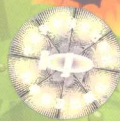




全民科学素质纲要实施工作办公室 主编

保护生态环境 点滴小事



科学普及出版社



全民科学素质纲要实施工作办公室 主编

保护生态环境点滴小事

江苏工业学院图书馆
藏书章



科学普及出版社

· 北 京 ·

图书在版编目(CIP)数据

保护生态环境点滴小事/全民科学素质纲要实施工作办公室
主编. —北京: 科学普及出版社, 2008. 7

ISBN 978-7-110-06245-6

I. 保… II. 全… III. 生态环境-环境保护-青少年读物
IV. X171.1-49

中国版本图书馆CIP数据核字(2008)第101537号

自2006年4月起本社图书封面均贴有防伪标志, 未贴防伪标志的为盗版图书。

责任编辑 郑洪炜 陈 君

图文设计 世纪佳想

责任校对 凌红霞

责任印制 王 沛

科学普及出版社出版

北京市海淀区中关村南大街16号 邮政编码: 100081

电话: 010-62103210 传真: 010-62183872

<http://www.kjpbooks.com.cn>

科学普及出版社发行部发行

北京凯鑫彩色印刷有限公司印刷

*

开本: 787毫米×1092毫米 1/32 印张: 4 字数: 120千字

2008年7月第1版 2008年7月第1次印刷

印数: 1—25000册 定价: 8.00元

ISBN 978-7-110-06245-6/S · 442

(凡购买本社的图书, 如有缺页、倒页、
脱页者, 本社发行部负责调换)

卷首语

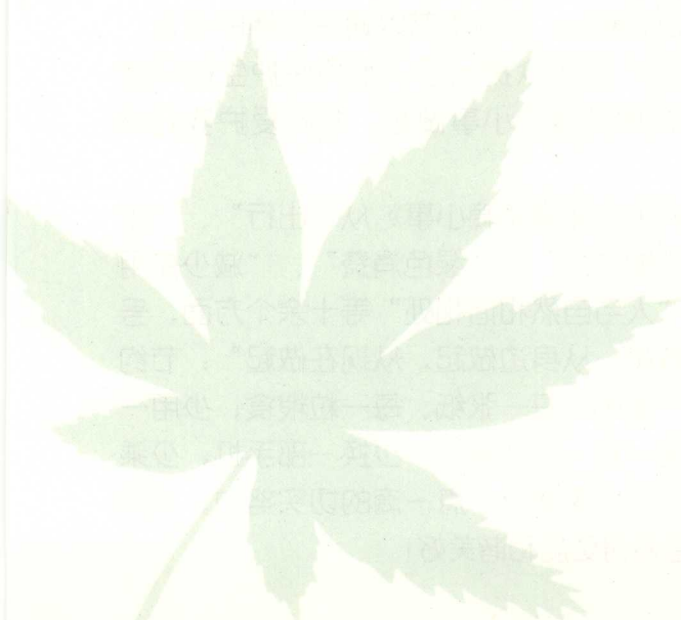
目前，土地沙漠化、森林锐减、水源污染、酸雨肆虐、垃圾成灾、土壤流失、有毒化学品污染、臭氧层被破坏、温室效应加剧、珍稀动物濒临灭绝等问题严重影响人类的生存与发展，给人类带来灾害。

人类开始重新思考生存与发展的命题，保护生态环境日益成为全球共同关注的焦点。为了逐步增强人民群众的环保意识和生态文明意识，大力推动生态文明建设，全民科学素质纲要实施工作办公室组织编写了两本环保手册：《公民保护生态环境点滴小事》和《环保52·我爱环保》。这两本书以通俗易懂的语言、图文并茂的形式，向公众提出了一系列保护生态环境的建议，倡议公民从身边小事做起，共同爱护我们的地球家园！

《公民保护生态环境点滴小事》从“出行”、“家庭节能”、“节能办公”、“绿色消费”、“减少使用化学制品”、“人与自然和谐相处”等十余个方面，号召公众“从我做起，从身边做起，从现在做起”：节约每一滴水、每一度电、每一张纸、每一粒粮食；少用一个塑料袋，少用一双一次性筷子，少换一部手机，少乘一次电梯……号召大家通过一点一滴的切实努力，共同把我们的家园营造得更加和谐美好！

在每本书后，专门为读者朋友设置了“环保心得”栏目，希望亲爱的读者能拿起笔，记下您为保护生态环境所做的点点滴滴和所思所想，并付诸实际行动，加入公民环保行动队伍。

本书的出版得到了中国环境科学学会、中国生态学学会和中国林学会的大力支持，在此特致谢忱！



目录

卷首语

出行

1 选择公共交通出行	1
2 拼车出行	2
3 每月少开一天车	3
4 购买节能型汽车	4
5 选择适当标号的汽油	5
6 选择优质的汽油清净剂	6
7 车辆合理保养和磨合	7
8 合理使用轮胎	8
9 让汽车减肥	9
10 养成良好的驾驶习惯	10
11 慎用汽车香水	11
12 车内要通风	12
13 按时更换三效催化剂	13
14 汽车按时报废	14

家庭节能

1 控制空调温度	15
2 选择节能家电	16

3 注意随手关灯	17
4 不用电器时将其断电	18
5 淘米后浸泡10分钟再煮饭	19
6 节约使用天然气	20

包 装

1 反复使用包装购物袋	21
2 选择降解塑料袋和餐盒	22
3 使用再生包装	23
4 摒弃过度包装	24
5 不乱丢弃包装废弃物	25
6 分类回收包装废弃物	26

节 水

1 洗衣节水	27
2 减少住宿宾馆时的床单换洗次数	28
3 使用节水龙头	29
4 洗菜水用盆接	30
5 洗澡节水	31
6 选用节水马桶	32
7 经常检查水箱，防止水箱漏水	33
8 一水多用	34

固体废弃物污染防治

1 生活垃圾分类收集	35
2 不随意处置电子废物	36

3 不乱丢废电池	37
4 再利用或慈善捐赠废旧衣物	38

减少使用化学制品

1 巧用废物做清洁	39
2 少用化学消毒剂和室内杀虫剂	40
3 少用发胶	41
4 少用空气清新剂	42

节能办公

1 使用电脑时关掉暂时不用的办公设备	43
2 调节显示器屏幕亮度	44
3 多走楼梯，少乘电梯	45
4 节约办公用纸	46
5 使用网络传递办公信息	47
6 从节约一度电、一张纸做起	48

绿色消费

1 尽量购买无公害、绿色和有机食品	49
2 使用绿色产品	50
3 减慢淘汰电子产品的速度	51
4 使用环保电池	52
5 不提倡使用珍贵木材制成的家具	53
6 拒用野生动植物制品	54
7 不使用以野生动植物为原料的药品和保健品	55

8 优先选购有环保生态标志的绿色服装	56
9 不吸烟或者少吸烟	57
10 购买经过森林认证的林产品	58
11 使用节材灶或沼气	59
12 不要过度使用木材装修或重复装修	60
13 购买优质低硫煤	61
14 做文明生态旅游者	62
15 节约食品, 反对浪费	63

人与自然和谐相处

1 让我们都来爱护鸟类	64
2 让野生动物回归自然	65
3 做动物的朋友	66
4 拒食、不捕杀、不虐待野生动物	67
5 未经允许不要进入自然保护区	68

农 业

1 使用绿色农药	69
2 利用天敌除害虫	70
3 少用化肥, 多使用有机肥	71
4 合理使用农膜	72
5 科学灌溉, 节约农业用水	73
6 不翻耕或浅耕种植	74
7 不随意取土	75
8 不过度放牧	76
9 不乱占用耕地, 鼓励土地复垦	77

10 自然耕作法务农, 发展生态农业	78
--------------------------	----

保护湿地

1 不要在湿地挖泥、捕鱼和采集底栖动物	79
2 珍惜水源, 保护湿地	80
3 不要乱占滥用湿地	81

保护绿地

1 积极参加义务植树活动	82
2 进入林区不能吸烟	83
3 减少清明节上坟烧纸	84
4 保护草坪	85
5 不用一次性木筷	86
6 不要乱采、攀折植物	87
7 杜绝课桌文化	88

减少纸张的浪费

1 多用手帕, 少用纸巾	89
2 少用一次性纸杯	90
3 用电子贺卡替代纸质明信片	91
4 废纸回收再利用	92
5 书籍尽量循环使用	93

新能源的利用

1 利用太阳能	94
2 利用风能	95

3 利用核能	96
4 利用地热资源	97
5 使用乙醇汽油	98

室内环境

1 用绿色植物美化室内环境	99
2 经常清除灰尘, 减少家电辐射	100
3 室内装修、装饰环保	101
4 购买环保家具	102
5 室内要保持良好的通风	103
6 装修后不要马上入住	104

噪声与光污染防治

1 不做噪声制造者	105
2 减少燃放烟花爆竹	106
3 室内要合理布置灯光	107
4 避开高功率夜间照明灯	108
5 建筑设计少采用玻璃幕墙	109
6 装修时慎用装饰材料	110

倡议

做环保志愿者	111
--------------	-----



出行

1 选择公共交通出行

与小汽车相比，自行车、公共汽车和地铁是比较清洁而且节能的绿色出行方式。



- 骑自行车出行完全没有化石燃料和电能的消耗，也没有污染物产生，是最清洁的出行方式，适于不大于5千米的短距离出行；
- 公共汽车人均油耗仅相当于小汽车的0.54%，人均一氧化碳、碳氢化合物和氮氧化物等污染物的排放水平只有小汽车的17.1%、6.1%和17.4%；
- 地铁运行要消耗电能，同样，由于载客量大，人均能耗仅为小汽车的5%，所造成的污染也远小于小汽车。





2 拼车出行

现在私人小汽车的拥有率越来越高，但很多情况下，车辆的使用效率不高，很多小汽车内只有司机一人。如果邻居或朋友们大家共乘一车，拼车出行，不但减少了汽车的交通流量，还降低了油耗和污染物排放。并且交通流量的下降，还可以提高路面车辆的运行速度，进一步促进节能和环境改善。



如果一辆小汽车可以搭乘两个拼车人，并且每年这样运行5000千米，一年下来就可以：

节省汽油1000升

减少污染物排放共约23.6千克



3 每月少开一天车

为应对严重的空气污染问题，我们应该尽量减少驾车出行的次数。

例如：**每月少开一天车**。

以北京市为例，如果每辆汽车每月能停驶一天，北京市的260万辆机动车（2006年数据）：

排放的污染物总量：减少3600多吨

年机动车排放污染物总量：减少4.4万吨

从环保的角度考虑，仅仅是“每月少开一天车”还是远远不够的，但它可以成为培养和增强大家的环保意识的一个起点，促进环境友好型交通秩序的健全与发展。





4 购买节能型汽车

在满足使用要求的情况下，消费者应尽可能选购节能型汽车，例如：小排量汽车、柴油动力汽车等。



小排量汽车：通常是指排量在1升以下的小型汽车，其油耗基本上在每百千米5升以下，与经济型轿车相比，每百千米可以节油4升左右，按年行驶20000千米计算，驾驶小排量汽车每年可以节油800升，相应可减排污染物18.9千克，有利于空气质量的改善。

柴油汽车：在有条件的地区，柴油汽车是实现节能环保的另一个理想选择，其油耗比功率相当的汽油车低30%左右，还按年行驶20000千米计算，柴油车每年可以节油600升，而且污染物的排放也显著降低。





5 选择适当标号的汽油

节能环保的方法之一是——为自己的汽车选择适当标号的汽油：



发动机压缩比小于或等于8的汽车加90号汽油
发动机压缩比在8~9.5之间的汽车加93号汽油
发动机压缩比大于9.5的汽车加97号汽油

如果为了节省油费而加入低适用标号的汽油，反而会造成油耗和污染物排放的增加，并不会达到省钱的目的。

反之，如果为发动机压缩比低的汽车加入高标号的汽油，也会造成燃烧不充分，油耗和污染物排放增加。





6 选择优质的汽油清净剂

汽油清净剂 是专门加入汽油中的一种添加剂，用于清洁燃油系统。添加有效的汽油清净剂可以达到2%以上的节油效果。



例如：以一辆百千米油耗10升的汽车年行驶20000千米为例，使用汽油清净剂一年至少可以节油40升。如果北京市的260万辆机动车（2006年数据）均能使用优质的汽油清净剂，那么仅此一项，北京市的机动车一年就可以：

节油10400万升

降低排放污染物2457吨

消费者购买优质的清净剂产品，应确保产品标签上明确注明其符合国家《车用汽油清净剂》（GB19592—2004）标准。