



我能拯救地球



主编/赵敏舒

50件阻止 全球变暖 的小事

告急！告急！地球母亲告急；
环保无小事，一切从我做起；
践行绿色生活，我的节约时尚；
24小时环保主义者拯救地球、延续文明。



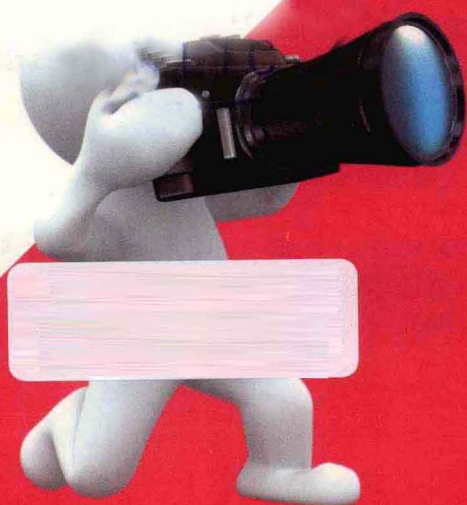


我能拯救地球



主编 / 赵敏舒

50件阻止 全球变暖 的小事



天津科学技术出版社

图书在版编目 (C I P) 数据

50件阻止全球变暖的小事 / 赵敏舒主编. -- 天津:

天津科学技术出版社, 2010. 12

(我能拯救地球)

ISBN 978-7-5308-5987-2

I. ①5… II. ①赵… III. ①温室效应—青少年读物

IV. ①X16-49

中国版本图书馆CIP数据核字 (2010) 第232399号

策划编辑: 郑东红

责任编辑: 张 跃

责任印制: 王 莹

天津科学技术出版社出版

出版人: 蔡 颢

天津市西康路35号 邮编: 300051

电话 (022) 23332399 (编辑室) (022) 23332393 (发行部)

网址: www.tjkjcs.com.cn

新华书店经销

北京市北关闸印刷厂印刷

开本 787×1092 1/16 印张 12 字数 50 000

2011年1月第1版第1次印刷

定价: 29.80元

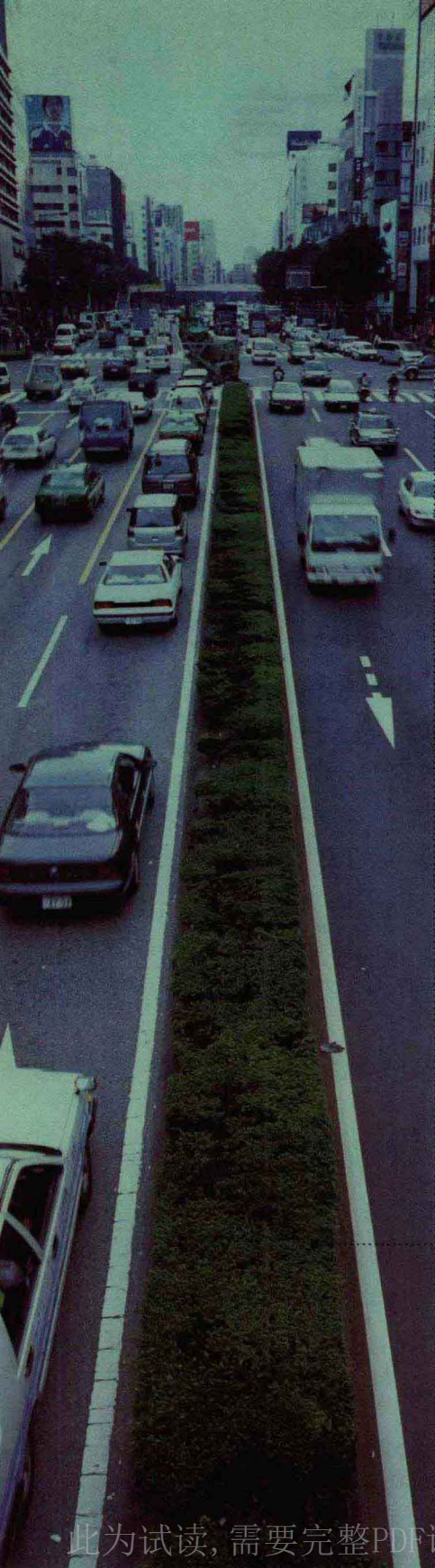


践行环保，从这一秒开始

告急！告急！地球母亲告急，她已不堪重负，气喘吁吁了。

酸雨污染、温室效应、臭氧层破坏、土地沙漠化、森林面积锐减、物种灭绝、垃圾成灾、水土流失、大气污染、水资源短缺等等，一系列环境问题，让昔日一颗美丽的蓝色星球如今已满面疮痍，伤痕累累了。环保与节能势在必行，你我他每个人都要积极行动起来，保护我们共同的家。不要认为环保是个大课题，一个人的力量微不足道，请记住：环保无小事，一切从我做起，每个人都是能拯救地球的其中一人。

有了使命感，我们还要了解自己应当怎样拯救地球。如何节约和回收各种能源？如何保护植物？如何保护动物？如何保护天空？如何阻止全球变暖？怎样的生活方式才能称得上“绿色生活”？自己平常无意间的哪些行为是不环保的，甚至还给环境造成了损害？上述所有问题的答案都在《我能拯救地球》中，它为每一个环保小卫士指明了道路。丛书共分 10 册，



分门别类地从十个方面介绍我们可举手之劳尽行环保。节能环保，生活中的点点滴滴，举手之劳，尽力而为。我们是24小时环保主义者，肩负着拯救地球、延续文明的重任。

践行环保，从这一秒开始。环保的重要性，其实每个人都知道并且也支持，但就是行动上力度不够，其中原因诸多，但不外乎未养成习惯及从众心理作祟等。随着节约型社会的到来，节约，不只是经济行为，更是一种环保时尚。谁不节约谁可耻！我们有一千种理由保护环境，却没有一条理由破坏我们生存的家园，请不要轻置每一个行为。

很久以前的大自然是我们不知道的样子，很美；现在的大自然是我们熟悉的样子，但不亲切。希望某天一早醒来，能够再拥有那样一个只在雨后才能呼吸到的清新空气，远远的有鸟儿的啁啾，望尽远处近处，满眼的绿。未来社会的面貌取决于今天人们所做的一切，绿色环保之路任重道远。

目录



Contents

- | | |
|---------------------|--------------------|
| 保护环境, 争做地球小主人 001 | 051 保护臭氧层, 全球共“补天” |
| 请别用纸点燃地球 007 | 055 逮捕氟利昂 |
| 吃出的温室效应 011 | 059 节电低碳 |
| 植树造林, 守护正在融化的冰山 015 | 063 让电器停止为地球加热 |
| 防止沙尘暴, 控制沙漠化加大 018 | 067 人工植树造林, 美化地球母亲 |
| 灯也会导致温室效应 021 | 071 “沙家浜”与“杨家将” |
| 倡导低碳烹调, 还地球凉爽 025 | 075 给屋顶戴上绿色环保的小帽子 |
| 绿色汽车, 绿色旅行 029 | 079 水泥的科学变身 |
| 汽车与排碳 033 | 083 用水给地球降温 |
| 以素食预防土地沙漠化 036 | 087 低碳生活 |
| 防地球变暖从家庭做起 039 | 091 低碳太阳能“走秀”世博会 |
| 旧家具可循环再利用 043 | 095 地球一小时 |
| 减少矿物燃料, 使用新能源 047 | 098 空气能的利用 |





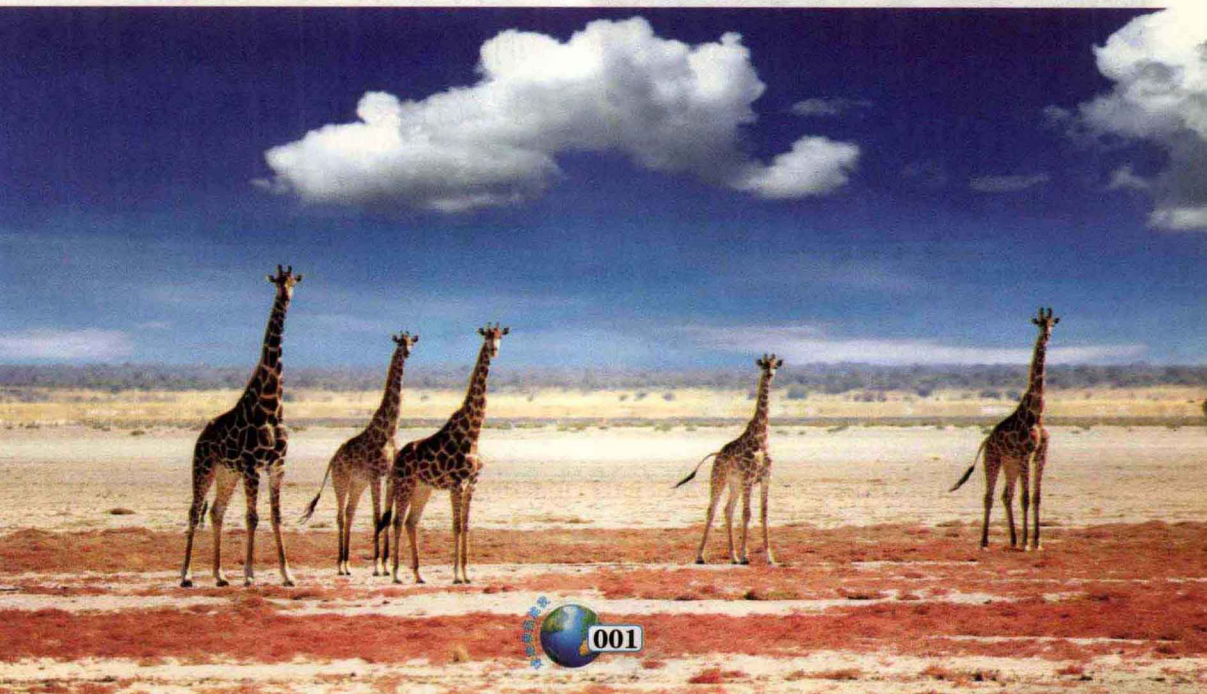
目录

Contents

- | | |
|---------------|------------------|
| 简约家装，低碳生活 101 | 138 1秒钟，全球环境的巨变 |
| 清除一次性垃圾， | 141 垃圾变能源—— |
| 还地球长久凉爽 104 | 发电可实现零排放 |
| 室内温度与 | 144 低碳购物 |
| 地球温度的协调发展 107 | 148 节能减排的金点子 |
| 少用一次电梯， | 152 素食为天 |
| 多走两步楼梯 111 | 156 节能装修 |
| 边做饭边减排 114 | 160 抑制城市热岛效应 |
| 温室效应小事做起 118 | 164 产业结构的节能减排 |
| 建筑节能环境保护 122 | 167 橡胶业的节能减排 |
| 保卫绿色，保卫家园 126 | 171 用市场之手，推动污染减排 |
| 吃掉“温室” 129 | 175 地球变暖，不容忽视 |
| 衣食住行来低碳 132 | 179 低碳生活并非吝啬度日 |
| 如何为地球洗掉高温 134 | 183 防止地球污染，刻不容缓 |

保护环境， 争做地球小主人

不知道从什么时候起，我们这个赖以生存的地球突然变成了老爷爷，不再是以前那个强壮的小伙子了。人类为了生存所进行的资源及能源的开发和利用是越来越多，气体的排放，空气的污染，越来越严重，致使地球这个强壮的小伙子一天天地在变弱，而人类无休止地开发资源，使地球环境的生态系统正在遭到越来越多的破坏，直接导致了可怕的温室效应，人类的生存环境前景令人堪忧。所以，全面科学地保护自然环境，预防全球变暖，维持生态的多样性，达到人和自然之间的协调，在今天变得尤为重要。





地球爷爷，我是一个关心并热爱您的小学生。从电视上看人类的所作所为极为痛心，您一直那么呵护我们，不让外界伤害我们，但是人类仍然对您取之无度，用之无节，我十分难过。虽然，我一个人的力量太单薄，不能为您作出很大贡献，但是我可以从自身做起，并呼吁同学们一起保护您，用我们的实际行动让您不再受到伤害。



 多开窗

1 打开一扇窗

我国每年人均排放约25吨二氧化碳，怎样减少这个数字？有一些简单有效的方法：打开窗户取代室内空调，夏天使用空调时温度稍微调高几度。数据统计表明，只要所有人把空调调高一度，全国每年能省下33亿度电。

2 挂根晾衣绳

研究表明，一件衣服在清洗和晾干过程中会释放60%的“能量”。需要注意的是，洗衣时用温水，不要用热水；



50

件阻止全球变暖的小事

SOJIANZUZHIGUANQUBIANNUANDEXIAOSHI

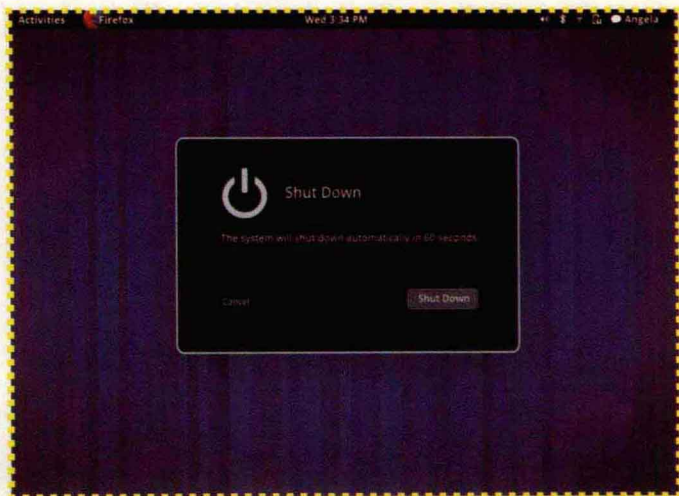
衣服洗净后，挂在晾衣绳上自然晾干，不要放进烘干机里。这样，你总共可减少90%的二氧化碳排放量。

3 关掉多余的电灯

关掉不必要的电灯难道不是举手之劳吗？事实上我们往往忘记了这一点。白天少开或关掉电灯，夜晚家里人尽量在同一个房间里活动，走出家门时随手关灯……养成良好的习惯，节约下来的能源数量惊人。

4 及时关掉电脑

统计数据显示，家庭中75%的用电都消耗在使用电视、电脑和音响等保持待机状态上。一台台式电脑平均每天耗电60~250瓦。如果一台电脑每天使用4小时，其他时间关闭，那么每年能节省约500元人民币，且能减少83%的二氧化碳排放量。



请及时关掉电脑 



5 多乘公交车

公共交通，绿色出行

交通产生的二氧化碳占温室气体排放量的30%以上，减少此类排放量的最好办法之一是：乘坐公交车。美国公共交通联合会称，公共交通每年节省近53亿升天然气，这意味着能减少150万吨二氧化碳的排放量。

6 网上付账单

在网上进行银行业务和账单操作，不仅能够节省时间，还能避免在发薪日开车去银行，减少不必要的二氧化碳排放，能减少纸质文件在运输过程中所消耗的能源。



50

件阻止全球变暖的小事
50JIANZHUQIUBIANNUANDEXIAOSHI

7 解下领带



夏天里日本商界白领会纷纷脱下他们标志性的深蓝色职业装，换上领子敞开的浅色衣服。这是日本政府为节约能源所做的努力。每年夏天，政府办公室的温度一直保持在28℃。整个夏天，日本因此减少排放二氧化碳7.9万吨。

8 舍弃牛排



联合国数据显示，全球肉制品加工业排放的温室气体占排放总量的18%，甚至超过交通业。地球上共有15亿头家养牛和野牛，17亿只绵羊和山羊，而它们的数量还在快速增长。如果你转做一名素食主义者，每年的二氧化碳排量将减少约1.5吨。



美味的牛排还是尽量少吃

9 自备购物袋



每年全球要消耗超过5000亿个塑料袋，其中只有不到3%可回收。塑料袋都由聚乙烯制成，掩埋后需上千年时间才能实现生物递降分解，期间还会产生有害的温室气体。下次去杂货店的时候，别忘记自备购物袋。

10 种下一棵树



茂密的深林

谈到全球变暖，如果你不了解复杂的碳捕捉（CCS）技术，那也不必慌张。事实上“捕捉”二氧化碳的能手就是树木本身。要是你嫌自己种树太麻烦的话，至少可以捐钱给环保组织，让他们代劳。

我们从这些一点一滴的小事做起，让我们更加爱护地球，不仅因为它是我们的母亲，它还是我们赖以生存的载体……

珍惜资源，保护资源，节约资源，人人有责。让我们从现在做起，从我做起，珍惜地球母亲赐予我们的一切自然资源，使我们的家园年年春光灿烂！



成林的树木



请

别用纸点燃地球

同学们，你们知道西南大旱、北方降雪频繁的原因吗？知道全球灾难性气候为什么会屡屡出现吗？这一切都跟全球变暖有关。直接导致这种问题产生的原因就是二氧化碳气体的大量排放。作为地球上的一员，我们有责任去爱护、维护好我们共同的家园——美

丽的星球。我们要转变生活观

念，倡导低碳生活，养

成勤俭节约的好习

惯，从我们身

边的小事

做起。首

先就是从

我们每天

离不开的

纸张使用

上做起，

要合理利

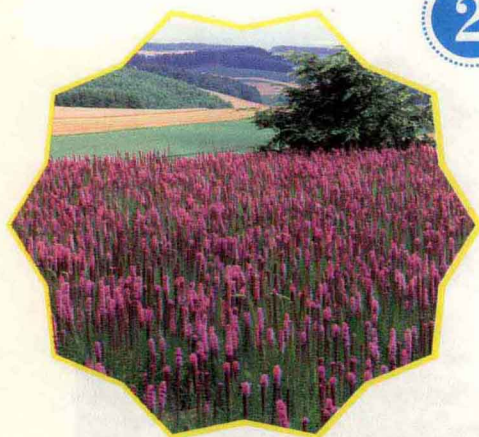
用纸张。



1 重复使用教科书

重复使用教科书是大势所趋，减少一本新教科书的使用，可以减少耗纸约0.2千克，节能0.26千克标准煤，相应减排二氧化碳0.66千克。如果全国每年有三分之一的教科书得到循环使用，那么可减少耗纸约20万吨，节能26万吨标准煤，减排二氧化碳66万吨。

2 纸张双面打印、复印



我们共建的花园

纸张双面打印、复印，既可以减少费用，又可以节能减排。如果全国10%的打印、复印做到这一点，那么每年可减少耗纸约5.1万吨，节能6.4万吨标准煤，相应减排二氧化碳16.4万吨。

3 用手帕代替纸巾

用手帕代替纸巾，每人每年可减少耗纸约0.17千克，节能0.2吨标准煤，相应减排二氧化碳0.57千克。如果全国每年有10%的纸巾使用改为用手帕代替，那么可减少耗纸约2.2万吨，节能2.8万吨标准煤，减排二氧化碳7.4万吨。



50

件阻止全球变暖的小事
SOJIANZUZHIGUANQIUBIANNUANDEXIAOSHI

4 用看过的报纸练毛笔字

复印也减排

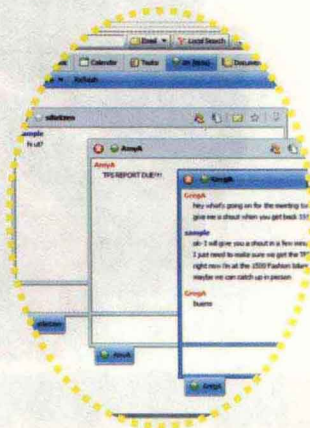
练过书法的同学都知道，我们在练毛笔字的时候除了选用宣纸以外，还可以在报纸上练习，所以当家长看完报纸以后，我们不要随手扔掉，把它们收集起来，作为我们练习毛笔字的纸，这样既节省了资源，减少耗纸，又降低了二氧化碳的排放。

5 用电子书刊代替印刷书刊

如果将全国5%的出版图书、期刊、报纸用电子书刊代替，每年可减少耗纸约26万吨，节能33.1万吨标准煤，相应减排二氧化碳85.2万吨。

6 用电子邮件代替纸质信函

在互联网日益普及的形势下，用1封电子邮件代替1封纸质信函，可相应减排二氧化碳52.6克。如果全国三分之一的纸质信函都用电子邮件代替，那么每年可减少耗纸约3.9万吨，节能5万吨标准煤，减排二氧化碳12.9万吨。



尽量使用电子邮件

7 使用再生纸



用原木为原料生产1吨纸，比生产1吨再生纸多耗能40%，使用1张再生纸可以节能约1.8克标准煤，相应减排二氧化碳4.7克。如果将全国2%的纸张使用改为再生纸，那么每年可节约约45.2万吨标准煤，减排二氧化碳116.4万吨。

生活中节约用纸的地方还有很多很多，当我们开始在演算纸上随意涂抹几下就扔掉的时候，当我们在饭店随意地浪费餐巾纸的时候，当我们把用剩下的本子当成废纸扔进垃圾桶的时候，当我们肆无忌惮地浪费纸资源的时候，请想一想我们的地球母亲，想一想我们生存的家园，为了我们能更好更健康的生存环境，为了我们人类与大自然的和谐共存，同学们，请从身边的小事做起，节约用纸，节省煤资源，不让地球继续升温。

 再生纸

