



裸買一星期 (教師專用)

塑膠是石油化工產品，從原材料開採、提煉生產及運輸各過程，均衍生大量溫室氣體排放。塑膠難以自然降解，目前全球每年生產多達 4 億噸塑膠用品，當中最少有 1,100 萬噸廢棄塑膠流入海洋，並慢慢分裂成小於五毫米的微塑膠長存。海洋是地球上最大的碳存庫，每年吸納三成以上因人類活動排放的二氧化碳。已有研究指出微塑膠影響浮游生物生長，繼而影響海洋吸納二氧化碳的能力。

讓我們由源頭開始，實踐裸買行動，避免不必要的包裝，減少塑膠污染。

行動目標

- 持續一週七天，每次購物時自備環保袋，避免選購預先包裝的蔬果或多重包裝的食品。

減碳成效

- 每生產一個膠袋衍及約 10 克二氧化碳排放。據報導指港人平均每日棄置 1.6 個膠袋，要是以每天減少消耗 2 個膠袋作計算，維持一年每人便可減 7.3 公斤二氧化碳排放量。

你知道嗎？

微塑膠體積細小，並會吸附環境中的有機污染物 (POPs)，易被海洋生物誤食，隨之進入食物鏈逐步影響生態及環境，甚至危害到人類的健康。環境科學家在樽裝水、海鮮、空氣、食鹽和人類糞便等樣本中，均發現微塑膠粒成份，其中以聚乙烯對苯二甲酸酯 (PET) 和聚丙烯 (PP) 含量最高，相信與此兩種塑膠常用於生產塑膠袋、食品包裝容器和一次性塑膠餐具有關。

有研究指出，每人每週大約吃進 5 克微塑膠，等同一張信用卡的塑膠量。

齊參與碳中和大挑戰行動

裸買一星期 (學生工作紙)

每生產一個膠袋衍及約 10 克二氧化碳排放。據報導指港人平均每日棄置 1.6 個膠袋，要是以每天減少消耗 2 個膠袋作計算，維持一年每人便可減 7.3 公斤二氧化碳排放量。

行動記錄

- 持續一週七天，每次購物時自備環保袋，避免選購預先包裝的蔬果或多重包裝的食品。

請在採取行動的日子加上✓	
第一天	
第二天	
第三天	
第四天	
第五天	
第六天	
第七天	

這週內我成功達成任務共 ___ 天。	
若把行動持續一年，請圈出以下你將可達至碳排放的成果：	
可減碳排放	行動
A) 7.3 kg	每星期 7 天
B) 2.6 kg 或以上	每星期 4 至 6 天
C) 1 kg 或以上	每星期 1 至 3 天

裸買意思是購物時避免使用不必要的包裝，減少浪費。請細心列出你可以做甚麼以減少不必要的包裝廢物：

出外購物前的準備：
購物時要留意：
如無可避免要用到包裝，你可以：