作為環保風紀，您可以帶領和啟發同學在日常生活中採取綠色和低碳生活方式。邁向綠色未來的第一步就是仔細檢視您自己的個人習慣，找出並改善自己可以減少碳足跡的範疇。

**檢視一下您在過去一個月內的環保行為，並完成下面的自評清單。**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 已達成: | “ Y ” | 還未達成:  | “ N ” |
| 部分達成:  | “/” | 不適用:  | “ NA ” |

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **自評日期****項目** | /11 | /12 | /1 | /2 | /3 | /4 | /5 |
| **衣** | 1. 儲存足夠衣物才開洗衣機。
 |  |  |  |  |  |  |  |
| 1. 在太陽下晾乾衣物。
 |  |  |  |  |  |  |  |
| 1. 手洗衣服代替洗衣機。
 |  |  |  |  |  |  |  |
| 1. 三思而後買新衣服。
 |  |  |  |  |  |  |  |
| 1. 購買防皺衣服以減少熨燙。
 |  |  |  |  |  |  |  |
| 1. 把不需要的衣物捐贈予有需要人士或慈善機構。
 |  |  |  |  |  |  |  |
| **食** | 1. 選購沒有包裝或只有簡約包裝的食物。
 |  |  |  |  |  |  |  |
| 1. 避免使用一次性即棄容器及餐具。
 |  |  |  |  |  |  |  |
| 1. 將熱的食物冷卻至室溫後才放入雪櫃。
 |  |  |  |  |  |  |  |
| 1. 多吃水果、蔬菜、植物性或有機食物。
 |  |  |  |  |  |  |  |
| 1. 避免浪費食物。
 |  |  |  |  |  |  |  |
| **住** | 1. 自備環保購物袋。
 |  |  |  |  |  |  |  |
| 1. 避免購買不必要的物品並選購較耐用的貨品。
 |  |  |  |  |  |  |  |
| 1. 簡約包裝及減少使用禮物包裝。
 |  |  |  |  |  |  |  |
| 1. 關掉不需使用的電燈及電器。
 |  |  |  |  |  |  |  |
| 1. 不要把電器置於備用狀態。
 |  |  |  |  |  |  |  |
| 1. 穿簡約衣服、開窗和使用風扇替代冷氣機。
 |  |  |  |  |  |  |  |
| 1. 設定冷氣溫度於攝氏24-26度。
 |  |  |  |  |  |  |  |
| 1. 當冷氣機開啟時，關閉門窗，並使用窗簾或百葉簾遮擋陽光。
 |  |  |  |  |  |  |  |
| 1. 盡量調低熱水爐水溫，尤其是在夏天。
 |  |  |  |  |  |  |  |
| 1. 用完熱水爐後即時關掉。
 |  |  |  |  |  |  |  |
| **自評日期****項目** | /11 | /12 | /1 | /2 | /3 | /4 | /5 |
| **住** | 1. 縮短淋浴時間。
 |  |  |  |  |  |  |  |
| 1. 刷牙或使用肥皂洗手時，關掉水龍頭。
 |  |  |  |  |  |  |  |
| 1. 源頭減廢。
 |  |  |  |  |  |  |  |
| 1. 將不適用的禮物送給有關團體，轉送給有需要的人。
 |  |  |  |  |  |  |  |
| 1. 支持乾淨回收。
 |  |  |  |  |  |  |  |
| **行** | 1. 使用樓梯，減少使用升降機。
 |  |  |  |  |  |  |  |
| 1. 步行或使用公共運輸工具。
 |  |  |  |  |  |  |  |

**小小的改變最終也能產生巨大的影響！**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **A cartoon character with hands and text  Description automatically generated with medium confidence**>22 「已達成」項目 | 14-22 「已達成」項目 | **A cartoon character with hands and text  Description automatically generated with medium confidence**<14 「已達成」項目 |