



**你“低碳”了吗？**

保护环境，人人有责。

**01 低碳衣着**  
少买衣服，尽可能选择棉麻质地的衣服，闲置衣物回收捐赠；合理使用洗衣机，集中洗涤，减少使用洗衣机次数；适量使用洗衣粉。

**02 低碳饮食**  
光盘行动，减少食物浪费；外出自带水杯，减少使用一次性餐具，少点外卖；合理膳食，适量饮酒，少抽烟。

**03 低碳居住**  
家装尽量使用环保、节能建材；多种植花草，不但能陶冶情操还能制造氧气；及时关闭不使用的电器，合理使用空调；节约用水，杜绝水资源浪费；垃圾分类投放，减少环境污染，促进资源回收利用；低层选择楼梯上下楼，省电又健身；减少使用一次性塑料袋和过度包装物。

**04 低碳出行**  
尽量选择公共交通、步行或骑行等方式出行，减少驾车、乘机出行的次数；选购汽车时，尽量选择新能源、小排量汽车。

**05 低碳办公**  
双面打印、复印文件资料，提倡无纸化办公；减少使用照相、摄像设备；空调：水龙头尾部装节水器；电脑长时间不用，后要将插头拔出。

**06 技术**

**节能小妙招 节电篇**

**夏天空调温度过低，不但浪费能源，还减弱了人体自动调节体温的能力。将空调设置在26-28摄氏度这个区间，人体感觉最舒服，并且环保省电。只要把空调调高一摄氏度，全国每年节电33亿度。**

**点亮节能灯 省电看得清**  
一只11W节能灯的照明效果，顶得上60W的普通灯泡，而且每分钟都比普通灯泡节电80%。

**电视屏幕暗一点 节能又护眼**  
电视屏幕调成中等亮度，既省电又能保护视力。仅调暗亮度这一个小动作，每年就可以省电50亿度。

**巧用电冰箱 省电效果强**  
坚持做到下面4点，每台冰箱每年能省20多度电：及时除霜，减少开门次数；将冷冻室内的食品提前取出，放入冷藏室解冻；关掉冰箱里的灯。

**用电器拔插头 省电又安全**  
家中所有电器用毕要及时拔掉插头，长时间处于待机状态。

**@所有人 绿色低碳 节能先行**

**什么是节能宣传周？**  
全国节能宣传周是在1990年国务院第六次节能办公会议上确定的。从1991年开始，全国节能宣传周每年举办。鉴于全国性的用电状况，2004年，全国节能宣传周由原来的11月改为了6月举行，目的是在夏季用电高峰到来之前，形成强大的宣传声势，唤起人们的节能意识。

**全国低碳日的由来**  
为普及气候变化知识，宣传低碳发展理念和政策，鼓励公众参与，推动落实控制温室气体排放任务，2012年9月19日，国务院常务会议听取退耕还林工作汇报，讨论通过《京津风沙源治理二期工程规划（2013-2022年）》，决定自2013年起，将全国节能宣传周的第3天设立为“全国低碳日”，旨在坚持“以人为本”的理念，加强适应气候变化和防灾减灾的宣传教育。

**节能减排是什么？**  
节能减排就是节约能源、降低能源消耗、减少污染物排放。《中华人民共和国节约能源法》称节约能源（以下简称节能）是指加强能源管理，采取技术上可行、经济上合理以及环境和社会可以承受的措施，提高能源利用效率，减少能源消费，降低能源消耗。

# 绿色发展

内蒙古在行动

利用生活中的旧物制作创意手工，体验资源再生，掌握减碳妙招，推广节粮、节水、节电、绿色出行、绿色购物等绿色低碳实践，提升节能意识和节能能力。加强碳达峰碳中和最新政策解读，推介节能降碳有益经验和做法。全国低碳日、全国节能宣传周、世界防治荒漠化和干旱日之际，丰富多彩的实践活动和科普宣传，让低碳理念进一步深入人心，营造出全民绿色低碳生产生活方式。

宣传周活动主题是绿色低碳，节能先行，世界防治荒漠化与干旱日，我国的主题是携手防治荒漠化，共建命运共同体。践行低碳理念，倡导绿色生活，锚定碳达峰、碳中和目标，双碳大考，内蒙古上下同欲书写亮丽答卷。

内蒙古境内分布着五大沙漠和五大沙地，是我国荒漠化与沙化土地最集中的省份之一。十三五时期，内蒙古共治理沙化土地近7200万亩，占全国治理面积的40%以上，荒漠化和沙化土地面积实现双减少，如今的内蒙古万亩戈壁披绿装，漠上花开正当时。

6项举措助力邮政绿色发展，内蒙古行动计划来了；从我做起，从身边小事做起，传播节能减排理念，践行简约适度、绿色低碳的生活方式，形成人人、事事、时时崇尚生态文明的社会新风尚，必将为生态文明建设奠定坚实的发展基础。生态文明建设从认识到实践都发生了巨大变化。

人不负青山，青山定不负人。内蒙古大地正在铺展的绿，成为美丽北疆最生动的底色。

（本报记者 王冠静）

“双碳”大考内蒙古书写亮丽答卷

草原客户端 7天前  
践行低碳理念，倡导绿色生活。6月15日是第10个全国低碳日，今年低碳日的主题是“落实‘双碳’行动，共建美丽家园”。  
内蒙古对“两高”项目全面实行台账式、清单化管理，对“两高”项目落实产业、环保、节能等规划政策情况逐一核查，稳妥进行分类处置。

出台、印发《关于加强高耗能高排放项目准入管理意见》《“两高”违规项目整改“清零”行动方案》。

开展常态化执法检查，落实“双随机、一公开”制度，对“两高”项目实施全过程管理。定期报告

6项举措助力邮政绿色发展！  
内蒙古行动计划来了

草原客户端 7天前  
2022年底  
→ 明确采购使用符合标准包装材料比例  
→ 明确按照规范包装操作比例  
→ 明确可循环包装和回收复用包装数量  
→ 明确新能源或清洁能源车辆等各项重点任务指标

2025年底  
★ 实现形成绿色低碳生产方式  
★ 实现快递包装减量化  
★ 实现标准化和循环化  
★ 实现运输装备清洁能源化



“漠”上花开内蒙古

人不负青山

内蒙古大地正在铺展的绿  
是“世界防治荒漠化和干旱日”  
库布其沙漠、巴丹吉林沙漠、腾格里沙漠  
.....

内蒙古境内分布着  
五大沙漠和五大沙地  
是我国荒漠化与沙化土地最集中的省份之一

成为美丽北疆最生动的底色

26年前，《内蒙古日报》一篇《种树“种到”联合国》让全国乃至全世界的人们看到了内蒙古在治理沙漠面前的决心与成果。经历几代人十数年如一日的艰苦奋斗，内蒙古沙漠扩张问题得到有效遏制，库布其治沙经验已成为全球荒漠化防治样本。

而今的内蒙古  
万亩戈壁披绿装  
“漠”上花开，可缓缓归矣



从我做起，从身边小事做起。  
传播节能减排理念，践行简约适度、绿色低碳的生活方式。  
形成人人、事事、时时崇尚生态文明的社会新风尚。

