



我能拯救地球



主编/赵敏舒

50件简单 易行的环保 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。



天津科学技术出版社



我能拯救地球



主编 / 赵敏舒

50件简单 易行的环保 小事



天津科学技术出版社

图书在版编目 (C I P) 数据

50件简单易行的环保小事 / 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 978-7-5308-5992-6

I. ①5… II. ①赵… III. ①环境保护—青少年读物

IV. ①X-49

中国版本图书馆CIP数据核字 (2010) 第232403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.tjkjcbbs.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



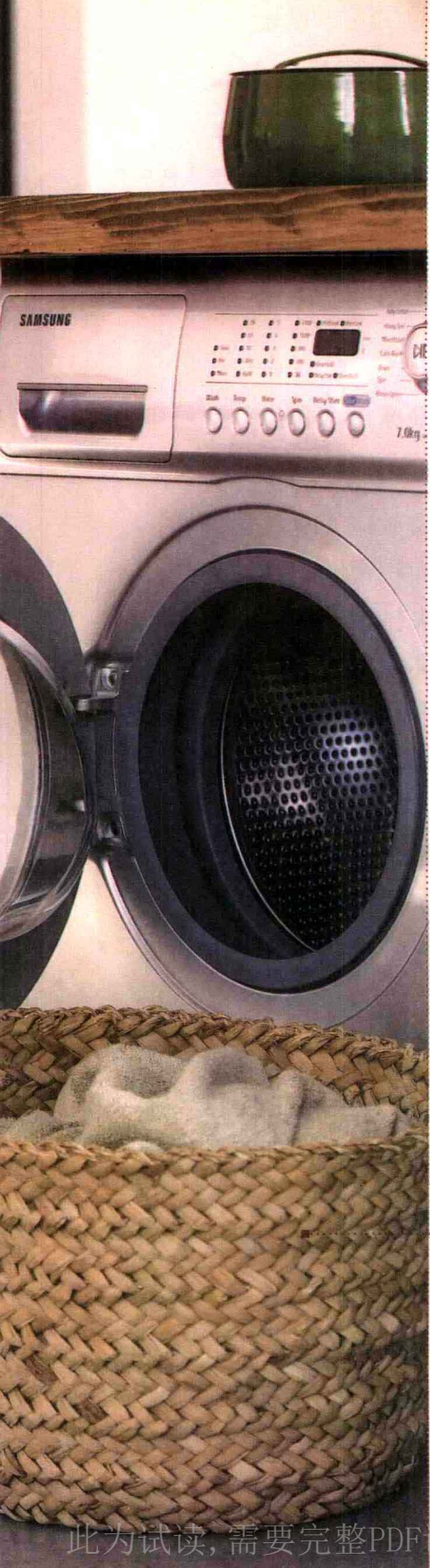
践行环保，从这一秒开始

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，让昔日一颗美好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

为什么我们要提倡环保	001	056 分类装垃圾——方便再次利用
环保从我们生活中的小事做起	007	060 垃圾也有大用处
参与环保志愿活动		064 简化包装——外表美不如内在美
——争当环保天使	014	067 少用塑料袋——自备购物袋
合理上网也能为环保作贡献	016	071 瓶装饮料方便——困扰环境
吸烟有害健康还影响生态环保	021	075 拒用一次性筷子——别让森林变木屑
小小口香糖引来环保大麻烦	025	078 自备环保餐盒——少用一次性餐具
过节不送卡——时尚又环保	028	082 请将食物装入可重复使用的容器
草稿纸上作环保“文章”	032	086 随手关灯——技巧关灯
“拷贝”笔记要慎重	036	090 节能灯让全世界更光明
手帕随身带——绅士又环保	040	094 学生是否需要手机
争做“公交族”、“自行车族”	044	098 不拔电器插头也耗电
不乘电梯走楼梯——环保节能	049	101 请在夏天将空调温度调高1度
少买衣服也是环保	051	104 尽量用充电电池
		——少用普通电池





目录

Contents

- | | | | |
|----------------|-----|-----|---------------|
| 一水多用好处多 | 108 | 148 | 举办绿色环保的文艺活动 |
| 别让水龙头哭泣 | 112 | 151 | 不燃放烟花爆竹 |
| 多淋浴少泡澡 | 116 | | ——杜绝污染 |
| 使用节约型水具—— | | 154 | 清洁还是污染 |
| 从水具上下节水功夫 | 119 | 157 | 少吃肉=健康+环保 |
| 如何选择洗衣方式 | 123 | 160 | 养花草种树 |
| 浪费粮食——行为可耻 | 126 | | ——净化空气、美化环境 |
| 多种植物——净化空气 | 130 | 163 | 参加活动不乱扔垃圾 |
| 拒食野生动物—— | | | ——保持自我形象、环境形象 |
| 地球不只是人类 | 134 | 166 | 爱护祖辈留下的文物古迹 |
| 不要虐待人类的好朋友——动物 | 137 | | 也是环保行动之一 |
| 不收集动、植物标本 | 141 | 169 | 用环保的方法代替空气清新剂 |
| 滥烧物品、垃圾有害环境 | 143 | 173 | 圣诞节不用圣诞树 |
| 购买当地当季产品 | | 176 | 闲置浪费，捐赠光荣 |
| ——健康又环保 | 146 | 180 | 认识环保标志、选购绿色产品 |

为什么

我们要提倡环保

近几年来，由于沙尘暴猖獗、地震活动频繁、海啸肆虐等问题，环境保护引起了全人类的关注。那究竟什么是环保？为什么我们要提倡环保呢？

地球已满目疮痍，请重视环保



1 什么是环保？

 合力保护大自然

环保是环境保护的简称。所谓环境保护是利用环境科学的理论和方法，协调人类与环境的关系，解决各种问题，保护和改善环境的一切人类活动的总称。包括采取行政的、法律的、经济的、科学技术等多方面措施，合理地利用自然资源，防止环境污染和破坏，以求保持和发展生态平衡，扩大有用自然资源的再生产，保证人类社会的发展。环境保护大致包含三方面：

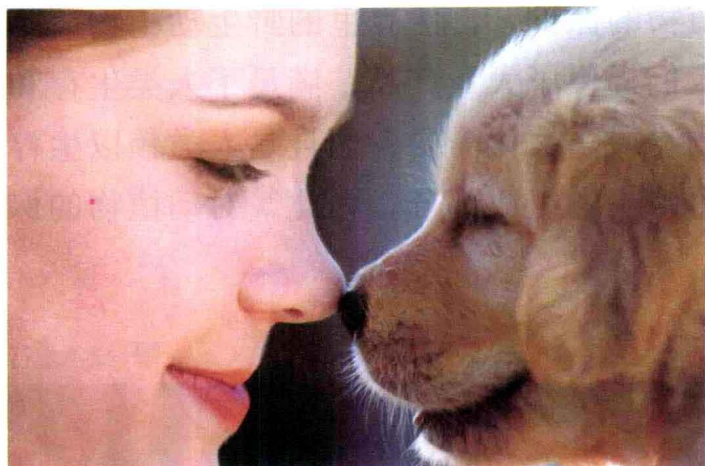
一是对自然环境的保护，就是对大地、水源、天空的保护，使地球更加适合人类生存、生活。

二是对人类生活、居住环境的保护，满足人类生活、工作、劳动等需要，需要我们在衣、食、住、行、玩等方面面，都要符合科学、卫生、健康、绿色的要求。

三是对动物植物的保护，自然界里的野生动植物，不仅直接或间接为人们提供了大量产品，满足了人类生存和社会发展过程中的物质、文化需要，而且是人类赖以生存的自然环境中不可缺少的组成部分。因此，对动植物的保护势在必行。

绿色出行





 动物需要我们的保护

作为我们人类来说，我们对于居住、生活环境的保护，就是间接或直接地保护了自然环境，相反我们破坏了居住、生活的环境，就会直

接或间接地破坏自然环境。

2 我们为什么要提倡环保？

为什么我们要呼吁同学保护环境，提高环保意识呢？

近几十年来，由于人口急增，工业迅速发展，呼吸产生的二氧化碳及汽车排放、空调使用、煤炭（石油、天然气）燃烧等产生的二氧化碳，再加上大量树木被乱伐、植被被破坏，减少了将二氧化碳转化为有机物的条件，使大气中的二氧化碳含量逐年增加，从而导致全球变暖。全球变暖引起一系列的环境问题。一是地球上的病虫害增加。二是海平面上升。据科学家预测：如果地球表面温度的升高按现在的速度继续发展，到2050年全球温度将上升 $2^{\circ}\text{C} \sim 4^{\circ}\text{C}$ ，南北极地冰山将大幅度融化，导致海平面大大上升，一些岛屿国家和沿海城市将淹于水中，其中包括几个著名的国际大城市：纽约、上海、东京和悉尼。三是气

候反常，海洋风暴增多，比如印度洋海啸、四川汶川地震等。四是土地干旱，沙漠化面积增大。2010年3月，新疆、内蒙古、青海、甘肃、宁夏、陕西、山西、河北、北京、天津、山东、河南、江苏、安徽、湖北、四川等16个省均受沙尘暴天气严重影响，而且此次沙尘暴不仅席卷了韩国全境和日本大部，造成大面积机场停航，甚至沙尘天气还影响到台湾、广州和香港等地，成为台湾25年来最严重的一次沙尘天气。

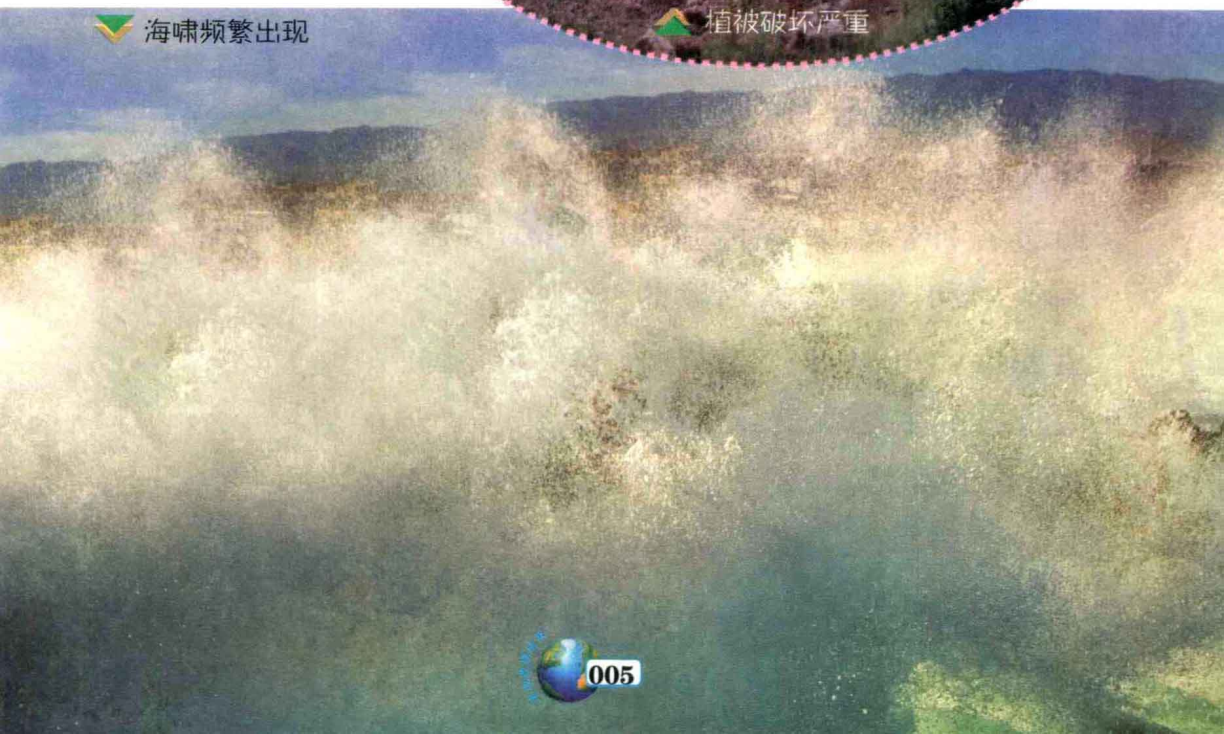
可见，提倡环保对于我们的紧迫性和重要性。因此，我们应当加强环保意识，共同支持环保。



海啸频繁出现



植被破坏严重





 环保，节能

小知识

每年的6月5日被定为“世界环境日”。主要是各国政府通过各种活动，宣传与强调保护和改善人类环境的重要性。2010年“世界环境日”的主题就是：低碳减排，绿色生活。

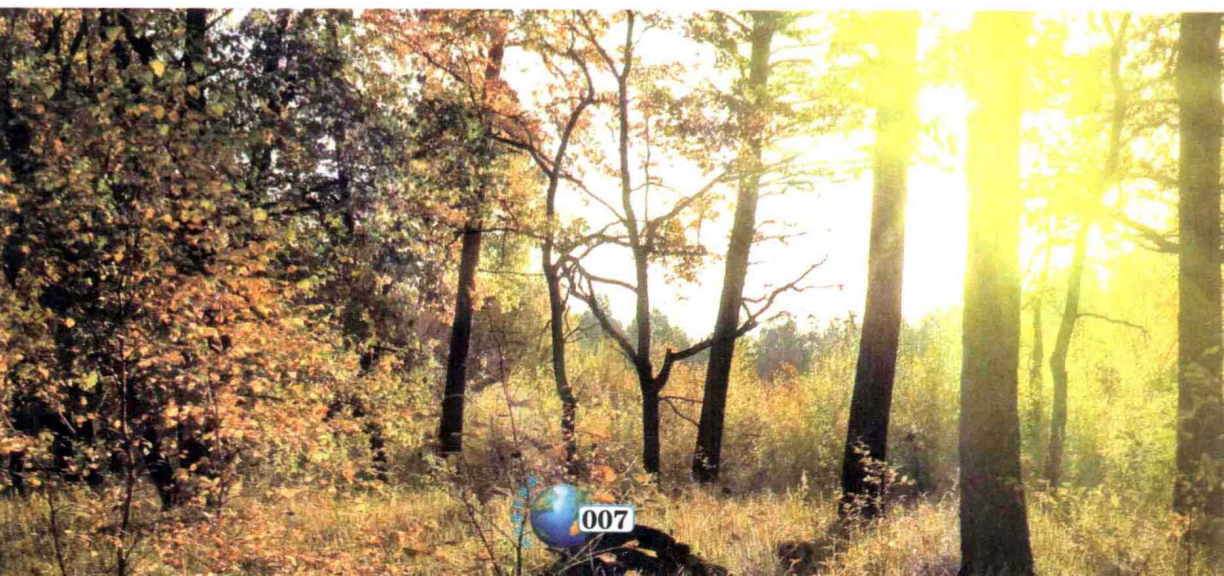


 绿色生活

环保从我们 生活中的小事做起

近几年来，随着人类对环境的污染和破坏，环境似乎开始对人类进行反击。地球变暖、南北极的冰迅速融化、物种的灭绝、沙尘天气增多，以及我国西南地区百年难遇的特大干旱等等自然灾害接踵而来，难道这些仅仅是种巧合吗？还是环境在“报复”人类？防止环境进一步污染与恶化，是人类共同的责任，我们青少年是未来的主人，保护环境更应该责无旁贷。

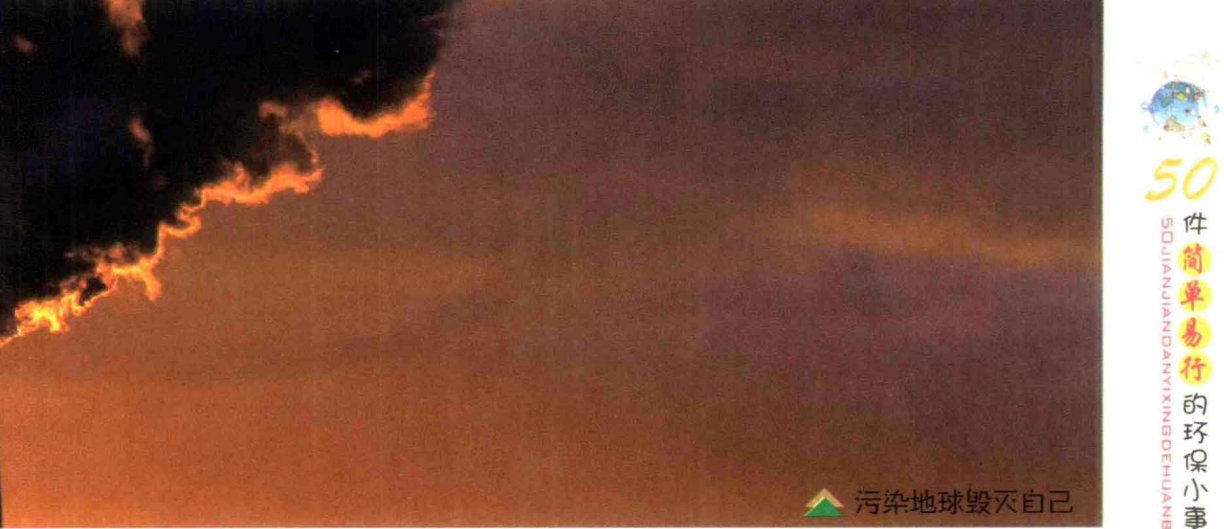
作为有责任的青少年，我们不但要有环保意识，而且还要通过实际行动，从身边的小事做起，改变生活方式和生活理念，进而改善我们生活的环境，还地球家园一片纯净的天空。





提倡环保，同学们应当做到的身边的小事：

- 1.环保活动多参加，向身边人宣传环保意识，既为环保作贡献，又能锻炼个人能力。
- 2.节制上网时间，既环保节能，又有益身心健康。
- 3.不吸烟，健康又环保。
- 4.少吃口香糖，遵守社会公德。
- 5.过节送祝福，不送纸质卡，救树又环保。
- 6.废弃纸张反着用，把草稿纸写满，既节约成本又环保。
- 7.必要时才影印笔记，减少耗用纸张。
- 8.随身携带手帕，不使用卫生纸，卫生又环保。
- 9.尽量多走路、骑脚踏车、搭乘公交车，少乘私家车，环保又健康。
- 10.少使用电梯，多走走楼梯，既能锻炼身体，又节能。
- 11.少买衣服，多穿旧衣服，既节约资金，又避免资源浪费。
- 12.回收废旧电池、金属、塑料、玻璃，充分利用有限资源。

A dramatic sky with dark, swirling clouds and a bright orange and yellow glow on the left side, suggesting a sunset or a fire.

 污染地球毁灭自己

13.垃圾要分类，送废纸、铝罐、铁罐、塑胶罐等去再生。

14.拒绝过分包装，减少垃圾产生。

15.少用塑料袋购物，自备购物袋，既经济实用，又避免浪费。

16.少买瓶装水，喝烧开的自来水。

17.少用木杆铅笔，多用自动铅笔。

18.拒绝使用一次性筷子。

19.环保餐盒随时带，少用“白色”餐具，既节能又减少白色污染。

20.自备水壶，少用一次性杯子。

21.尽量用密封盒或瓶装食物，减少消耗保鲜膜。

22.随手关灯，节约用电。

23.将白炽灯换成节能灯，既节能又环保。

24.远离手机，身心健康又节能环保。



 使用节能灯



 多喝开水，少喝瓶装水

25. 随手关闭电视、电脑电源，既延长使用寿命又节能。

26. 使用空调需适度，且多开窗，少用电风扇、空调，有益健康又省钱，更保护环境。

27. 尽量用蓄电池或可充电电池，少用普通电池。

28. 使用节能型水龙头。

29. 留心拧紧水龙头。

30. 淘米用下的水浇花，洗衣下来的水冲洗厕所。

31. 多用淋浴少用浴缸。

32. 除了大件衣服，少使用洗衣机，储积一机的衣物才开洗衣机。

33. 吃多少点多少，不浪费粮食又不污染环境。