



绿色生活——家庭篇

回收再利用

回收所有你不能减少或重复利用的东西。到相关部门或单位咨询可以回收再利用的地点和物品。

关掉开关

使用完电视、录像机、音响和电脑，请关掉开关——即使处于待机状态，这些电器仍然会耗电。关掉电源可以有效阻止录像机、电视、DVD 机的待机耗电；你可以马上行动，切断三个电器的电源。节电的另一个小窍门：不用手机充电器的时候，请不要将其插在电源上。

节省纸张

全世界每天要使用 100 万吨纸。使用太多的纸张是不必要的，会造成浪费，也给环境带来巨大的压力。

享受阳光

在屋顶上安装大小适当的太阳能电池板，让你的家成为清洁发电所。用这个另类能源产生的电力可以迅速弥补安装成本。除此之外，光电池或者小型风力发电也可以作为一个选择。

盖房子？装修？

选择一个有设计绿色建筑经验的设计师。现在，能效最高的建筑可以比一般建筑节省高达 75% 的能源，这将给你省了一大笔费用。记住，在开始建造时就选择高能效比后来重装设备要简单的多。寻找相关建筑标准和环保建筑的最优方法。

使你的房子更加御寒

让你的门窗隔热。气流同样可以通过地板和壁脚板的缝隙，冬天的热气就是这样跑掉的。用报纸、胎圈或者是密封剂将这些缝隙堵住，防止热量散失。确定你的墙壁和屋顶是绝热的。安装双层玻璃让你的房间更加暖和。记住在傍晚时拉上窗帘，以防止更多的热气从窗户跑掉。

不要将热气吹跑

离开浴室的时候请关掉排风扇，如果任凭它们开着，这些风扇将吹走整屋的热气。

安全涂料

如果你要重新粉刷房子，请用乳胶漆代替油质涂料。在烘干时，乳胶漆释放的有害气味要远远小于油质涂料。

节约用水

公共供水系统在净化水源并且运送到每家每户的过程中需要耗费大量的能源。节约用水，尤其是热水，可以减少温室气体排放。

把它关掉

在刮胡子、刷牙或者洗菜的时候，请不要让水一直流。将洗菜的水重复利用给植物浇水。

修好漏水的水龙头

一个每分钟漏 45 滴水的水龙头一个月将浪费 1000 升水，相当于一年洗 10 次澡。修好漏水的水龙头，确定它们都已关紧。



缩短洗澡时间

如果可以，用短时间的淋浴代替盆浴。保证水温调节器将温度控制在 60°C 以下。淋浴使用更少的水也就是更少的能量被用来烧水。节水、低流量的淋浴喷头可以节约一半的水（5-7 升每分钟，而不是 10-18 升每分钟；10 年将节约 70000 升水）

冲水小窍门

使用双键按钮的冲水马桶可以节约用水。

节约洗衣用水

当积累到一定数量时在用洗衣机或洗碗机。使用可以低温洗涤的生物可分解洗衣粉，选择节水程序。研究表明，在 30°C 的情况下洗衣服，可以比在 40°C 平均减少 40% 的能量能源。

将其挂在外烘干

传统的衣服烘干机十分耗电。所谓的“冷凝”模式——不用排气管烘干——会消耗更多的能源。如果可以的话，把你的衣服晾在外边，让新鲜空气将其吹干。如果不可以，确保你的烘干机适度旋转，缩短烘干时间。旋转烘干的能量耗费仅为加热的 1/20。

购买节能电器

如果你要买洗衣机，冰箱、洗碗机或者烤箱，请购买你能支付的最佳高效节能型号。这些产品虽然价格较高，但是会减少你的用电负担。

让你的烧水壶保护环境

当你烧水时，热水量能够满足你的需要即可。这样烧水会更加快捷、更加省电。

关灯

这个都不用动脑筋。在你不需要的时候请关灯——这可以节能……同时也减少电费。

使用节能灯

用小型荧光灯替代你的日常用灯。虽然荧光灯价格更高，但是提供相同强度的光，荧光灯的耗电只有普通灯的 25%。它们可以帮你节省未来 80% 的电费，并且寿命会延长 8 倍。

让你的灯为你工作

最近你有没有关注过你的电灯？灵活利用反射灯和方向灯可以节省 50% 的耗电花费，并且提高屋内的整体亮度。

保持“凉爽”

随手关上冰箱门，定期除冰，把冰箱设定在合适的温度。确保冰箱门的密封条是不透气的。有一种方法可以检验冰箱门是否密封：把一张纸夹在门缝，如果可以将纸很容易地抽出来，那么铰链就应该进行调整，或者要换密封条。

调低温度

调低供暖系统的设定温度可以节约能源。有时候，多加一件外套取暖更加有效，同时还能帮你省下供暖费用。恒温器每降低 1°C，你每年可以节省超过 10% 的取暖费。



穿个外套

给你的热水槽穿上个隔热外套——只需花一点钱，就可以起到保温作用，几个月之后你就能收回你的成本。

维护设备

维护你的暖气和空调，既提高效率又能够减少燃料费。应该定期清理或换置覆满尘土的空调过滤网。

现在就行动起来，保护环境——保护森林，节省纸张，节省资金

世界上很多地方的纸张使用量都在上升。产量的扩大和过度使用造纸木材威胁到了仅有的几片原始森林，以及依赖于原始森林生活的人们和野生动物。世界对纸张的需求现住地加速了气候变化。

打印前请三思，双面使用、重复利用、回收利用

简单的行动可以对环境作出巨大的贡献。按照 WWF 的建议有效用纸可以帮助拯救地球，减少你的碳足迹，同时可以节省资金。

遵循黄金法则：打印前，请三思

按下打印按钮非常地简单……也很浪费。所以，下次打印之前，要问问自己节约用纸的黄金法则：我真的需要打印这个吗？

双面用纸

这个简单的方法可以减少你一半的用纸数量。将你的打印机和复印机直接设定为双面打印。只有在必要的时候再用单面打印。

不要打印只有一行的邮件或者不必要的文件

再一次提醒您，要遵循黄金法则，问问自己是否真的需要打印。

使用高科技

电子邮件、网络、企业内部互联网和文件扫描仪可以从根本上减少纸张的使用数量，同时可以节省你的时间和钱。

让你的纸张再利用，利用再生纸张

将用过的纸张收集起来，用在可以再次使用的地方（打印在单面纸的背面，或者用来做笔记）。如果你要再购买纸张，请选择再生纸。