



# 快「快·樂」樂過節日

香港地球之友「綠色節日」小貼士



普天同慶的聖誕和新年，似乎已成為每年大夥兒狂歡盡興的其中一個節日。大家是否在忙著籌備派對？又或正為親友張羅禮物？

消耗型的香港，大家都愛購物及消費，不停消耗更不斷棄掉，廢物量就這樣失控地增長。各種閃爍的裝飾燈、用完即棄的包裝紙和裝飾品，耗用不少能源更產生大量垃圾。

「快·樂」是香港地球之友今年「綠色節日」項目的主題，橫跨聖誕及農曆新年，提倡理性消費，鼓勵送禮或問候時講心意，減少耗用地球資源。

# 禮物篇

節日送禮已經變得越來越商品化，各種宣傳廣告不斷鼓勵大家購物、消費，花樣越來越多。但是，很多時候禮物並不合收禮者的需要，最終變成棄之可惜的閒置廢物……

減少廢物最有效的方法是避免製造廢物。



## 想收禮物不如考慮交換禮物？

辦個二手禮物交換派對，將之前收到的不合用禮物拿出來交換，或許可以找到適合的主人。

如果不得不購買禮物，可以考慮以下「綠色」送禮貼士。

- ✓ 分享**您的時間及經驗**，例如：傳授朋友及家人您的寶貴知識、帶您的朋友去欣賞一場有意思的演出、參加一堂健身課一起強身健體、招呼朋友到您家吃一頓飯，或到郊外玩一天，都是很好的非物質禮物。
- ✓ 用自己或您朋友的名字，為慈善機構**捐款做善事**。或參加**義工服務**。
- ✓ 為乘坐飛機遠道而來的朋友**購買碳抵消**。
- ✓ 如果您不得不選擇去商店買禮物，選擇用**再生物料製造的本地產品**。
- ✓ 選擇實用的或是二手的禮物，自己**親手做**的更好。
- ✓ 如果您的禮物需要使用電池，選擇**可充電電池**。
- ✓ **不要購買花紙、紙盒**等來包裝禮物。試試用舊雜誌、報紙、紙袋、舊地圖、海報等包裝禮物，或者只是一塊布、一條幼繩，都會讓禮物變得漂亮；您甚至可以用第二件禮物，例如絲巾或帽來包裝。
- ✓ 如果您不得不使用包裝紙，**購買再造紙**，並把剩下的留到明年再使用。



# 裝飾篇

動動腦筋和運用想像力，好多「廢物」都可以重用。只需稍作改裝，就能製成別具心思的節日裝飾，更能突顯派對搞手的無限創意。

延長物品的使用壽命，可以有效減少資源的浪費。



用**天然物品**，或者向同事徵集**二手物品**裝飾辦公室，您甚至可以組織員工舉辦**二手物品裝飾比賽**。

例如：

- ✓ 用**水果作裝飾**，之後還可以將水果吃掉。
- ✓ 使用**小型盆栽**，當要拆掉裝飾的時候，植物還可繼續栽種。
- ✓ 收集**舊的紙制賀咭**做裝飾品。
- ✓ 收集零食的**包裝袋**，洗乾淨並剪成條狀，連接起來可以製成反光的**掛飾**。
- ✓ 收集地上的**小石塊**放入用完的玻璃樽內，已能成為漂亮的裝飾。
- ✓ 收集**舊罐子**，把蠟燭放進去做成**燈籠**。
- ✓ 收集**舊瓶子**，塗上顏色後可當**花瓶**使用。
- ✓ 收集**膠水樽**合力砌出小型**聖誕樹**，用後妥善回收。
- ✓ 收集**舊羽毛球和網球**，做成**裝飾公仔**。
- ✓ 用舊報紙、雜誌、膠袋或包裝紙可以製成**星星或花**。

燈飾方面：

- ✓ 選用**LED燈**，比傳統彩燈有效節省能源。
- ✓ 用**燭光**代替一般燈光也可增添特別氣氛。
- ✓ 為戶外彩燈裝飾裝上**時間控制器**，避免不必要的能耗。



# 食物篇

食物和飲品是派對的重點，但逢年過節並非一定要大魚大肉。  
「年年有餘」並不意味著要吃剩食物。

選擇健康的食物，避免浪費，不僅對身體有益，而且可以減輕對環境的負荷。





- ✓ 選購有機及公平貿易的食物。
- ✓ 購買大包裝的食物，減少獨立包裝產生的包裝廢物。
- ✓ 選購本地時令食材，比購買進口食物有效減少食物里程和二氧化碳。
- ✓ 準備食物時，與您的客人討論食物偏好和分量，避免吃剩食物。
- ✓ 注意多菜少肉，減少烹調時間，有助減少二氧化碳。
- ✓ 低碳飲食講究食品天然和新鮮，儘量減少使用過量的調味和添加劑的食品。
- ✓ 如要素食的話，可選擇豆類食物代替肉類。





# 派對篇

怎樣舉辦一個低碳派對？  
事前應該如何準備？派對當日又有什麼需要注意？

你可以留意以下小貼士。



## 準備派對

- ✓ 與其印製邀請卡，不如選擇發送**電子邀請卡**，絕對是「潮」人之選。
- ✓ 鼓勵來賓及同事乘坐**公共交通工具**或**合組乘坐一輛車**。
- ✓ 善用舊的賀卡，剪開後用來製作**座席卡**或**指示牌**。
- ✓ 鼓勵**輕裝**，及請客人**自備餐具**，不要使用即棄餐具。
- ✓ 安排好**分類回收的設施**，放在方便大家使用的位置。

## 派對當日

- ✓ 空調是常用電器最耗能的項目，經常**注意室內溫度**，避免冷氣過低，浪費能源。每調高攝氏1度，可節省3%的能源。
- ✓ 客人到達時，向他們指出**分類回收箱**的位置，以確保所有空罐頭、瓶子、罐子、包裝袋等妥善分類回收。
- ✓ 玩遊戲時**不要浪費食物**，輸了的負責把剩下的食物吃掉，既減少製造垃圾，又有氣氛。
- ✓ 保存好裝飾物、包裝紙和卡片等，以便**來年重用**。
- ✓ 派對結束後，把所有不需使用的燈和電器的**電源關掉**。



# 賀卡篇

寄送電子賀卡，可以減少因使用及郵寄紙制賀卡需砍伐樹木的數量和運輸過程中排放的二氧化碳。


快字中的「人」，和樂字中的「木」，正好提醒大家，快樂是要以「人」為本；善用電子卡，保留一樹一「木」。感謝一眾合作夥伴，與我們分享綠色節日的快樂。

快樂

- ✓ 聖誕祝福**注重內容及心意**，使用電子賀卡代替傳統紙制賀卡，更能快捷和環保地傳情達意。
- ✓ 如果真的收到紙制賀卡，請在節日過後**把紙卡妥善回收再造**。

這些小貼士不僅適用於聖誕、新年，而且於每個季節、不同場合，如：生日、周年紀念等都適用。

現在，您應該清楚「綠色節日」的真正意義。下一步是什麼？當然是立即用電子賀卡向您的親朋好友送上「綠色節日」的溫馨祝福啦！



香港地球之友今年製作了一套六款電子賀卡，邀請大家透過本會的「祝『福』e卡」互發電子卡，到一個非常特別的地方，**2007-2010**年的日本福島，展開一趟祝「福」之旅，將美景透過電子卡與朋友互相分享。您更可於網頁內參考更多關於[聖誕及新年的綠色祝福](#)。

但願由新年到聖誕，大家心靈富足，  
過簡約而健康的生活，  
分分秒秒都是「快樂」時。

[香港地球之友「綠色節日」電子賀卡](#)  
[按此](#)

網址：[www.foe.org.hk](http://www.foe.org.hk)  
電郵：[greendeed@foe.org.hk](mailto:greendeed@foe.org.hk)