



临安大气自动监测站



城市饮用水源地——里畈水库



临安市环境质量测报中心

城市污水处理池之一



垃圾填埋场



企业污水治理设施



前 言

环境保护与我们日常生活息息相关，创建国家环保模范城市以改善环境质量和促进经济发展为出发点，在促进城市产业结构调整、优化城市功能布局、塑造良好城市形象、提高城市品位、扩大对外开放、提高人民群众生活质量等方面起到积极推动作用，是实施城市可持续发展战略的重要举措。

自 2003 年我市开展“创模”以来，环境保护工作进入一个新的阶段。国家环境保护模范城市标志着一个城市物质文明建设和精神文明建设发展的结果和升华。创建国家环境保护模范城市的过程是一个改善城市环境质量、提升城市品位、优化生活与投资环境、促进我市可持续发展的过程，这对于临安的发展具有十分深远的意义。

编写这本小册子是为了大家更多了解环境保护方面的常识，提升公众环境意识；从而行动起来，积极从自身做起，从小事做起，参与创建国家环境保护模范城市，日益改善我们身边的环境质量，让我们生活更舒适、美好！

临安市创建国家环保模范
城市领导小组办公室

二〇〇六年八月

- ▲ 创建国家环境保护模范城市，实现更快更好发展
- ▲ 创国家环保模范城市，建美好和谐生态家园
- ▲ 创国家环保模范城市，构筑环境友好新临安
- ▲ 创环保模范城市，走科学发展之路
- ▲ 创环保模范城市，享和谐美好生活
- ▲ 创国家环境保护模范城市，使天更蓝、水更清、山更绿
- ▲ 创国家环境保护模范城市，享受高品质生活
- ▲ 环保新临安，绿色新生活
- ▲ 和谐临安，绿色家园
- ▲ 人人参与环保、处处争当模范
- ▲ 从我做起，保护环境，建设美好家园
- ▲ 善待环境就是善待自己
- ▲ “创模”走科学发展之路
- ▲ 环境与生命共存 环保与健康同在
- ▲ 让环保扎根现在 用绿色昭示未来
- ▲ 倡导绿色文明 建设生态临安
- ▲ 绿色环保，呵护我家
- ▲ 创模，共建美丽家园
- ▲ 亮出双手，共创和谐未来

目 录

知晓环保常识 提升环保理念

一、创建国家环保模范城市的意义	1
二、空气污染指数 (API)	2
三、关于噪声	3
四、环保日历	4
五、绿色食品的鉴别	5
六、“白色污染”	6
七、不宜过多使用清洁剂	6
八、远离 POPs 危害的生活小提示	7
九、关注放射性污染	8
十、不要忽视电视机辐射	8
十一、不要把危险物捡回家	8
十二、世界卫生组织公布的全球十大垃圾食物	9
十三、发泡餐具危害大	10
十四、有机食品	10
十五、ISO14000 环境管理系列标准	11
十六、环境标志	11

人人参与“创模” 共建舒适环境

一、蓝天白云，共同关爱	12
二、节水护水，从我做起	14
三、宁静为上，共享和谐	15
四、放好垃圾，变废为宝	15
五、呵护绿色，时尚行动	17

知晓环保常识

提升环保理念

一、创建国家环保模范城市的意义

自全国第四次环保大会召开之后，我国的环境保护工作开始进入一个新的发展时期，按照《中共中央关于加强社会主义精神文明建设若干问题的决议》和《国务院关于环境保护若干问题的决定》，以及《国家环境保护“九五”计划和2010年远景目标》中提出城市环境保护“要建成若干个经济快速发展、环境清洁优美、生态良性循环的示范城市”的要求，国家环保总局决定在全国各城市开展创建国家环境保护模范城市活动。通过这项创建活动，树立一批环境与社会、经济协调发展，环境质量优秀的环境保护模范城市，以此推动我国城市环境保护进程。这对于在我国城市实施可持续发展战略，努力实现三个



根本性转变和促进城市环境保护工作与国际接轨，同时加强精神文明建设，创建文明城市，均具有非常深远的意义。创建国家环保模范城市以改善环境质量和促进经济发展为出发点，在促进城市产业经济结构调整，优化城市功能布局、塑造良好城市形象、提高城市品位、扩大对外开放、提高人民群众生活质量等方面起到了积极推动作用，是我国实施城市可持续发展战略的重要举措。

国家环境保护模范城市的标志是社会文明昌盛，经济快速健康发展，环境质量良好，资源合理利用，生态良性循环，城市优美洁净，基础设施健全，生活舒适便捷，居民健康长寿。

二、空气污染指数 (API)

空气污染指数 (API—Air Pollution Index 的英文缩写) 是一种反映和评价空气质量的方法，将不易理解的污染物浓度简化成单一的概念性数值形式，便于直观表征空气质量状况和空气污染的程度。空气污染指数 (API) 的分级标准为：

一级，API 小于 50，空气质量优，此时空气清洁，应多参加户外活动，呼吸清新空气；

二级，API51—100，空气质量良好，此时对人体无不良影响，可正常进行户外活动；

三级，API101—150，为轻微污染；API151—200，为轻度污染。此时心脏病和呼吸系统疾病的患者应适当减少体力消耗和户外活动，但对健康人无明显影响；

四级，API201—300，为中度污染。此时老年人和心肺病患者应尽量留在室内，健康人也应适当减少户外活动；

五级，API 大于 300，为重污染。此时除特殊需要，应尽量避免留在户外。

三、关于噪声

《中华人民共和国环境噪声污染防治法》把超过国家规定的环境噪声排放标准，并干扰他人正常生活、工作和学习的现象称为环境噪声污染。声音的分贝是声压级单位，记为 dB。用于表示声音的大小。《中华人民共和国城市区域噪声标准》中则明确规定了城市五类区域的环境噪声最高限值：

疗养区、高级别墅区、高级宾馆区，昼间 50dB、夜间 40dB；以居住、文教机关为主的区域，昼间 55dB、夜间 45dB；居住、商业、工业混杂区，昼间 60dB、夜间 50dB；工业区，昼间 65dB、夜间 55dB；城市中的道路交通干线道路、内河航道、铁路主、次干线两侧区域，昼间 70dB、夜间 55dB（夜间指 22 点到次日晨 6 点）。

按照国家标准规定，住宅区的噪音，白天不能超过 50 分贝，夜间应低于 45 分贝，若超过这个标准，便会对人体产生危害。那么，室内环境中的噪声标准是多少呢？国家《城市区或环境噪声测量方法》中第 5 条 4 款规定，在室内进行噪声测量时，室内噪声限值低于所在区域标准值 10dB。



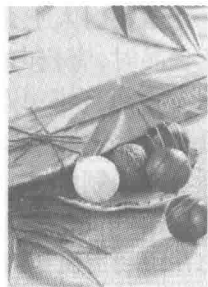
四、环保日历

- 2月2日 国际湿地日
- 3月12日 中国植树节
- 3月22日 世界水日
- 4月22日 世界地球日
- 5月22日 国际生物多样性日
- 5月31日 世界无烟日
- 6月5日 世界环境日

1972年6月5-16日，联合国在斯德哥尔摩召开人类环境会议，来自113个国家的政府代表和民间人士就世界当代环境问题以及保护全球环境战略等问题进行了研讨，制定了《联合国人类环境会议宣言》和109条建议的保护全球环境的“行动计划”，提出了7个共同观点和26项共同原则，以鼓舞和指导世界各国人民保持和改善人类环境，并建议将此次大会的开幕日定为“世界环境日”。

1972年10月，第27届联合国大会通过决议，将6月5日定为“世界环境日”。联合国根据当年的世界主要环境问题及环境热点，有针对性地制定每年的“世界环境日”的主题。联合国系统和各国政府每年都在这一天开展各种活动，宣传保护和改善人类环境的重要性，联合国环境规划署同时发表《环境现状的年度报告书》，召开表彰“全球500佳”国际会议。

- 6月11日 中国人口日
- 6月17日 世界防治荒漠化和干旱日
- 7月11日 世界人口日
- 9月16日 国际保护臭氧层日
- 10月4日 世界动物日
- 10月16日 世界粮食日



五、绿色食品的鉴别

随着物质生活水平的不断提高,人们饮食越来越讲究健康、安全、营养。适应这一消费趋势,绿色食品应运而生。

绿色食品是指遵循可持续发展原则,按照特定的生产方式生产,经专门机构认定,许可使用有绿色食品标志商标的无污染的安全、优质、营养食品。国内市场上现有的绿色食品共分两类:A级和AA级,后者的生产标准比前者相对更为严格。

依据《绿色食品标志管理办法》,对绿色食品主要从两个方面鉴别。首先是查看“绿标”。绿色食品标志是中国绿色食品发展中心在国家工商局注册质量证明商标,用以证明经认定的无污染的安全、优质、营养食品及相关事物。此标志是指“绿色食品”、“Green Food”、绿色食品标志图形及这三者的组合体等4种形式。一般情况下还标明“经中国绿色食品发展中心许可使用绿色食品标志”字样。2001年起认定的“绿标”使用期为一年。

其次是查看产品编号。中国绿色食品发展中心对许可使用绿色食品标志的产品进行统一编号,并颁发绿色食品标志使用证书。编号形式:LB-XX-XXXXXXXXXX。“LB”是绿色食品标志代码,后面的两位数代表产品分类,最后10位数字含义如下:一、二位是批准年度,三、四位是国别(我国为“01”),五、六是省区,七、八、九位是产品序号,最后一位是产品级别(A级为“1”,AA级为“2”)。从序中与中能够辨别出此产品相关信息,同时鉴别出“绿标”是否已过使用期。

据业内人士介绍,消费者在购买绿色食品时,有权向销售方索要绿色食品标志使用证书,以此来确认商品,保护自身权益。同时,绿色食品标志的认定不具有强制性,因此部分与绿色食品生产标准相当的食品仍可以通过其它标志在市场上出售,供消费者自由选择。



六、“白色污染”

“白色污染”主要是指塑料垃圾没有得到妥善管理和处理，对环境造成的“视觉污染”和“潜在危害”两种负面效应。

“视觉污染”是指散落在环境中的塑料废弃物对市容、景观的破坏，如散落在自然环境、铁道两旁、江河湖泊的一次性发泡餐具和漫天飞舞或悬挂枝头的超薄塑料袋，给人们的视觉带来不良刺激。

“潜在危害”是指塑料废弃物进入自然环境后难以降解而带来的长期环境问题，主要包括以下几个方面：

1、塑料地膜废弃物在土壤中大面积残留，长期积累，造成土壤板结，影响农作物吸收养分和水分，导致农作物减产。

2、抛弃在陆地上或水体中的塑料废弃物，被动物当作食物吞食，导致动物死亡。

3、进入生活垃圾中的塑料废弃物质量轻、体积大，很难处理。如果将其填埋会占用大量土地，且长时间难以降解。

七、不宜过多使用清洁剂

清洁剂的种类繁多，除了合成清洁剂外，还有家用除污粉、除垢液、洁厕粉、洗洁精、柔顺剂等，甚至洗发水、牙膏等也包括在内。在日常生活中，它们会不知不觉地进入人体内。例如：通过洗发水进入头皮和脸部；透过衣服进入皮肤；碗碟上的清洁残余液随食物一同被吃进体内；通过牙膏进入口腔以及在使用清洁剂清洗碗碟及地板等物件时进入人的手足皮肤等等。所以说，清洁剂几乎无孔不入。

据专家研究计算所得，一个成年人每天每千克体重吸收大约 1 毫克的清洁剂，这也就是意味着一名体重 60 千克的成年人每天要“吃下”60 毫克的清洁剂。以洗洁精等清洁剂清洗牛奶瓶，婴儿吃这种瓶装牛奶，每天会“吃掉”更多清洁剂。实验结果显示，每天以含有 100 毫克清洁剂的食物喂养实验老鼠，发现它们的细胞壁出现了严重的反常现象，结肠、直肠发生溃疡和炎症，舌头表面变得粗糙及结痂，导致味蕾失去功能。

有关资料表明，长期过多地使用洗涤剂，会损伤人的神经中枢系统，使人智力发育受阻，思维能力、分析能力降低，严重的还会出现精神障碍。清洁剂溅入眼睛，会伤及结膜、角膜，轻则红肿、刺痛，重则影响视力，清洁剂残留在衣服上与皮肤接触，会刺激皮肤发生过敏性皮炎。

八、远离 POPs（持久性有机污染物）危害的生活小提示

1、尽量不食用近海鱼类。特别含脂肪高的鱼类，以小鱼为食物的大型鱼类，体内往往积蓄着高浓度的 POPs。

2、控制食用肥肉和乳制品。禁止食用肉类是不现实的，但控制食用肥肉、乳制品和肝脏，却能起到相当的防御作用。

3、选择聚乙烯包装的食品，不要用塑料容器加热食品。氯化材料薄膜用微波炉加热时可能溶解出有害物质。

4、多吃蔬菜与粗粮。



九、关注放射性污染

今天存在的放射性污染都是人为活动造成的，随着核工业的迅速发展，放射性核素在各个领域被广泛应用，一旦这些人为的放射性核素的辐射水平高于天然本底辐射或国家规定的标准时，就会造成放射性污染。目前，世界上的放射性污染主要来自于核武器试验。

但是，对人体危害最大的放射性污染，并非来自于核武器或核试验，因为这些武器或试验是受到严格控制的，不会轻易对人体造成危害。真正值得人们警惕的，却是那些时刻伴随在人们身边的放射性材料，如医院的X射线、夜光手表、电视机以及建筑材料等等。它们虽然辐射强度很小，但作用于人体的时间长，是会在不知不觉中对人体产生副作用的。



十、不要忽视电视机辐射

电视机在接收信号时，会产生极微量的辐射污染，如果这种辐射连续作用于人体，就会引发一系列生物病变，如头疼、多汗、易疲劳、记忆力衰退等等。因此，看电视时应当和电视机保持一定的距离，一般应为电视屏幕尺寸的5倍以上。尤其是少年儿童和体弱多病的人，应当有节制地看电视。

十一、不要把危险物捡回家

假如你看到一些夜晚能发荧光的放射棒或放射球，这时，你千万不要出于好奇心把它们捡回家，因为它们足以致病、致残或致死。这种放射棒或球是医院或科研单位因工作需要而研制的，一般做工比较精细，又会发荧光，所以很能吸引人。由于管理不善，这些材料可能被随意丢弃，外地曾经就有人误把它当成玩具捡回家玩，结果造成放射性感染不治身亡。

十二、世界卫生组织公布的全球十大垃圾食物

一、油炸类食品

1、导致心血管疾病元凶(油炸淀粉);2、含致癌物质;3、破坏维生素。

二、腌制类食品

1、导致高血压,肾负担过重,导致鼻咽癌;2、影响粘膜系统(对肠胃有害);3、易得溃疡和发炎。

三、加工类肉食品(肉干、肉松、香肠等)

1、含三大致癌物质之一:亚硝酸盐(防腐和显色作用);2、含大量防腐剂(加重肝脏负担)。

四、饼干类食品(不含低温烘烤和全麦饼干)

1、食用香精和色素过多(对肝脏功能造成负担);2、严重破坏维生素;3、热量过多、营养成分低。

五、汽水可乐类食品

1、含磷酸、碳酸,会带走体内大量的钙;2、含糖量过高,喝后有饱胀感,影响正餐。

六、方便类食品(主要指方便面和膨化食品)

1、盐分过高,含防腐剂、香精(损肝);2、只有热量,少有营养。

七、罐头类食品(包括鱼肉类和水果类)

1、破坏维生素,使蛋白质变性;2、热量过多。

八、话梅蜜饯类食品(果脯)

1、含三大致癌物质之一:亚硝酸盐(防腐和显色作用);2、盐分过高,含防腐剂、香精(损肝)。

九、冷冻甜品类食品(冰淇淋、棒冰和各种雪糕)

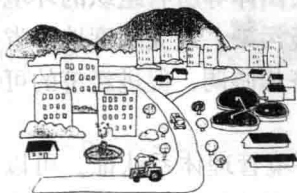
1、含奶油极易引起肥胖;2、含糖量过高影响正餐。

十、烧烤食品

1、含大量“三苯四丙吡”(三大致癌物质之首);
2、1只烤鸡腿=60支烟的毒性;3、导致蛋白质炭化变性(加重肾脏、肝脏负担)。

十三、发泡餐具危害性大

一次性发泡餐具是环保的大敌，这一点人们都已知道，但发泡餐具对人体的巨大危害却不是人人清楚，这是因为使用一次性发泡塑料餐饮具装热食物和热开水过程中，只要温度超过摄氏 65 度，它所含有的双酚类等有毒物质就会析出，浸入食物，



如果在生产发泡餐具的原料中有害物质浓度超标，毒害就更大，会导致生殖机能失常、损害中枢神经系统等问题。而人们泡方便面时一般都用开水，温度远远超过 65 度。

十四、有机食品

有机食品是国际上通用的一个名称。带有有机食品标志的产品要求是一种纯天然、无污染、高品质的食品，必须符合下列要求：

- 1、原产地无任何污染；
- 2、生产过程中不使用任何化学合成的农药、肥料和生长素等。
- 3、加工过程中不使用任何防腐剂、添加剂、人工色素，也不用有机溶剂提取等；
- 4、贮藏、运输过程中没有受到任何污染；
- 5、食品符合国家食品卫生法行业质量标准；

一句话，有机食品是从种植开始到人们吃到嘴里整个过程无污染。食用有机食品，有益于身体健康。



十五、ISO14000 环境管理系列标准

ISO14000 环境管理系列标准是由国际标准化组织 (ISO) 继 ISO9000 质量管理系列标准之后推出的又一个管理系列标准。

ISO14000 环境管理系列标准追求的目标是，试图通过实施这一系列标准，规范全球企业和社会团体等所有组织的环境行为，减少人类各项活动所造成的环境污染，最大限度地节省资源，改善环境质量，保持环境与经济相协调，促进经济的可持续发展，保障全球环境安全。

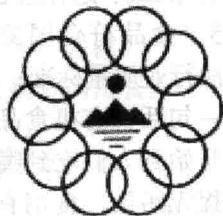
企业或社会团体经过 ISO14000 环境管理体系认证，可以保证生产产品从原料到成品全过程控制符合国际环境保护标准要求，可以避免“绿色壁垒”的贸易风险，增加在国际市场上的竞争能力。

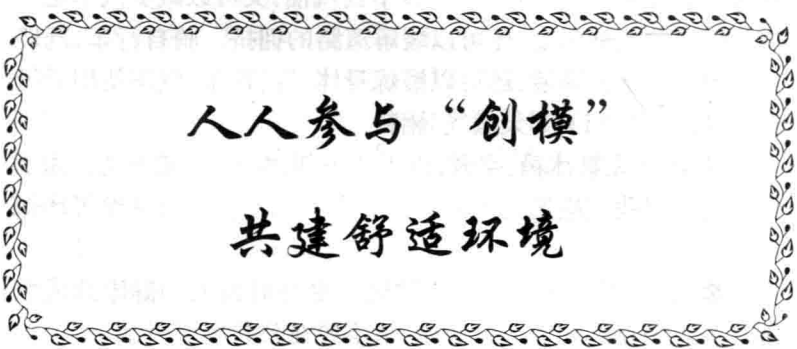
十六、环境标志

环境标志又称生态标志、绿色标志，20 世纪 70 年代随着环保的宣传，西方国家的公众在选购商品时，有意识地选购一些有益于环保的产品。为了保护消费者保护环境的积极性，一些国家政府就推出由政府批准的一种标志为环境标志，以引导市场向有益于环境保护方面发展。

德国于 1978 年开始第一个使用“蓝色天使”环境标志，1985 年加拿大、日本开始使用环境标志。

1992 年 8 月，我国政府正式颁布中国的环境标志。目前，世界上已有 20 多个国家使用环境标志。





人人参与“创模”

共建舒适环境

一、蓝天白云，共同关爱

● 节约用电。电给人们带来了方便，可是发电是以消耗大量的环境资源为代价换取而来的。水利发电设施改变了江河的生态环境；核电站会产生核废料；火力发电燃煤会产生大量的有害气体和粉尘；这些均危害着人体的健康。据统计，消耗1度电相对电厂需要燃烧330—400克煤，排放约1千克的二氧化碳和30克的二氧化硫。因此，我们应时时处处节约用电，减少二氧化碳和二氧化硫气体的排放量，减轻大气污染的程度。节约用电，随手关灯。选用优质节能灯，支持绿色照明工程。注意随手关掉不用的灯和电器，不开长明灯，白天尽量利用自然光。尽量少用空调、吸尘器等家用电器。

● 不要燃烧散煤，尽量用电或气；为使厨房里的空气清新，请安装脱排油烟机。

● 外出多乘公共汽车或骑自行车；汽车给我们的生活带来了方便，但汽车尾气会造成城市的大气污染。日益增加的汽车，还会造成城市交通拥堵，这些都直接困扰着我们的生活。最简单