



綠色校園計劃

惜福、惜源、惜食



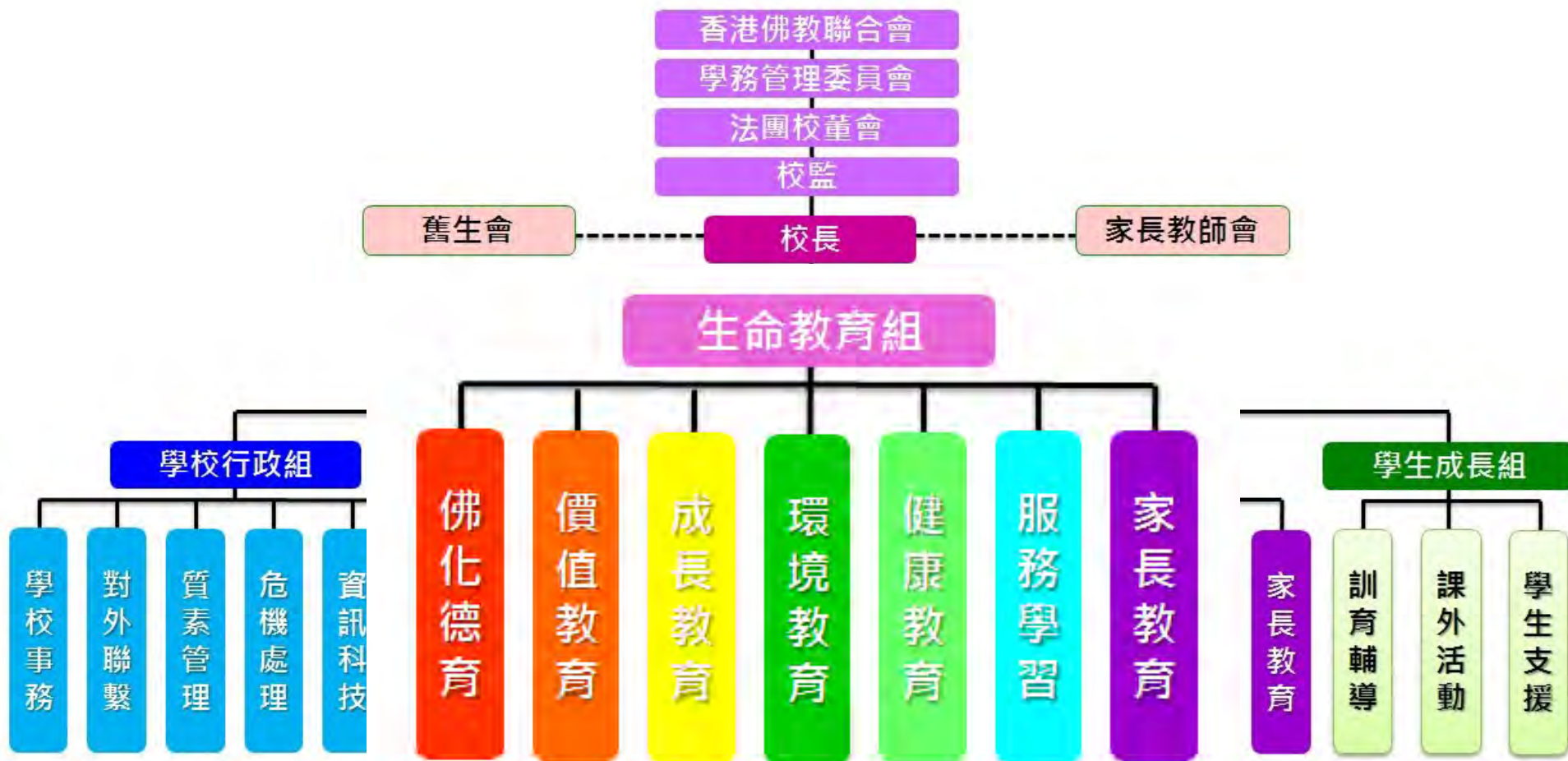
環保政策

環保課程

「惜福、惜源、惜食」

健康飲食

教育宣傳





各類與綠色校園計劃有關的政策

佛教黃焯菴小學 學校環境政策

1 理念

- 1.1 學校制定環保政策，讓每個成員，包括管理層、全體教職員、學生、家長攜手合作，採取各種善用資源的措施，避免浪費，並將環保信息融入生活中，推廣環保教育。

2 目的

- 2.1 以環保4R原則(Reduce 減少使用、Reuse 重複使用、Recycle 循環再造、Replace 替代使用)作為綱領，透過身體力行，加強師生的環保意識，在校園實踐綠色生活。此外，同時配合世界環境日每年的不同主題，讓學生實踐環保低碳生活。

3 政策內容

3.1 節約用電

- 3.1.1 提醒最後一位離開課室 / 教員室的學生 / 員工應關掉空調、電燈及其他電器。
3.1.2 選擇最適合房間大小的冷凍能力的冷氣機型號。
3.1.3 定期清洗冷氣機及隔塵網。
3.1.4 使用冷氣機時，應關閉門窗，以避免熱空氣滲入。
3.1.5 房間的冷氣設備應在房間使用前 15 分鐘才開動。
3.1.6 在課室貼上溫馨提示，提醒員工關掉電源或節約能源。
3.1.7 天氣低於攝氏 25.5°C 時，不開空調。
3.1.8 26°C 至 29°C 開一部冷氣機；29°C 以上開兩部冷氣機。

3.2 節約用水

- 3.2.1 用完水後，注意關好水喉。
3.2.2 貼上告示，提醒員工及學生節約用水。
3.2.3 採用自動關閉式水龍頭。

3.3 節約用紙

- 3.3.1 利用環保紙起稿。
3.3.2 使用雙面印刷及盡量減少影印數目。
3.3.3 利用回收之單面紙作初稿影印或打印。
3.3.4 使用可重用的信封。
3.3.5 勿使用信封處理非機密文件。
3.3.6 利用電子郵件進行通訊及傳遞訊息。
3.3.7 多用電子檔案形式儲存和發放文件及學校資料。

佛教黃焯菴小學 健康飲食政策

政策聲明：

本校致力向學生、教職員及家長持續推廣健康飲食的重要性，建立一個健康飲食的環境，鼓勵他們養成良好飲食習慣，並在生活中實踐。

本校將執行下列措施以落實上述政策聲明。

1 行政措施：

- 1.1 學校委任最少一名專責人員統籌一個包括家長的委員會或小組，協助制定及執行健康飲食政策。
1.2 每學年向教職員、家長和學生通告學校健康飲食政策及各項措施。
1.3 每學年檢視和修訂學校健康飲食政策及各項措施的執行情況。
1.4 向負責健康飲食在校園的老師提供支援，以便有充分的時間籌備活動及參與相關的培訓。

2 午膳

- 2.1 選擇午膳供應商時，需優先考慮午膳餐食的营养素質，具體方法是參考《選擇學校午膳供應商手冊》。
2.2 與午膳供應商所簽訂的合約中，必須訂明所有餐食根據衛生署編製的《學生午膳營養指引》(最新版)製作。
2.3 每月向學生和家長公佈菜單前，學校需事先檢視菜單，確保不含「強烈不鼓勵供應的食品」和「不供應甜品的餐飲」。
2.4 每月向學生和家長公佈已核准的菜單，包括營養資料，讓他們在知情的情況下作出選擇。
2.5 每月選一週連續五個上課天監察所有午膳餐食是否符合《學生午膳營養指引》(最新版)，可利用或參考衛生署提供的「學校午膳營養素質評估及回應表」作出記錄，向午膳供應商反映監察的結果，要求作出改善。該記錄應保存直至午膳供應商合約完結。
2.6 鼓勵帶飯同學的家長參考《學生午膳營養指引》(最新版)製作餐食，強調午膳提供最少一份蔬菜、不含「強烈不鼓勵供應的食品」，例如油炸食物或鹹蛋、鹹魚等及不供應甜品。
2.7 如發現學生自攜的午膳不符合健康飲食的政策，學校將採取與家長協定的措施處理。
2.8 提供舒適的環境及充裕的時間給學生及教職員進食。
2.9 推廣吃水果的習慣，與午膳供應商及家長擬定水果供應的安排(學生自行攜帶/午膳供應商提供)，令學生在校內每天食用最少半份水果。

3 小食(包括食物和飲料)

- 3.1 鼓勵家長參考《學生小食營養指引》(最新版)，切勿提供「少選為佳」的食物和飲料，例如薯片、朱古力、牛油曲奇等高油、鹽、糖的食物，家長可預備新鮮水果、

量度廚餘指引

1. 目的

✦ 環境保護署致力推動學校環保午餐。鼓勵學校實行現場派飯，使用可重用餐具及器皿，以減少廚餘及即棄飯盒的數目。除了在校園一處集中地點實行現場派發飯盒外，學校可因應校園的實際環境及條件，實行其他可行的環保午膳措施(如按年級在課室各樓層彈性分派食物量或按需要分發不同份量之飯盒等)。

✦ 學校應在實行這些環保午膳措施前及實行後，量度及記錄學生在午膳產生之廚餘量，以了解所實施的午膳模式在減廢方面之成效。學校可根據收集所得的數據，持續監察廚餘量及檢討學校減少廚餘的目標，有助學校制定及推行各項惜食減廢的措施。

✦ 學校可透過午膳供應商或自行安排人手收集廚餘數據，更可委派學生擔任廚餘大使協助量度廚餘量及推廣減廢訊息。

✦ 倘若學校尚未開始實行任何環保午膳措施，亦可參考本指引內產生食物量及廚餘量的步驟，初步了解學校產生廚餘的情況，同時制定合適措施在校內減少廚餘。

2. 所需工具

✦ 數據記錄表、磅、垃圾袋及廚餘收集桶等。

3. 在實施環保午膳安排前後收集數據

實行環保午膳安排前：

✦ 學校應在未有實行任何環保午膳安排前，量度及記錄學生在午膳後產生之廚餘量(建議選擇午膳供應商餐食的重複星期，收集不少於五天之數據，然後取其平均值。如供應商在一週五天內每天提供不同菜單，將連續收集五天之數據；如菜單種類少於五天，亦請收集不少於五天之數據)。

✦ 由星期一一起開始，連續每天收集數據，直到午膳菜單與之前日子重複為止。並至少收集五天。例如：5至9日的菜單並無重複，當5日和12日的菜單相同，只須收集5至9日的數據，取其平均值。

星期	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六	星期日
菜單	1	2	3	4	5	6	7
廚餘量(kg)							
備註							

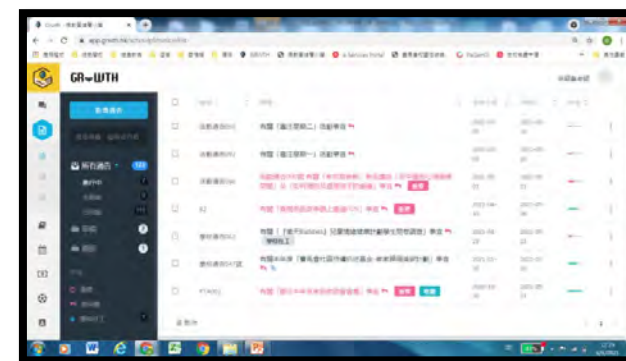
實行環保午膳安排後：

✦ 學校在實行現場派飯後，應繼續定期量度及記錄廚餘量，持續監察惜食成效。



《環保政策》

- 「惜福、惜源、惜食」小組成員包括**教職員及家長共同參與**
- 諮詢**各持分者**意見**，訂立政策
- 各班設有「**環保大使**」
- 定期邀請有關機構**教育學生環保知識**
- 與GRWTH合作，建立學校與家長電子通訊平台，**減少印製紙張通告**





環境佈置



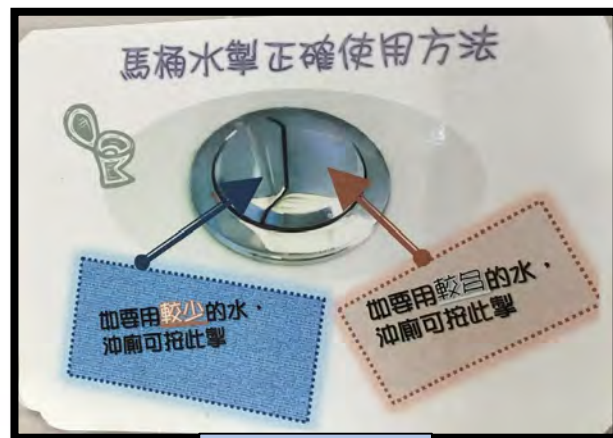
水龍頭慳水標籤



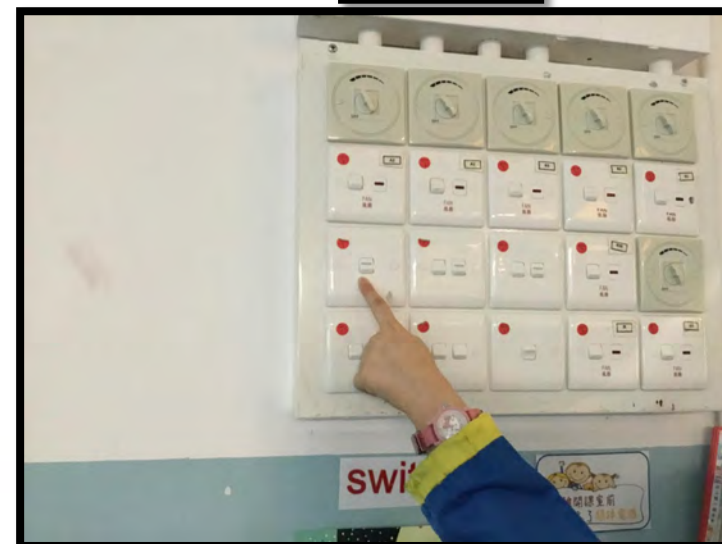
學校省電標籤



溫度計



馬桶慳水標籤



課室節流燈制



環境設施



太陽能充電站



廚餘機



魚菜共生系統



天台花園

環境設施



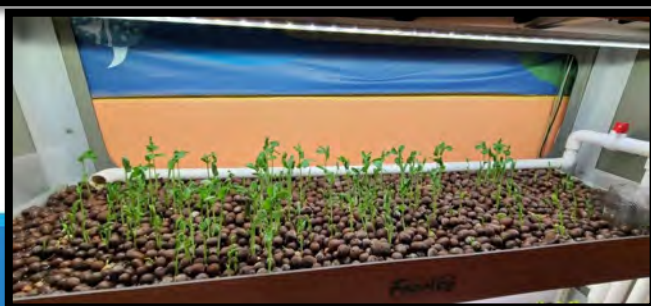
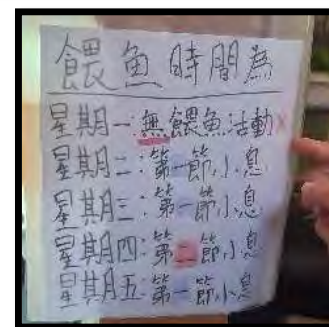
太陽能充電站



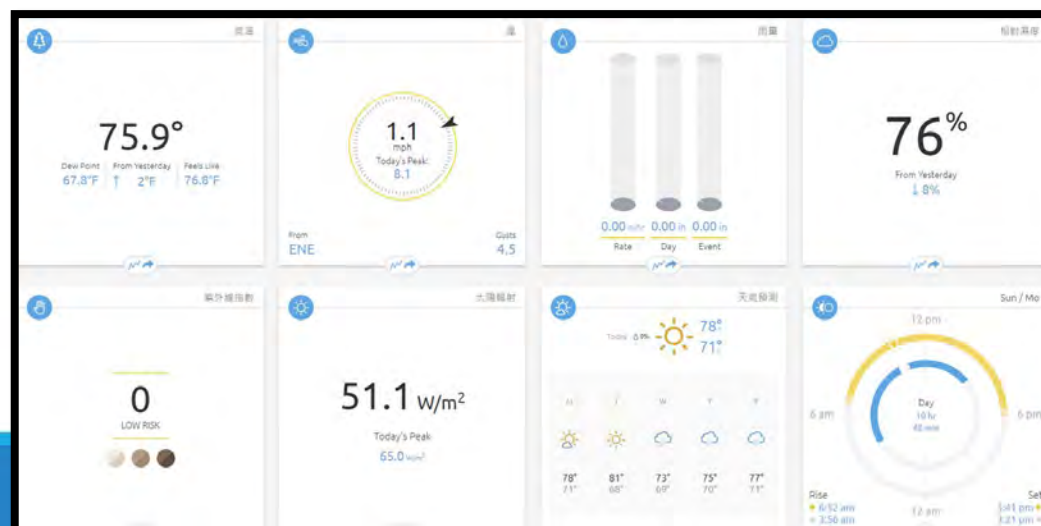
「環保組與齊惜福合作，**學生學習製作有機肥料和對環境的好處**，利用本校廚餘機所製作的有機肥料提供植物所需的有機肥料。」

廚餘機





校園電視台報導天氣







垂直耕種





綠色校園計劃聯繫STREAM教育課程

種植苜蓿
學會感恩、珍惜生命、
勇於面對困難



綠色校園計劃聯繫STREAM教育課程



種植綠豆



綠色校園計劃聯繫STREAM教育課程



化學清潔劑





製作環保潔手液



綠色校園計劃聯繫STREAM教育課程

海洋塑膠





綠色校園計劃聯繫STREAM教育課程

微膠粒





綠色校園計劃聯繫STREAM教育課程

製作環保燈裝置
利用不同的物料設計
新的燈箱，帶出環保
及節約用電的理念

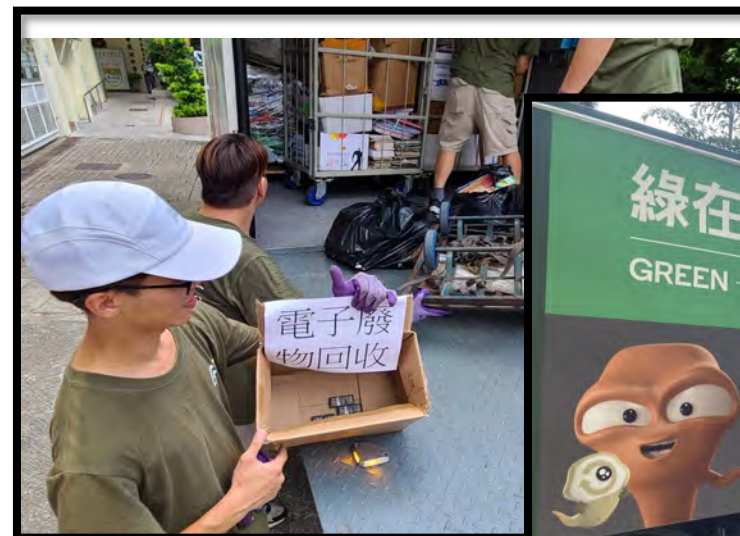


回收廢物及循環再用

1. 於各課室及教員室設立**廢紙回收箱**
2. **重用**舊信封、壁報用之裝飾品等。
3. 舉辦利是封及月餅罐**回收**活動
4. 鼓勵學生積極參與學校舉辦之各種**回收活動**
5. 設立課程鼓勵**廢物利用**
6. 與**綠在區區**合作，進行各種物資回收



環保大使收集課室廢紙計劃



綠在區區合作回收計劃

設立環保小組



分類回收講座



兒童環保時裝設計師



種植活動



日常照顧魚菜共生



一人一花計劃



師生好書齊推介(環保)

師生好書齊推介(環保)



師生好書齊推介 洪超富老師 環保圖書推介



綠化校園

1. 參加康文署設立的一人一花計劃（碳中和）

- ◆ 吸收大氣中的二氧化碳，作為植物的肥料
- ◆ 使用廚餘機乾製的廚餘為植物提供養份，避免棄置廚餘



廚餘收集



綠化校園一人一花

2. 以可分解的玉米物料3D打印花盆

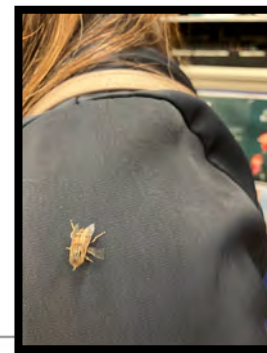
- ◆ 於學校各樓層及梯間放置植物綠化校園



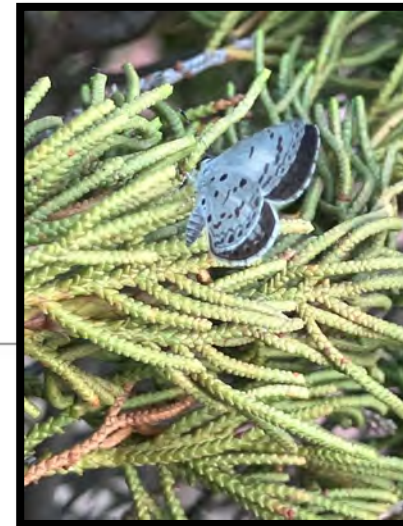
綠化校園

3. 綠化天台

◆ 種植吸引蝴蝶及蜜蜂的花卉，為傳播花粉的昆蟲提供食物



蜜蜂



鈕灰蝶



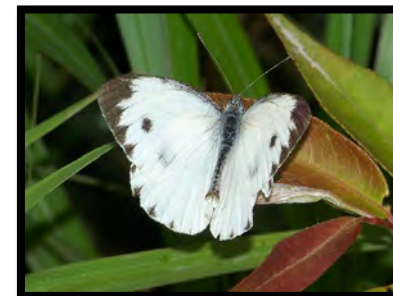
玉帶鳳蝶



直紋稻弄蝶



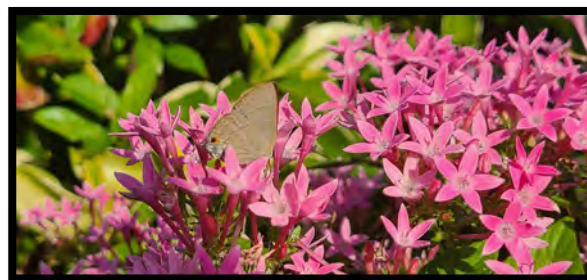
報喜斑粉蝶



菜粉蝶



青帶鳳蝶



繆斯金灰蝶 / 江崎金灰蝶 / 碧翠灰蝶



翠斑青鳳蝶



異粉蝶燈蛾/粉蝶燈蛾



綠化校園

4. 在魚菜共生系統中種植驅蚊香草

◆減少使用化學驅蟲劑



《健康飲食》

香港佛教聯合會
THE HONG KONG BUDDHIST ASSOCIATION

75週年紀念



眾生平等
愛護一切水產、動物
戒殺護生

6.15健康素食日

HEALTHY VEGETARIAN DAY

素食積福
眾善奉行

鼓勵親友齊聚餐
均衡營養最重要

愛惜自己 愛惜眾生 愛惜地球

自2006年起，佛學會何德心居士倡議每年6月15日舉辦「6.15健康素食日」，推廣健康飲食習慣及慈悲護生的理念，希望大家繼續與我們同行，活出健康人生，將同體大悲，遍及一切。

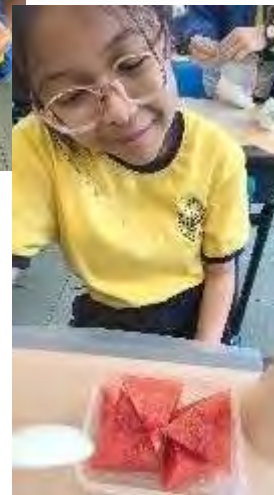
請齊齊支持6.15健康素食日

請瀏覽佛學會網頁及社交平台，
索取素食資訊和食譜。

#615健康素食日 #眾善奉行

www.hkbuddhist.org/615 查詢：2574 9371

卡路星	B(高纖穀物餐)	卡路星	C(輕營小食餐/粉麵餐)	卡路星	D(低碳素食餐)
555	俄國羅宋汁牛肉片甘筍飯	566	低脂白汁南瓜肉粒通心粉◆	540	羅漢齋鮮腐竹飯★◎
580	低脂白汁粟米雞球南瓜飯◆	589	日式芝麻牛肉片烏冬	610	日式金菇豆乾飯★◎
550	滷水雞中翼糙米飯	620	番茄蘑菇魚柳扭扭粉★△	568	菠蘿雜菜雞心豆扭扭粉★◎
620	粟米滑蛋魚柳三色飯△	531	冬菇肉絲蛋花碗仔翅(豬)+饅頭(1個)+粟米粒★△	650	低脂南瓜咖喱紅腰豆三色飯◆◎
580	冬菇蒸雞球粟米飯★	554	鮮茄菠蘿牛肉片通心粉	580	冬菇雲耳燴鮮腐竹飯★◎
547	番茄雜豆免治牛肉紅米飯◎	532	低脂芝士粟米雞球扭扭粉◆	602	滑蛋花雜菌豆乾飯△★◎
518	鮮菠蘿汁雞球甘筍飯	580	卡邦尼蘑菇魚柳長通粉◆★	578	茄茸蘑菇黃豆長通粉★◎
554	香草蜜桃牛肉片糙米飯	592	低脂洋蔥咖喱漢堡扒烏冬◆	656	粟米蘑菇黃豆糙米飯★◎
523	粟米香菇肉碎南瓜飯★	540	滷水雞排+日式餃子(豬)(3隻)+提子包(1個)+粟米粒	686	鮮支竹豆干南瓜飯★◎
558	低脂白汁肉粒三色飯◆	580	意大利鮮茄牛肉片通心粉	546	薑米素珍豆乾撈飯★◎
564	低脂芝士南瓜豬扒粟米飯◆	595	美式蘑菇汁雞球長通粉◆★	586	羅宋雜菜紅腰豆飯◎
568	瑞士雞中翼紅米飯	608	西式香草蘑菇魚柳扭扭粉△★	540	粉絲蒸水蛋紅米飯△◎
520	低脂蘋果咖喱雞扒甘筍飯◆	620	台式香菇肉燥烏冬★	620	葡汁雜菜雞心豆飯◆◎
555	杞子雲耳甘筍蒸雞糙米飯★	554	黑椒汁洋蔥肉片扭扭粉	590	低脂芝士汁雜菌紅腰豆扭扭粉◆★◎
575	粟米甘筍蒸雞三色飯	550	野菜汁漢堡扒扭扭粉	593	香菇茄子豆乾飯★◎
620	低脂蘑菇白汁雞球粟米飯◆★	580	低脂芝士蘑菇牛肉通心粉◆★	634	香菇茄子豆乾飯★◎
523	茄茸粟米牛肉片紅米飯	580	低脂芝士蘑菇牛肉通心粉◆★	578	低脂蘑菇白汁黃豆通心粉◆★◎
545	粟米南瓜茸魚柳甘筍飯◆	546	低脂甘筍咖喱魚柳烏冬◆△	608	黑椒蘑菇紅腰豆飯★◎
558	日式咖喱牛肉片糙米飯◆	567	芝麻軟餐包(2個)+雞脾+粟米粒	592	鮮淮山雜菌黃豆甘筍飯★◎
532	鮮茄雜豆牛肉醬南瓜飯◎	595	羅宋汁豬扒通心粉	578	野菌木耳腐竹飯★◎
		540	低脂金瓜汁雞球扭扭粉◆	576	香芋豆乾飯◆◆



鼓勵學生進食水果

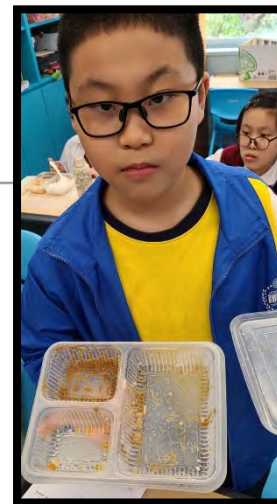
鼓勵學生訂購秦食餐

6.15健康素食日

樂學樂玩

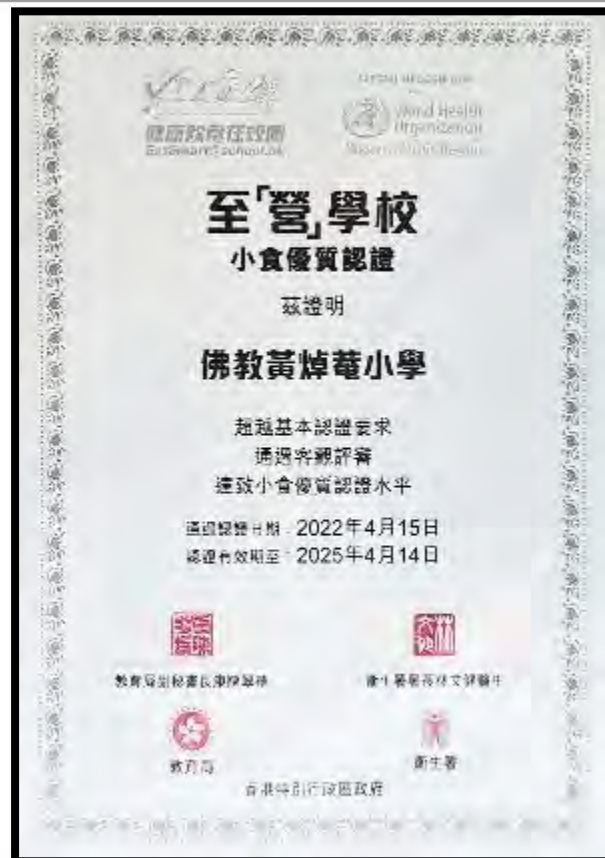


零廚餘惜食大使





《健康飲食》





環保採購

1. 考慮採用較慳電的電器

- ◆ 例如附有一級能源標籤的電器。

2. 採用節能光管或慳電膽/LED

3. 各科組須養成減少浪費及施行環保採購的文化。

- ◆ 學校在作出採購決定時，除了斟酌傳統因素(如品質、技術效能、成本及供應情況)之外，也考慮該產品的製造、使用或棄置過程中是否會對環境造成不良影響，並可能構成龐大的清理和責任賠償費用。

4. 取得環保成效的資訊

- ◆ 環保採購的決策應建基於產品全面而正確的環保資訊。
- ◆ 考慮產品及服務的環保生命周期的資訊，評估及衡量該產品或服務的基礎
- ◆ 確定市場供應情況
- ◆ 在投標或報價過程中，盡量清楚說明機構的環保採購政策
- ◆ 鼓勵供應商提供更環保的替代產品。

8.	午膳供應商為學校提供可重複使用餐具的方案。	• 評估午膳廢的承諾。
午膳招標		學校提供的午膳容證明。
10.	午膳供應商為學校提供的餐具之環保物料證明。	• 評估午膳廢的承諾。
11.	午膳供應商回收廚餘和可再造物料以循環再造的方案。	• 評估午膳廢的承諾。

採用環保產品準則

1. 在產品或服務的**生命週期**內盡量減少耗用原始物料
2. 以可**重複使用**或**可回收再用的物品**取代即棄物品
 - ◆ 如以可重覆使用的水杯取代紙杯
3. 盡量降低產品及服務在其整個生命週期內對環境的影響
 - ◆ 使用可**降解產品**
4. 盡量減少或**免除不必要的包裝**，尤其應避免於大量採購時為產品個別包裝。
 - ◆ 減少消耗能源及水
 - ◆ 如裝置高能源效益的設備
5. 減少或消除有毒成份的產品
6. **耐用且易於維修保養**的物品
7. 採購人員應比較各種產品所造成的環境影響，權衡利弊，並作出「最環保」的決策，應特別：
 - ◆ 鼓勵供應商及承辦商以具競爭力的價格提供環保產品及服務。
 - ◆ 鼓勵供應商及承辦商回收或循環再用舊產品。

佛教黃焯菴小學租用影印及打印機服務
邀請書面報價

環境及安全的認證及設計。

例如：Blue Angel、能源之星、RoHS等。

是，包括：

否。

教育宣傳



Jockey Club
BEAMPlus
in **Schools**
Project

賽馬會綠建環評學校計劃

賽馬會綠建環評學校計劃



參與齊惜福計劃

樂學樂玩



教育宣傳



參與惜食香港運動



香港綠色機構認證





佛教黃焯菴小學

Buddhist Wong Cheuk Um Primary School

戶外
燈光
約章

Charter
on
External
Lighting

Charter on External Lighting 戶外燈光約章



樂學樂玩



「走進大自然篇」活動

家校合作



舊衣回收活動



「家長園藝種植」活動





《展望》

- 引入更多環保節能設施
- 增加更多環保與STREAM相關的課程
- 加強宣傳素食文化
-





影片



