

编者按

绿色是生命的象征、大自然的底色,更是美好生活的基石、人民群众的期盼。中国正走进建设生态文明的新时代,绿色发展将“点亮”每个人的新生活。党的十九大报告明确提出:倡导简约适度、绿色低碳的生活方式,反对奢侈浪费和不合理消费,开展创建节约型机关、绿色家庭、绿色学校、绿色社区和绿色出行等行动。

2019年世界环境日主题是“蓝天保卫战,我是行动者”,旨在减少能源消耗和污染物排放,自觉践行绿色生产方式和生活方式,共同建设美丽中国。家庭是社会的细胞,在家庭中倡导绿色的生活方式是祖国大家庭中每个人的责任。我们倡导:从生活中的点点滴滴做起,遵循绿色生活方式,养成勤俭节约的好习惯,减少污染物排放,为社会节约能源,积极参与社区节能环保建设,用自己的实际行动美化、绿化居住环境。

低碳环保“点亮”新生活

践行环保生活 绿色家庭作榜样

绿色环保生活方式指以通过倡导居民使用绿色产品,倡导民众参与绿色志愿服务,引导民众树立绿色增长、共建共享的理念,使绿色消费、绿色居住成为人们的自觉行动,让人们在充分享受绿色发展所带来的便利和舒适的同时,履行好应尽的可持续发展责任的方法,实现广大人民按自然、环保、节俭、健康的生活方式。那么,绿色环保生活方式有哪些呢?

绿色生活,让家更美。家庭要坚持勤俭节约,从现在做起,从点滴小事做起,一些习以为常的生活细节,常常造成能源的惊人浪费。仅以水为例:一个关不紧的水龙头,一个月可以流掉1至6立方米水;一个漏水的马桶,一个月要流掉3至25立

方米水;一座城市如果有60万个水龙头关不紧,20万个马桶漏水,一年可损失上亿立方米的水。因此,掌握一些节能环保小常识是十分必要的。比如,使用节能电器,少用空调多开窗,电器使用后完全关闭电源,使用节水型洁具,循环用水。坚持低碳消费,使用布袋购物,尽量不用塑料袋,选用绿色产品和简单包装的商品,少用一次性产品,减少白色垃圾污染。坚持垃圾分类,提高垃圾的资源价值和经济效益,力争物尽其用,提高废物利用率,减少垃圾的制造和原材料的消耗。坚持绿化家园,多植树、多栽花、多种绿,美化家园、绿化庭院。还有两项在家庭中消耗最高的水和电,在这里记者总结了节水节电的小窍门——

节能小窍门

用节能灯替代普通白炽灯可节电70%至80%,而且,节能灯的寿命是普通白炽灯的6倍以上。电器不使用时应切断电源,避免遥控开关、持续数字显示、唤醒等功能电路待机耗能,这约占家庭用电量的10%,如同昼夜常开一盏15瓦到30瓦灯。如果每天使用热水器,不要经常切断电源;如果3至5天或更长时间才使用一次,则用后断电是更为节能的做法。食物应先冷却降温再放入冰箱;冰箱内不要塞满食物,储藏量以八分满为宜;减少冰箱门开关次数及时间,每次开一次冰箱门,压缩机需多运转十分钟才能恢复低温状态;冰箱内的温度调节挡应适中,不宜设成强冷。家用电热饮水机长时间保温耗电较多,用传统的真空瓶胆保温瓶省电、保温效果好。去除电水壶中电热管上的水垢,可提高加热效率,不仅省电而且能延长水壶的使用寿命。把洗好的米放在锅里浸30分钟,再

用温水或热水煮,能省电30%。煮同量的米饭,700瓦的电饭煲比500瓦的电饭煲更省电省时。焖饭比蒸饭更省电,且味道更好,通常蒸饭所用时间是焖饭的1至3倍。保持电饭锅电热盘的清洁,增强导热性能,可减少耗电量。在用微波炉加工的食品上加盖子,水分不易蒸发,省电味道又好。洗衣机“弱洗”比“强洗”省电,且“强洗”可延长电机寿命;洗衣后脱水2分钟之内即可,衣物在转速为每分钟1680转的情况下脱水1分钟,脱水率就可达55%,通过延长时间来提高脱水效果并不明显。充分利用室内受光面的反射性能,能有效提高光的利用率以节电。选购调温型电熨斗升温快,达到设定温度后又恒温,较省电。冬季的空调温度调至18度或以下,夏季的空调温度调至26度或以上,可以降低10%至15%的电力负荷,减少耗电量。及时清除吸尘器过滤袋中的灰尘,可减少气流阻力,降低耗电。

节水金点子

将老式旋转式水龙头换为节水龙头,灵敏控制开关可缩短水流时间,节省水流量。选用可选择冲水量或者水箱容量≤6升的节水型坐便器,或在水箱内放置装满水的可乐瓶或砖头,可减少冲水量。洗衣机漂洗的水可用来拖地、洗拖把或冲厕所。集中洗涤衣物,少量小件衣物可手洗;使用适量无磷低泡洗衣粉,可减少漂洗次数及对水质的污染程度;将脏衣物浸泡约15分钟后再洗涤;按衣物的种类、质地和重量设定水位,按脏污程度设定洗涤时间和漂洗次数,既省电又节水。自己动手洗爱车,一般一桶水就够了,并且可以用家中积攒的废水来洗。家中备污水桶,将各种洗涤废水积攒起来用于冲洗厕所。洗澡水可用于拖地、冲厕所。

做文明人 共创“绿色出行”新环境

当前,随着机动车的快速增长,市区环境压力越来越大。特别是秋冬季来临,进入雾霾高发期,环境保护工作更为紧迫。而低碳生活、绿色出行,能有效地减少机动车尾气排放,持续提升空气质量,营造天蓝、地绿、水清的城市环境。

低碳生活无处不在,绿色出行人人可行。我们号召广大市民增强低碳意识,树立低碳理念,积极投身到“绿色出行”宣传活动中,大力宣传“绿色出行”的重要意义,推广“绿色出行”方式,让“绿色出行”理念内化于心、外化于行,带动更多的人参与进来,使“绿色出行”成为文明新风尚。

绿色出行,重在行动。市民在日常生活中秉承“能走不骑,能骑不坐,能坐不开”的出行理念,出行时,优先采用乘坐公共汽车、骑

自行车、步行等绿色低碳方式,自觉推行“135”出行方式,即1公里以内步行,3公里以内骑自行车,5公里以内乘坐公共交通工具,有效减轻交通压力,最大限度减少机动车尾气排放。公职人员要做好“绿色出行”的榜样,把更多的方便让给群众。人人争做文明人,共创“绿色出行”环境。文明城市文明建,希望广大市民自觉遵守城市交通秩序,文明出行、“绿色出行”,配合公安交警、城市管理等部门指引,做好自行车规范停放,杜绝乱停乱放,共同营造畅通、安全、环保、有序的城市公共环境。

为了城市更加美好、人民生活更加幸福,让我们立即行动起来,从自己做起、从现在做起,倡导低碳生活,推行“绿色出行”,让辽阔的天更蓝、地更绿、水更清。

参加公益活动 做城市环境建设者

环保公益活动对家庭、对社会都有着极其重要的意义,就是要通过丰富多彩的环保活动增强环保意识,培养志愿者养成环保习惯,并以此带动相关群众、群体环保,从而影响整个社会公民共同环保,从身边做起,抵制环境污染,节约能源,爱护绿色环境。向广大群众广泛宣传节能减排、生态环保理念和知识,引导人们从小事做起、从自身做起,增强了群众爱护环境、爱护生态的自觉性。号召大家一起节能减排,一起爱护环境,同时,推动建立健全环境爱护协调机制,深入开展环境爱护宣传教育。提高当代青少年的使命感和义务感,唤醒人们爱护环境的意识。让环保的思想深入每一个人的心中。

所以,希望每个家庭成员都积极地参加环保公益活动,为环境保护、城乡文明作出积极贡献。积极参加交通志愿引导活

动,宣传交通法规,劝阻不文明行为,共同体验清洁、畅通、高效、健康的生活。积极参加全民义务植树活动,关心爱护绿色生命,爱护花草树木,珍惜保护身边的绿化成果,形成“植绿、护绿、爱绿、兴绿”的社会共识。积极参加生态环保志愿服务活动,敢于同破坏生态环境的行为作斗争,对浪费资源、污染环境的现象主动监督,保护好我们的生存环境,让绿色成为辽源发展的底色。

正所谓,“积水成流,积木成林”。改善生存环境,提升生活品质,合理使用资源、践行绿色生活是全社会的共同责任。希望广大家庭主动加入到绿色生活的行列中来,让绿色理念渗透到我们生活的各个层面,让绿色生活方式成为每个家庭的自觉选择,让我们以实际行动为大运城市建设增添一份新绿,描绘一笔华彩,共同为打赢“蓝天保卫战”作出家庭的贡献。

本版稿件由本报记者 祝琪秀 采访
本版策划 戚凯慧

树环保理念 每个人都是宣传员

让家庭在绿色生活活动中当好主角。每个家庭都要发动起来,践行简约适度、绿色低碳的生活方式,从小处入手,从一点一滴做起,节约用水、随手关灯,垃圾分类,废物利用,控制超前消费,抵制不良贷款,养成勤俭节约的好习惯。家长要为孩子做好示范榜样,让家庭在践行绿色生活方式中唱主角,积极参与节能环保建设,用自己的实际行动争创绿色家庭;让学校成为绿色家庭创建主阵地。践行绿色生活方式统筹整合,让绿色家庭创建成为全社会共同责任。希望人人树立“绿水青山就是金山银山”的理念意识,树立“保护环境人人有责”的责任意识,树立“绿色发展人人担当”的担当意识,积极践行勤俭节约、适度消费、绿色出行、健康文明的生活方式和消费模式,把绿色价值观内化于心、外化于行,根植于每个家庭。

广大家庭成员要强化环保意识,关心环境问题、学习环保知识,把环保行为视为个人文明修养的组成部分,从思想上树立起绿色生活的理念;要广泛宣传生态环保知识,倡导文明消费、绿色消费、低碳消费,让绿色理念渗透到生活的各个层面;要自觉遵守社会公德,维护公共环境,用热情

去传播环保理念,用勇气去改变生活习惯,让地球生机勃勃,让家园绿意融融,形成人与自然互助、文明与环境和谐的生动局面。树立资源循环利用意识。力争做到“一物多用”;购物时少用塑料袋;分类保存和回收处理废纸、饮料瓶、电池等废弃物,促进生活节能环保、绿色低碳。

积极投身节能环保、绿色低碳行动,争当节能环保、绿色低碳的宣传员,用我们的身体力行让家庭行动起来,让社会行动起来,带动身边的同事、朋友、家人自觉节约能源,人人争当节能环保、绿色低碳卫士,为全社会节能环保、绿色低碳行动作出表率。

节约是美德、节约是品质、节约是形象、节约是责任,让我们积极行动起来,为节能环保、绿色低碳出一份力、尽一份责,共同参与节能环保、绿色低碳行动,共建碧水蓝天,为建设资源节约型和环境友好型社会作出积极的贡献,让生态美起来、环境靓起来!增强忧患意识,自觉肩负起节能环保、绿色低碳的社会责任,广泛发动身边的每一个人积极参与节能环保知识,倡导文明消费、绿色消费、低碳消费,让绿色理念渗透到生活的各个层面;要自觉遵守社会公德,维护公共环境,用热情

生活中的环保小常识

少用洗洁精,大部分洗涤剂是化学产品,会污染水源。洗餐具时如果油腻过多,可先将残余的油膜倒掉,再用热面汤或热肥皂水等清洗,这样就不会让油污过多地排入下水管道了。有重油污的厨房用具也可以用苏打加热水来清洗。少用快餐盒、纸杯、纸盘等,尤其要少用一次快筷子。充分利用白纸,尽量使用再生纸,用过一面的纸可以翻过来做草稿纸、便条纸。拒绝接受那些随处散发的宣传物,制造这些宣传物既会大量浪费纸张,又会因为随分发、张贴而破坏市容卫生。再生纸是用回收的废纸生产的。一吨废纸=800千克再生纸=17棵大树。选无磷洗衣粉,含磷洗衣粉进入水源后,会引起水中藻类疯长,水中含氧量下降,水中生物因缺氧而死亡。水体也由此成为死水、臭水。用充电电池,我们日常使用的电池是靠化学作用,通

俗地讲就是靠腐蚀作用产生电能的。当其被废弃在自然界时,这些物质便慢慢从电池中溢出,进入土壤或水源,再通过农作物进入人的食物链。用完的干电池攒到30公斤后,可联系当地垃圾回收中心回收。

拒绝过度包装。不少商品如化妆品、保健品的包装费已占到成本的30%至50%。过度包装加重了消费者的经济负担,增加了垃圾量污染了环境,购物用布袋、买菜用菜篮,避免使用一次性塑料袋,减少白色污染。垃圾分类不乱扔,在垃圾中,约50%是生物性有机物,约30%至40%具有可回收再利用价值。使用“绿色电器”可减少辐射和噪音污染。淘米水切勿随意倒掉,可用来浇花、洗脸或洗碗,肥力、去污力温和,又不污染水质。带宠物外出时,携带处理宠物粪便的用具。