



垃圾减量十八招（精简版）

东西不用就扔了不仅浪费材料和能源，还对环境造成污染、导致气候变化。减少垃圾既省钱又有益于环境。

1. 明智购物

避免使用一次性用品，选用能反复使用、可回收、可修补的耐用产品。

2. 回收利用

了解当地回收哪些物品，通常可回收物资包括纸张、纸板、铝罐、玻璃、废旧金属、废旧电池、瓶子、泡沫塑料等。

3. 使用充电电池

购买充电电池及充电器，不仅可减少有害垃圾、节约原材料，长期下来还能省钱。

4. 不买瓶装水

在家配备饮用水过滤器，并使用可重复使用的水杯，避免购买瓶装水可以大量减少城市垃圾填埋量。

5. 用有机食材烹饪

选用当地生产的食材在家做饭，避免使用包装好的半成品，这样不仅减少垃圾，还更营养。

6. 捐赠闲置物品

把家中保存较好的闲置物品送到当地的二手店、旧货市场或是慈善机构。

7. 自带餐具

为满足中国对一次性筷子的需求，每24小时就要砍掉100英亩（607亩）森林。所以，出门就餐请自带餐具，杜绝使用一次性餐具。

8. 选购散装地产蔬菜瓜果

购买瓜果蔬菜请选择散装的本地产品，避免包装精良、经长途运输的外地产品。

9. 勿用塑料袋

城市填埋垃圾中很大一部分是塑料袋。所以，购物时请自带可重复使用的布袋。

10. 双面打印

在必要的时候才打印，并选择双面打印。

11. 厨余垃圾堆肥

别把食物残渣倒掉，可以用它们来堆制肥料，给花草施肥。

12. 减少包装

减少包装最简单的办法就是减少消费，购买你真正需要的产品，并尽可能选择最少包装的产品。

13. 电子缴费

设置电子银行自动缴费，缴纳水、电、气的费用甚至保险费，并让银行把电子发票发到你的电子邮箱。

14. 公众教育

帮助同事、邻里及学校了解当地关于垃圾处理的信息。

15. 志愿清洁工

志愿清洁大街小巷。即便每个人随手捡起地上的一片垃圾，也能为城市环境带来极大不同。

16. 可升级的电脑及电子产品

与其为赶潮流购买一台新电脑，不如简单升级旧电脑的某些固件。正确处理电脑、手机等电子垃圾。

17. 减少有毒垃圾

使用不含化学成分的天然产品代替有毒的化学合成家居产品，可以减少有毒有害垃圾。

18. 避免使用纸巾

不使用纸巾，改用小毛巾或是手绢。

联系我们：



加拿大和谐基金会

PO Box 50022

Unit 15 - 1594 Fairfield Road

Victoria, BC, Canada V8S 1G1

Email: harmony@islandnet.com

<http://www.harmonyfdn.ca>

社区参与行动服务中心

Tel : 010-64214192

Fax : 010-84253541-603

Email: team@ssca.org.cn

<http://www.ssca.org.cn>

诚谢以下资助方：



Canadian International
Development Agency

Agence canadienne de
développement international

Canada

