

【疼惜大地，力行減碳333】

飲食人生

少肉食

素食
素食



低碳里程食物

購買本地生產食物
購買當季食物

不浪費

八分飽人不老，吃飽就好
(吃多少、買多少；
吃多少、煮/拿多少)
跟廚餘說bye bye

節能

少開車

多騎單車，多搭乘大眾交通系統

15分鐘能到的地方以步行或腳踏車代步
共乘
搭乘大眾交通系統
減少怠速

省水省電

勿待機、拔插頭
隨手關燈
回收水再利用



惜紙

儉樸過生活

少消費

不追求流行

購物前想想是需要還是想要
拒絕不必要的贈品

延續物命

資源回收
惜福愛物



不使用一次性商品

以隨身攜帶「三寶」—環保杯、環保碗、環保筷
以攜帶環保購物袋 ➔ 取代塑膠袋、紙袋

製表單位：佛教慈濟基金會