透光率高的淺色燈罩。
13. 家中主要起居生活的地方宜選用淺淡及高反光率的裝修色調。

電腦

14. 按情況把電腦設定成休眠模式或備用模式。
15. 若不使用與電腦連接的打印機，便應將其總掣關掉。
16. 即使只是離開辦公室片刻以出席會議，亦應將顯示器關掉。使用「熒幕保護模式」所節省的能源並不多（少於10%）。

冷氣機

17. 不要將冷氣機安裝在陽光直射的位置，免令產生冷氣的效能大打折扣。
18. 使用冷氣機時關閉門窗，並將門和窗邊的罅隙封好。
19. 拉上窗簾避免陽光直射，令室內溫度減低。
20. 避免阻擋冷氣機風口。
21. 把空調溫度調至最舒適的攝氏25.5度。每降低攝氏一度室溫，耗電量便增加十分之一。
22. 睡前將冷氣機調「低冷」，並用時間掣將冷氣機預校在你睡醒前約一小時自動關掉。
23. 在夏季至少每月清潔冷氣機一次，確保冷氣機有效地運作。
24. 在受到猛烈陽光照射的玻璃窗加上抗紫外線薄膜。
25. 儘量使用風扇代替冷氣機。

雪櫃

26. 雪櫃的容量應配合你家庭的需要。三至四人家庭，最宜採用一百四十至一百七十公升的雪櫃。
27. 確保雪櫃門可以密封關閉。每次放入或取出食物後，緊記關上雪櫃門。
28. 將雪櫃食物格的冷度調至攝氏三度，冰箱冷度則應調至攝氏零度。每多降低攝氏一度，會增加耗電量百分之五。
29. 勿讓雪櫃被陽光直射，或貼近焗爐及其他發熱物體，以避免多耗電力。
30. 經常清洗雪櫃背面的冷凝管。
31. 待食物涼透後才放入雪櫃。
32. 不要在雪櫃內擺放過多食物，以便冷空氣可以流轉。
33. 將冷藏食物解凍，應於煮食前一天將食物從冰格放入其他冷藏格內。
34. 出門遠行前清理雪櫃內一切食物，然後關掉電源。

電暖爐

35. 在冬季，減少使用電暖爐。讓陽光照入室內，有助提高室內溫度。
36. 關閉門窗，並將門和窗的罅隙封好，拉上較厚的窗簾布，可以減少暖空氣流失。
37. 為確保安全及慳電，緊記在離開房間前三十分鐘關掉電暖爐。

洗衣機、乾衣機

38. 儲夠一機衣物才開動洗衣機，慳水慳電。
39. 用凍或溫水清洗衣服。
40. 盡可能讓衣物自然風乾或曬乾。
41. 減少乾洗衣服。

節省燃油費

42. 妥善保養煮食爐具。每半年致電煤氣公司檢查爐具，確保煮食爐效用保持最佳狀態。
43. 採用電子瓦斯、微波爐等煮食用具，可慳燃料費多達百分之七十！
44. 用壓力鍋煮食可節省多達三分之二的烹調時間、減少耗用燃料以及保存更多食物中的營養。
45. 應視乎您的家庭人數選用大小適中的飯煲，過大的飯煲只會徒然浪費燃料。
46. 切勿在用膳前過早煮食，因為再次加熱及保持食物溫暖只會浪費能源。

爐頭

47. 將爐火調校至煲底範圍以內。爐火過高，會浪費燃料。
48. 煮食時將煲或鍋蓋好，不單止煮得較快，燃油費亦可減少四倍。
49. 用慢火將食物再煮熟，比使用焗爐更經濟。
50. 不要放過量水在水煲或鍋內。

焗爐、烤爐

51. 善用焗爐內的空位，例如在燒烤或烤焗食物時，可用餘下位置焗布甸、生果批或香腸等。
52. 一次過烤數塊多士，比逐片烤烘更節省能源。
53. 切勿使用過長時間預熱焗爐，通常十分鐘已足夠。

熱水爐

54. 花灑淋浴比使用浴缸洗澡慳水和燃油兩倍半！
55. 不用熱水時，緊記關掉熱水爐。
56. 請供應商經常檢查您的熱水爐，確保性能良好及安全。
57. 低流量式花灑頭亦可節省用水及熱能。
58. 可選擇購買有能源效益標籤的儲水式電熱水爐或住宅式即熱氣體熱水爐。

二、節省水費

59. 盡早修理漏水的水喉。一分鐘漏水十滴，一年便浪費食水三千公升！

食水

60. 使用後，緊記關掉所有水喉。
61. 刷牙、洗面或剃鬚時用盛器載水，每次可節省食水五公升！
62. 不要長開水喉洗衣或洗菜。
63. 清洗器皿或洗衣時，勿用過多洗濯劑，以免要多用清水沖洗。
64. 淋花次數無需過於頻密。
65. 在有需要時始更換魚缸水。使用較佳的瀘水器，可減少換水次數。
66. 重用水，洗地不必使用清水。
67. 使用洗衣機或洗碗機要節約用水，集齊衣物或碗碟一次過洗濯。
68. 教導子女切勿拿食水作嬉戲用途。
69. 安裝流量低的水龍頭。

70. 在水龍頭安裝流量限制器及自動關閉裝置。
71. 用花灑淋浴比用浴缸洗澡節省水量達八成之多。

洗手間

72. 減少沖廁，節省用水。每次沖廁均用上十一公升水，成員眾多的家庭，每日沖廁浪費用水量可多達一百公升！
73. 調節廁所水箱的貯水量，以免用水過多。
74. 如無海水沖廁，應利用廢水沖廁，避免浪費食水。
75. 安裝有兩種流量選擇的抽水坐廁。

三、節省交通開支的妙法

76. 無論在本地或海外旅遊，均應預先計劃行程路線，減省不必要的行程。
77. 避免在繁忙時段使用交通工具。
78. 乘搭公共交通工具，短程步行或騎單車，更有益健康。
79. 盡可能與同事或朋友一起乘搭的士或私家車，既可分擔車費，又可節省燃油。
80. 定期檢查維修車輛。性能欠佳的汽車耗油多，又排出大量廢氣。
81. 調校好汽車的引擎，以免多耗燃料，又污染環境。
82. 駕車時避免突然加速，以免無故增加耗油量。
83. 盡量使用公共交通工具，只在沒有公共交通工具的路段才駕車。
84. 選購汽車前，應先考慮能否以公共交通工具或步行到達你經常往返之地而不用駕車。
85. 選購汽車時，購買合適載客量及引擎容積、有能源標籤或耗油量低和另類燃料的車輛，可減低燃料開支和空氣污染物的排放量。
86. 駕車時選用內置通風系統或打開窗戶，以減低冷氣使用量。
87. 開動引擎後應盡快行車，長時間等候時要停車熄匙。
88. 切勿把你的汽車變為儲物室，或裝置不必要配件，以免額外的重量浪費燃油及排放不必要的廢氣。
89. 高速行車時關窗，以減低阻力。
90. 保持正確輪胎氣壓，以減低滾動阻力；定期檢驗輪胎，並確保輪胎氣壓達到製造商建議的水平。

四、減省無謂開支很容易

91. 節約用紙。
92. 減少用過份漂染的紙巾，不單可以保護環境，又可減少接觸漂染所用的有毒化學劑。
93. 改用手帕代替紙巾。
94. 減少使用禮物包裝紙。
95. 減少使用膠袋，改用耐用的購物袋或購物籃，因為膠袋難以分解，長期破壞環境。
96. 將自己不用的玩具、衣物，送給慈善團體或有需要的人，以免浪費。

97. 鼓勵小孩把舊書簿送往循環再造。
98. 將多餘的衣架送回洗衣店。
99. 在快餐店內減少使用那些用完即棄的餐具如塑膠刀叉、軟木筷子、紙碟等等。
100. 減少文件的覆印本數量。
101. 利用舊紙張空白的背面，自製筆記簿或草稿紙。
102. 重覆使用舊信封。
103. 減少使用原子筆，改用鉛筆起稿。
104. 減少使用膠水，可用萬字夾、小釘等替代，因為膠水含有毒化學劑。
105. 避免使用塗改液，因為其中含有可以破壞地球臭氧層的「三氯乙烷」。應盡量改用擦紙膠，以免破壞環境。
106. 少用螢光筆。
107. 在辦公的地方，自備私人水杯，避免使用紙杯與發泡膠杯。
108. 適量添置衣物，以免造成浪費。

五、精明購物省開支

109. 購物前寫好購物清單，避免多買不必要的物品。
110. 大批採購及購買家庭裝貨品會比較慳錢。
111. 選購包裝簡單的貨品，以避免無謂的浪費。
112. 減少購買以用完即棄盛器裝載的外賣食物。
113. 購買可回樽的飲品，價錢更實惠，環境亦受惠。
114. 避免購買過膠盒裝飲品，因為其包裝破壞自然生態。
115. 改食營養更豐富的黃糖與麥飽，取代白糖與白麵飽。
116. 改用耐用的餐具，避免使用發泡膠盒、紙杯及軟木筷子等餐具。
117. 改用甲由屋等滅蟲蟻裝置，安全又耐用。
118. 避免使用殺蟲藥，因為殺蟲藥對成人或小孩均有害。
119. 用白醋和梳打粉溶於水中，即可成為用途多多的清潔劑。
120. 減少使用含「氯氟化碳」(CFCs)的噴霧劑，以免破壞地球的臭氧層。
121. 使用尿布代替紙尿片，用完即棄的產品極為昂貴，不符合慳錢之道。
122. 使用充電池取代一般不可充電電池，並回收廢充電池。
123. 多吃本地出產食品，既新鮮，又可減少長途運輸耗用的能源和產生的污染。
124. 不吃瀕危和受保護的動植物。
125. 購買以有機方式種植的食品，減少化學農藥和肥料毒害身體和環境。
126. 多選購無漂染的衣物，避免漂染過程產生的污水影響海洋生態。
127. 多選購防繻免熨質料的衣物。
128. 更換雪櫃、冷氣機、洗衣機或電乾衣機時，應挑選有一級能源標籤才購買。

六、廢物分類

129. 將廢紙與其他廢物分開棄置，方便循環再造。
130. 所有金屬都能回收，例如：鋁罐、其他金屬罐和混合金屬。
131. 所有塑料都能回收，例如：膠樽、乾淨膠袋和混合塑料。