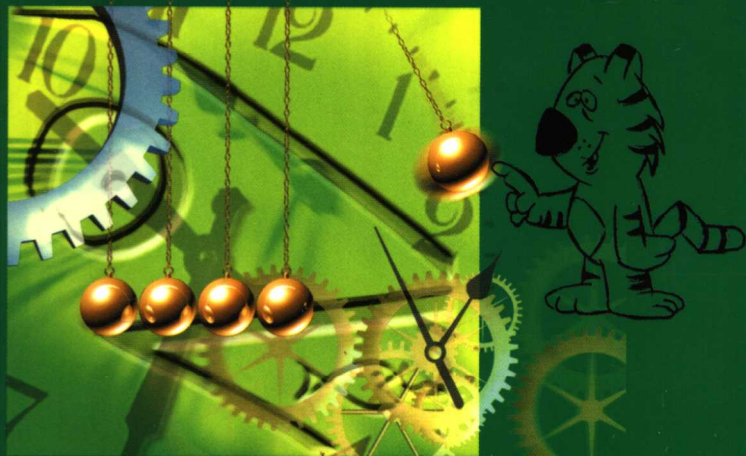


王玉孝 王 卓◎主编



节约

金点子



经济科学出版社

节约



点子

主编 王玉孝 王卓



图书在版编目 (CIP) 数据

节约金点子 / 王玉孝, 王卓主编. —北京: 经济科学出版社, 2005. 9

ISBN 7 - 5058 - 5199 - 3

I. 节... II. ①王... ②王... III. 节约 - 资源 - 基本知识 IV. F205

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2005) 第 115300 号

主 编：王玉孝 王 卓

特邀主编：寇学臣 司惠国 李金泉

张吉生

编 委：许 峥 任绪民 马于强

孙成彰 孙睿书 刘贵良

马 明 王世勇 王玉良

王世平 裴宪兰 张秀丽

王小燕 戴 晶 施 敏

韩 露

前言

在我国，人口众多、资源相对不足、环境承载能力较弱，能源短缺已成为经济社会发展的绊脚石，淡水和耕地紧缺更是中华民族的心腹之患。然而，人们虽然了解这个基本国情，也看到资源紧缺这个现状，但许多人的工作、学习、生活还未受到明显影响。在资源紧缺的压力尚未变成个人生产生活的现实压力之前，节约的紧迫感就不强，节约的意识就不深。

就在如此条件下，大部分人还不知道节约，喝一半的水随手就扔掉，吃一半的面包看都不看扔在一边，刚写两个字的纸就进了纸篓，而与此相对的是我国日益严重的资源危机，所以养成一种好的节约习惯势在必行。

对个人来说，厉行节约是一种良好习惯，更是一种文明行为；对社会来说，厉行节约则是一种文化，体现着社会的文明程度。从现在做起、从我做起、从点滴做起，节

约每一度电、每一滴水、每一张纸、每一粒粮，更要形成一种健康科学的生活习惯、文明节约的消费模式。在此基础上，全社会才能形成一种“节约光荣、浪费可耻”的风尚，建立起能够可持续发展的节约型社会。

本书由著名学者王玉孝先生及河北师范大学副教授寇学臣先生策划，由河北省石家庄信息工程学院王卓精心编写，是厉行节约的实用手册。

本书共分为节电、节气、节水、节油、节约打印、节约话费及理财篇、综合篇共八章，编写了大量节约小常识，涉及大众日常生活、工作的各个方面，希望能为建设节约型社会贡献一份力量。

●●|| 目 录

Contents

目 录 1

第一章 节水篇 1

- 一、小检查大收获 3
- 二、一水多用 3
- 三、洗澡时怎样节约用水 4
- 四、厕所里也能节水 5
- 五、厨房节水小窍门 6
- 六、洗衣服洗出节约来 7
- 七、既省钱，又养好花 7
- 八、节水总动员 9
- 九、您有这些不良习惯吗？ 10
- 十、节水，选择产品很重要 11

第二章 节电篇 13

- 一、灯具的选择 15

二、电视机迎来节电新时代	16
三、冰箱节能，以小见大	17
四、洗衣机转出节能来	19
五、旧洗衣机，新节能	21
六、空调吹出节约风	22
七、微波炉烤出节省来	24
八、电饭锅节电策略	25
九、吹风机节能方法	26
十、烘衣机节能有方法	27
十一、电熨斗节约小窍门	28
十二、吸尘器也可以省出“钱”	29
十三、巧用热水炉	29
十四、暖炉节能4法	30
十五、抽油烟机也能抽出“节约”	31
十六、E时代节能先锋	31
十七、家庭影院节电技巧	33
十八、其他家电节能策略	33

第三章 节约煤气篇 35

- 一、灶具的准备 37
- 二、炊具的准备 38
- 三、烹饪中节能 39
- 四、煤气石油炉具的节能小窍门 40
- 五、柜炉的节能方法 41

第四章 打印节约篇 43

- 一、打印省纸节出精彩来 45
- 二、巧用打印模式 46
- 三、正确使用、更换墨盒 47
- 四、正确清洗 50
- 五、高质量不等于高成本 52

第五章 话费节约篇 55

- 一、节约手机长话费的小窍门 57
- 二、手机话费还可这样节约 58

三、家庭电话节约方法	59
四、节约手机电量有技巧	60
五、漫游手机话费节约窍门	62
六、教您如何最大限度节省话费	62

第六章 燃油节约篇

65

一、节约燃油五大方法之实用技巧	67
二、节约燃油小窍门之一	68
三、节约燃油小窍门之二	69
四、节约燃油小窍门之三	71
五、节约燃油小窍门之四	72

第七章 理财篇

75

一、职场白领理财有新招	77
二、外出旅游居住如何节约开支	78
三、培养中学生理财有妙招	80
四、家庭应如何节约理财	82
五、理财，这样才科学	83
六、理财中的合理避税	84

七、女性防止购买无度法则	86
八、储蓄理财全攻略	87
九、人生六阶段理财方法	91
十、理财绝招随你挑——守、防、攻、战	93
第八章 综合篇	95
一、办公室节约——方法之一	97
二、办公室节约——方法之二	98
三、办公室节约——方法之三	98
四、办公楼节水——不可忽视的节约	100
五、上网节约方法	100
六、宽带上网节约的好处	102
七、企业电脑文档保存节约小技巧	104
八、教您 Windows 98 的各种节约办法	107
九、Windows XP 实用小技巧	113
十、笔记本电脑节约小技巧	124
十一、MP3 节约出新招	126
十二、出国办手续节约费用小窍门	127
十三、旅游中省钱绝招	129

十四、酒店如何节约	131
十五、用餐后应该如何节约	133
十六、家庭装修设计也能省钱	134
十七、冬天装修要节约，注意事项很重要	136
十八、装修节能防寒保暖隔热的技巧	137
十九、节约房屋空间小技巧	138
二十、正确选择家具能够节约空间	138
二十一、电梯节能突破传统	140

附录一：节约名言	141
-----------------------	-----

附录二：节约金句	143
-----------------------	-----





水是关系到人类生存和社会发展的基本物质条件，是一种有限的、无可替代的宝贵资源，也是实现经济社会可持续发展的重要保证。近年来，随着工业化进程的加快和经济的迅猛发展，水环境的污染日趋加重，使本来就十分短缺的世界淡水资源更加紧张；水资源的不合理利用，加速了水危机的到来，严重威胁着人类的生存和发展。因此，合理开发利用和保护水资源，节约用水，是 21 世纪人类面临的重要课题之一。





一、小检查大收获

1. 要经常检查家中自来水管路和水龙头，防微杜渐，不要忽视水龙头和水管接头的漏水。

2. 发现漏水，要及时请人或自己动手修理，堵塞流水。

3. 一时修不了的漏水，干脆随时用总节门暂时控制水流。

4. 定期检查抽水马桶、水塔、水池、水龙头或其他水管接头以及墙壁或地下管路有无漏水情形。

5. 在水箱中滴入几滴食用色素，等 20 分钟（要确定这段时间内没人使用马桶），如果有颜色的水流入马桶，就表示水箱在漏水。

6. 将所有水龙头关紧并确定这段时间无人用水而水表仍在动，就表示屋内或地下水管在漏水。

7. 水龙头关紧后仍滴水，要速换橡皮垫。



二、一水多用

1. 洗脸水用后可以洗脚，然后冲厕所。

2. 家中应预备一个收集废水的大桶，它完全可以保证冲刷所需要的水量。

3. 淘米水、煮过面条的水，用来洗碗筷，去油又节水，还可以减少洗洁精的污染。

4. 养鱼的水浇花，能促进花木生长。

5. 可以用洗菜水、洗衣水、洗碗水及洗澡水等废水来浇花、洗车及擦洗地板。

6. 将除湿机收集的水及纯水机、蒸馏水机等净水设备的废水回收再利用。

7. 利用屋顶装置雨水贮留设备，收集雨水作为一般浇花、洗车及冲马桶等替代水源。

8. 机关学校、工厂等可规划中水系统，将生活污水处理至符合一定水质标准，作为花圃浇水、操场洒水、厕所冲洗、消防用水等水资源再利用系统。

9. 游泳池溢水回收过滤再使用，或作为运动场洒水用。



三、洗澡时怎样节约用水

1. 不要将喷头的水自始至终地开着，学会调节冷热水比例。

2. 尽可能先从头到脚淋湿一下，然后关水，全身涂肥皂搓洗，最后一次冲洗干净。不要单独洗头、洗上身、洗下身和脚。

3. 洗澡要专心致志，抓紧时间，不要悠然自得，或边聊边洗。更不要在浴室里和好朋友大打水仗。要记住：时间就是水！

4. 不要利用洗澡的机会“顺便”洗衣服、鞋子。

5. 在澡盆洗澡，要注意：放水不要满， $1/3 \sim 1/4$ 盆足够用了。

6. 淋浴器安装节水龙头，不用太长水管的淋浴器。



四、厕所里也能节水

1. 你如果觉得厕所的水箱过大，可以在水箱里竖放一块砖头或一只装满水的大可乐瓶，以减少每一次的冲水量。但须注意，砖头或可乐瓶放置不要妨碍水箱部件的运动。

2. 防止水箱漏水。因为进水止水橡皮垫不严，灌水不止，水满以后就从溢流孔流走；出水口止水橡皮垫不严，不停流走水，进水管就不停地进水。

3. 用收集的家庭废水冲厕所，可以一水多用，节约