



大埔舊墟公立學校

我的環保日記



2013-2014

目 錄

- 
- | | |
|-----|----------------------|
| P1 | 前言 |
| P2 | 環保 4R |
| P3 | 親子環保 DIY 創作 |
| P6 | 環保生活小貼士 |
| P12 | 舊墟綠孩兒自我挑戰獎勵計劃(一、二年級) |
| P18 | 舊墟綠孩兒自我挑戰獎勵計劃(三、四年級) |
| P24 | 舊墟綠孩兒自我挑戰獎勵計劃(五、六年級) |
| P30 | 環保連結 |

前言

聯合國已宣佈「環保」將成爲十年全球關注事項之一，人類正面臨全球性的環保問題，如臭氧層的破壞、溫室效應、酸雨、全球森林的減少、海洋污染、土壤沙漠化及開發中國家的環境污染問題等，使全球的野生生物日漸減少，生態失調問題日趨嚴重，並直接影響到每個人的生存與健康，爲了改善全球環境，我們有責任一起保護環境，共同珍惜唯一的地球。



「我的環保日記」是一本校本網上小冊子，旨在讓學生多認識保護地球環境的方法，提高他們對環保的意識。本冊子內附有「舊墟綠孩兒自我挑戰獎勵計劃」，期望教導學生如何實踐環保生活「環保4R」，培養學生行爲的改變，建立正確的環保價值觀及生活態度。

1

我的環保日記

環保4R

減少使用 Reduce

即善用資源，如節省用水、節約用電。另外，盡量減少使用即用即棄的物品，自然減少製造垃圾的機會。

物盡其用 Reuse

即把廢物重新利用。掉棄垃圾之前，試想想可否拿來作其他用途，花點心思將廢物變成有用的物件。

循環再用 Recycle

又叫循環再造，把棄置的垃圾分類，將紙張、膠樽、玻璃樽、鋁罐分開，方便收集，回收再造。

替代使用 Replace

避免使用「即用即棄」的物品，選擇一些可以再用的產品代替不環保的產品，例如用環保購物袋代替膠袋，手帕和毛巾代替紙巾，水壺取代膠樽。

親子環保DIY創作



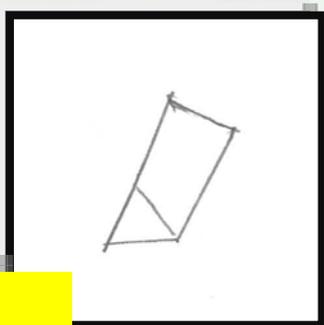
筆筒



學生姓名：袁嘉彤 (36)
班別：2D

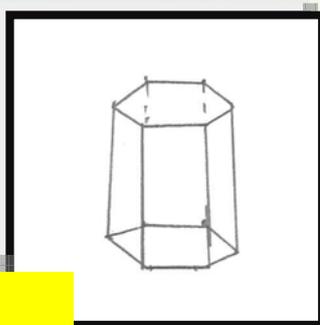
材料：不用的卡片
工具：剪刀、膠紙、舊紙板

製作步驟：



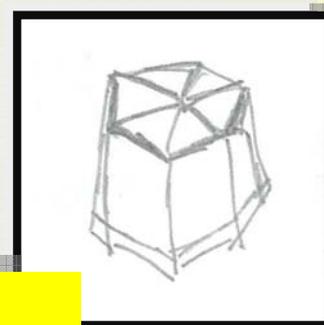
1

用膠紙把卡片
做成六個三角
柱。



2

把六個三角柱
用膠紙把六個
三角柱拼成六
角柱。



3

把六角柱放在
舊紙板上畫一
個六角形，然
後粘在六角柱
底部。

3

我的環保日記

親子環保DIY創作



波子迷宮

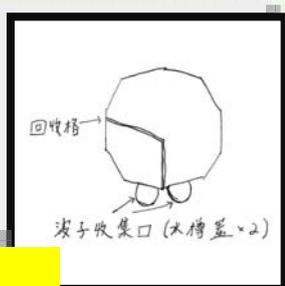


學生姓名：王靜晞 (30)
班別：2C

材料：紙質月餅盒 2 個
波子 1 粒和水樽蓋 2 個
工具：膠水、貼紙/相片(裝飾用)

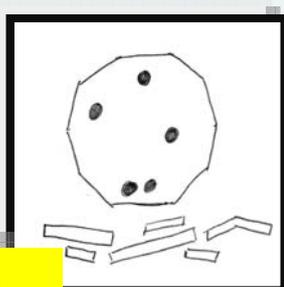


製作步驟：



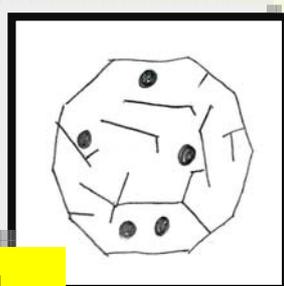
1

底盤：
盒蓋①和水樽蓋用膠水貼合和加分格，回收波子用。



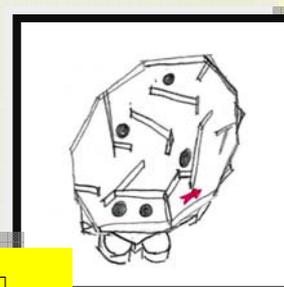
2

遊戲盤：
盒蓋②開五個孔，直徑要比波子大。
紙盒身切成不同長度的紙條備用。



3

遊戲盤：
用紙條貼上造成波子迷宮，加上相片貼子裝飾。



4

將“底盤”和“遊戲盤”上下貼合，用貼紙表示起點和終點，完成。

4

我的環保日記

親子環保DIY創作



個個月曆



學生姓名：何曉侗 (6)
班別：2B

材料：繩一條、廢紙皮一大張、膠糖盒一個、
過期宣傳卡數張、雜誌一本、廢紙盒
(例如萬字夾盒)大三個小二個、循環再
造紙數張、膠盒(例裝卡片的膠盒)二個
工具：剪刀、水筆、膠紙、雙面膠紙、膠水

製作步驟：



1

首先將宣傳卡的圖片剪下貼在紙皮版做底板。



2

將長方形的宣傳卡剪成4條長方形條，然後將每條接成了3格，再將1格正方形紙貼在對接的3格中變成一個小盒子。跟住7格黏成一行共貼上5行。



3

跟住將2個小紙盒包上1張紙，再將再造紙剪成數張均等的紙仔，然後用水筆寫上數目字。將膠盒子貼上紙皮，膠盒子裏放上號碼紙，代表月份和日期。



4

然後雜誌上的英文字剪出來做裝飾。再將3個大紙盒包上雜誌紙貼在3個膠中，再貼上再造紙仔，代表星期幾。



5

最後將繩穿上月曆便大功告成！

5

我的環保日記

環保生活小貼士

環保生活小貼士

1. 把洗澡前調較水溫之水用盆盛載，留待洗衣服或洗地用。外，不好每天也開洗衣機清洗衣服，可以集齊一機衣服才清洗，這樣可以節省水、電和清潔劑。
3. 將飲用後的茶葉曬乾，放進一些能透氣的紗袋內，便可放在冰箱、鞋櫃和廁所等來除去臭味。
4. 把橙皮切成絲曬乾，然後放進透氣的紗袋內，那便可以掛在門邊或窗邊作驅蚊的用途。



學生姓名：柯錫成 (26)

班別：1C

初級組

環保生活小貼士



學生姓名：黃韋源 (33)

班別：2C



初級組

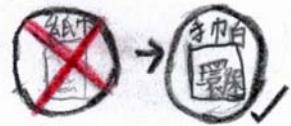
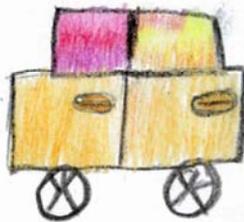


我的環保日記

環保生活小貼士

環保生活小貼士

1. 喝完的酒杯, 可以當花盆使用。
2. 不要的盒子可以製作小玩具。
3. 洗完米的水可以用來澆花。
4. 在學校抹手時, 我們不要用紙巾要用手拍。



學生姓名：梁詠芯 (10)

班別：3D



初級組

環保生活小貼士



學生姓名：鄭愷棋 (12)

班別：6A



高級組

環保生活小貼士

環保生活小貼士

① Reduce

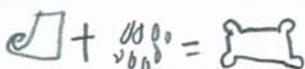
1. 減少使用膠袋 ~~✗~~
2. 減少使用竹筷子 ~~✗~~
3. 減少使用膠樽 ~~✗~~

② Reuse

1. 把舊機製成布偶 
2. 用廁紙筒製成筆筒 
3. 用糖果盒裝細小物件 

③ Recycle

1. 用單面紙的背面寫字 
2. 用舊的膠樽裝水  water
3. 用碎紙+舊布弄成枕頭



④ Replace

1. 用環保袋替代膠袋  ~~✗~~
2. 用毛巾替代紙巾  ~~✗~~
3. 用鐵餐具替代膠餐具 ~~✗~~

學生姓名：楊煦柔 (39)

班別：5A



高級組

環保生活小貼士

環保生活小貼士

Reduce 四用原則

Reuse 做得好

Recycle 地球先生

Replace 不易

出外前先關掉所有電源

購買適量生活用品，為免浪費

避免拿過多食物，產生廚餘

轉搭公共交通工具

利用可重用的物品代替即棄物品

把垃圾分類丟進三色回收箱

減少使用一次性物品

利用舊物件製造有用物品

學生姓名：梁茵 (19)

班別：6A



高級組



「舊墟綠孩兒」

自我挑戰獎勵計劃

(一至二年級)

12

我的環保日記

大埔舊墟公立學校

「舊墟綠孩兒」自我挑戰獎勵計劃

前言：

聯合國已宣佈「環保」將成為十年全球關注事項之一，因此，本校將推行「舊墟綠孩兒」自我挑戰獎勵計劃。期望學生能夠多關心社會、關心世界、愛護環境、愛護地球。本計劃旨在教導學生如何實踐環保生活，培養學生行為的改變，建立正確的環保價值觀及生活態度。此外，本計劃也鼓勵學生將環保的訊息帶回家裡，與家人共同實踐環保生活。

內容：

「舊墟綠孩兒」自我挑戰獎勵計劃由本校環保教育組統籌。一至六年級同學均可在四月至六月期間，按照本申報表內的各项描述，努力實踐環保的生活。為了鼓勵同學積極參與，努力實踐申報表內所列出的環保生活方式，本計劃會根據參與學生的表現而頒發獎項。為鼓勵低年級同學參加是次計劃，也鼓勵家長從旁協助，共同於日常生活中實踐環保生活。

本計劃共分為五個範疇，分別根據環保四用原則而設計，四個範疇包括減少使用(Reduce)、替代使用(Replace)、物盡其用(Reuse)、循環再造(Recycle)及其他範疇，而每個範疇中，均有不同的細項，詳列達標要求。

獎勵：

凡達基本條件者，均會獲頒發舊墟綠孩兒獎狀。此外，設金獎及優異獎，頒發獎狀予表現較佳者，以資鼓勵。詳情如下：

獎項	獲獎條件
基本條件	能達成每個範疇中至少二項目標，而項目數目達到十項。
優異獎	能達成每個範疇中至少三項目標，而項目數目達到十五項。
金獎	能達成每個範疇中至少三項目標，而項目總數達到二十項或以上。

方法：

1. 由2013年11月25日(一)至2014年5月26日(一)期間，同學每達成某一項目後或在本學年曾達成某一項目，即作紀錄，並自行申報或請有關的同學、老師或家人簽核。
2. 同學、老師、家人及自己均可作推薦人，惟必須有真實事件佐證。每一類推薦人身份不能多於十個項目。
3. 本表格於2014年5月26日或以前交回班主任，轉交環保教育組審核。

「舊墟綠孩兒」自我挑戰獎勵計劃

範疇	項目	實踐日期	自薦/推薦人 姓名	簽署/ 推薦人簽署
減少使用 Reduce	不會要求家人購買額外的物品			
	減少使用即棄用品，使用可補充的貨品(如鉛芯筆、可更換筆芯的原子筆)			
	雙面使用紙張			
	節省用水:如縮短淋浴的時間 / 參加「保護水資源大使選拔賽」			
	節約用電: 如參加「地球一小時」行動 / 在離開房間時關上電源等			
	在旅行或聖誕聯歡會中，只準備足夠的飲料和食品，自備餐具及餐盒			
	不浪費食物，減少製造廚餘			
替代使用 Replace	用手巾替代紙巾			
	利用廢紙或畫紙作包裝紙用或製作美勞用品			
	利用電子賀卡或郵件取代寄件			
	自備水樽，替代即棄紙杯或發泡膠杯			
	將舊的玩具作禮物送給有需要的人			

範疇	項目	實踐日期	自薦/推薦人 姓名	簽署/ 推薦人簽署
物盡其用 Reuse	重用舊的塑膠袋			
	利用廢紙剩餘的空白部分作畫紙			
	選擇及重複使用可循環再用的餐具、杯碟			
	積極參加校內的圖書回收、校服回收等活動			
	重用廢紙回收箱內的廢紙			
循環再造 Recycle	將廢物分類投入回收箱內			
	積極參與社區、學校舉行的廢物回收活動			
	回收膠樽時依「膠樽回收四部曲」妥善處理膠樽 (1. 移除膠樽樽蓋→2. 作簡單清洗→3. 移除招紙→4. 把膠樽、樽蓋及招紙一起放入回收箱內)			
	用賀卡或包裝紙等自製小手工或小玩意			

範疇	項目	實踐日期	自薦/推薦人 姓名	簽署/ 推薦人簽署
其他	參加校內 / 校外的環保講座			
	常留意校內環保資訊板的資訊			
	參加「一人一花」活動，愛護大自然			
	參加校內或坊間機構舉辦的綠田園或種植活動			
	參加社區清潔或學校清潔日，愛護環境			

本人是_____班 _____()同學，我共達成_____範疇及_____項環境保護的行為。我能為愛護地球出一分力，為地球先生打氣!



「舊墟綠孩兒」

自我挑戰獎勵計劃

(三至四年級)

18

我的環保日記



大埔舊墟公立學校

「舊墟綠孩兒」自我挑戰獎勵計劃

前言：

聯合國已宣佈「環保」將成為十年全球關注事項之一，因此，本校將推行「舊墟綠孩兒」自我挑戰獎勵計劃。期望學生能夠多關心社會、關心世界、愛護環境、愛護地球。本計劃旨在教導學生如何實踐環保生活，培養學生行為的改變，建立正確的環保價值觀及生活態度。此外，本計劃也鼓勵學生將環保的訊息帶回家裡，與家人共同實踐環保生活。

內容：

「舊墟綠孩兒」自我挑戰獎勵計劃由本校環保教育組統籌。一至六年級同學均可在四月至六月期間，按照本申報表內的各项描述，努力實踐環保的生活。為了鼓勵同學積極參與，努力實踐申報表內所列出的環保生活方式，本計劃會根據參與學生的表現而頒發獎項。為鼓勵低年級同學參加是次計劃，也鼓勵家長從旁協助，共同於日常生活中實踐環保生活。

本計劃共分為五個範疇，分別根據環保四用原則而設計，四個範疇包括減少使用(Reduce)、替代使用(Replace)、物盡其用(Reuse)、循環再造(Recycle)及其他範疇，而每個範疇中，均有不同的細項，詳列達標要求。

獎勵：

凡達基本條件者，均會獲頒發舊墟綠孩兒獎狀。此外，設金獎及優異獎，頒發獎狀予表現較佳者，以資鼓勵。詳情如下：

獎項	獲獎條件
基本條件	能達成每個範疇中至少三項目標，而項目數目達到十五項。
優異獎	能達成每個範疇中至少三項目標，而項目數目達到二十項。
金獎	能達成每個範疇中至少四項目標，而項目總數達到二十五項或以上。

方法：

1. 由2013年11月25日(一) 至 2014年5月26日(一)期間，同學每達成某一項目後或在本學年曾達成某一項目，即作紀錄，並自行申報或請有關的同學、老師或家人簽核。
2. 同學、老師、家人及自己均可作推薦人，惟必須有真實事件佐證。每一類推薦人身份不能多於十個項目。
3. 本表格於2014年5月26日或以前交回班主任，轉交環保教育組審核。

「舊墟綠孩兒」自我挑戰獎勵計劃

範疇	項目	實踐日期	自薦/推薦人 姓名	簽署/ 推薦人簽署
減少使用 Reduce	購物前列出購物清單，不會購買額外的物品			
	減少使用即棄用品，使用可補充的貨品 (如鉛芯筆、可更換筆芯的原子筆)			
	雙面使用紙張			
	減少使用禮物包裝紙			
	節省用水:如縮短淋浴的時間 / 參加 「保護水資源大使選拔賽」			
	節約用電: 如參加「地球一小時」行動 / 在離開房間時關上電源等			
	在旅行或聖誕聯歡會中，只準備足夠的 飲料和食品，自備餐具、餐盒或可循環 再用的器皿			
	不浪費食物，減少製造廚餘			
替代使用 Replace	乘搭公共交通工具替代私家車			
	用手巾替代紙巾			
	利用廢紙或畫紙作包裝紙用或製作美 勞用品			
	利用電子賀卡或郵件取代寄件			
	自備可循環再用的水樽，替代即棄紙杯 或發泡膠杯			
	將舊的玩具作禮物送給有需要的人			

範疇	項目	實踐日期	自薦/推薦人 姓名	簽署/ 推薦人簽署
物盡其用 Reuse	重用舊的塑膠袋			
	利用廢紙剩餘的空白部分作便條紙			
	選擇及重複使用可循環再用的餐具、杯碟			
	重用利是封			
	積極參加校內的圖書回收、校服回收等活動			
	重用廢紙回收箱內的廢紙			
	清理文件夾內的舊文件以便重用			
循環再造 Recycle	將廢物分類投入回收箱內			
	積極參與廢物分類回收，並於家居預先分類			
	積極參與社區、學校舉行的廢物回收活動			
	回收膠樽時依「膠樽回收四部曲」妥善處理膠樽 (1. 移除膠樽樽蓋→2. 作簡單清洗→3. 移除招紙→4. 把膠樽、樽蓋及招紙一併放入回收箱內)			
	用賀卡或包裝紙等自製小手工或小玩意			

範疇	項目	實踐日期	自薦/推薦人 姓名	簽署/ 推薦人簽署
其他	參加校內 / 校外的環保講座			
	常留意校內環保資訊板的資訊			
	參加「一人一花」活動，愛護大自然			
	參加校內或坊間機構舉辦的綠田園或 種植活動			
	參加社區清潔或學校清潔日，愛護環境			

本人是_____班 _____()同學，我共達成_____範疇及_____項環境保護的行為。我能為愛護地球出一分力，為地球先生打氣!

A stylized green tree with two main branches and several smaller branches, set against a background of light blue and green rays emanating from the top. The tree is rendered in a flat, modern style with solid green colors.

「舊墟綠孩兒」

自我挑戰獎勵計劃

(五至六年級)

24

我的環保日記

A decorative graphic at the bottom of the page featuring two large, stylized green leaves with a central vein, rendered in a vibrant green color.

大埔舊墟公立學校

「舊墟綠孩兒」自我挑戰獎勵計劃

前言：

聯合國已宣佈「環保」將成為十年全球關注事項之一，因此，本校將推行「舊墟綠孩兒」自我挑戰獎勵計劃。期望學生能夠多關心社會、關心世界、愛護環境、愛護地球。本計劃旨在教導學生如何實踐環保生活，培養學生行為的改變，建立正確的環保價值觀及生活態度。此外，本計劃也鼓勵學生將環保的訊息帶回家裡，與家人共同實踐環保生活。

內容：

「舊墟綠孩兒」自我挑戰獎勵計劃由本校環保教育組統籌。一至六年級同學均可在四月至六月期間，按照本申報表內的各项描述，努力實踐環保的生活。為了鼓勵同學積極參與，努力實踐申報表內所列出的環保生活方式，本計劃會根據參與學生的表現而頒發獎項。為鼓勵低年級同學參加是次計劃，也鼓勵家長從旁協助，共同於日常生活中實踐環保生活。

本計劃共分為五個範疇，分別根據環保四用原則而設計，四個範疇包括減少使用(Reduce)、替代使用(Replace)、物盡其用(Reuse)、循環再造(Recycle)及其他範疇，而每個範疇中，均有不同的細項，詳列達標要求。

獎勵：

凡達基本條件者，均會獲頒發舊墟綠孩兒獎狀。此外，設金獎及優異獎，頒發獎狀予表現較佳者，以資鼓勵。詳情如下：

獎項	獲獎條件
基本條件	能達成每個範疇中至少三項目標，而項目數目達到二十項。
優異獎	能達成每個範疇中至少四項目標，而項目數目達到二十五項。
金獎	能達成每個範疇中至少四項目標，而項目總數達到三十項或以上。

方法：

1. 由2013年11月25日(一) 至 2014年5月26日(一)期間，同學每達成某一項目後或在本學年曾達成某一項目，即作紀錄，並自行申報或請有關的同學、老師或家人簽核。
2. 同學、老師、家人及自己均可作推薦人，惟必須有真實事件佐證。每一類推薦人身份不能多於十個項目。
3. 本表格於2014年5月26日或以前交回班主任，轉交環保教育組審核。

「舊墟綠孩兒」自我挑戰獎勵計劃

範疇	項目	實踐日期	自薦/推薦人姓名 (與申報人關係)	簽署/ 推薦人簽署
減少使用 Reduce	購物前列出購物清單，不會衝動購買額外的物品		()	
	避免購買獨立包裝的貨品		()	
	減少使用即棄用品，使用可重再的物品(如充電池)及可補充的貨品(如鉛芯筆、可更換筆芯的原子筆)		()	
	只添置適量的衣服，以免造成浪費		()	
	雙面使用紙張		()	
	減少使用禮物包裝紙		()	
	節省用水:如縮短淋浴的時間 / 參加「保護水資源大使選拔賽」		()	
	節約用電: 如參加「地球一小時」行動 / 在離開房間時關上電源等		()	
	在旅行或聖誕聯歡會中，只準備足夠的飲料和食品，自備餐具、餐盒或可循環再用的器皿		()	
	不浪費食物，減少製造廚餘		()	

範疇	項目	實踐日期	自薦/推薦人姓名 (與申報人關係)	簽署/ 推薦人簽署
替代使用 Replace	乘搭公共交通工具替代私家車		()	
	用手巾替代紙巾		()	
	利用廢紙或畫紙作包裝紙用或製作美勞用品		()	
	利用電子賀卡或郵件取代寄件		()	
	自備購物袋，替代膠袋或紙袋		()	
	自備可循環再用的水樽，替代即棄紙杯或發泡膠杯		()	
	將舊的玩具作禮物送給有需要的人		()	
物盡其用 Reuse	重用舊的塑膠袋			
	利用廢紙剩餘的空白部分作便條紙		()	
	選擇及重複使用可循環再用的餐具、杯碟		()	
	重用信封、公文袋及利是封		()	
	重用慶祝節日的佈置及裝飾品		()	
	積極參加校內的圖書回收、校服回收等活動		()	
	重用廢紙回收箱內的廢紙		()	
	清理文件夾內的舊文件以便重用		()	

範疇	項目	實踐日期	自薦/推薦人姓名 (與申報人關係)	簽署/ 推薦人簽署
循環再造 Recycle	將廢物分類投入回收箱內			
	積極參與廢物分類回收，並於家居預先分類		()	
	積極參與社區、學校舉行的廢物回收活動		()	
	回收膠樽時依膠樽回收四部曲妥善處理膠樽 (1. 移除膠樽樽蓋→2. 作簡單清洗→3. 移除招紙→4. 把膠樽、樽蓋及招紙一併放入回收箱內)		()	
	購買由循環再造物料製成的環保產品		()	
	用賀卡或包裝紙等自製再造紙或製作小手工		()	
其他	成為環保大使，協助宣揚環保的訊息		()	
	常留意校內環保資訊板的資訊		()	
	參加「一人一花」活動，愛護大自然		()	
	參加不同機構舉辦的環保培訓及考察		()	
	參加校內 / 校外的環保講座		()	
	參加校內或坊間機構舉辦的綠田園活動		()	
	參觀不同類型的環保機構		()	
	參加社區清潔或學校清潔日，愛護環境		()	

本人是_____班 _____()同學，我共達成_____範疇及_____項環境保護的行為。我能為愛護地球出一分力，為地球先生打氣!

環保連結

環境保護運動委員會 <http://www.ecc.org.hk/english/index.php>

香港環境保護署 <http://www.epd.gov.hk/epd/>

康樂及文化事務署 <http://www.lcsd.gov.hk/>

漁農自然護理署 <http://www.afcd.gov.hk/cindex.html>

長春社 <http://www.conservancy.org.hk/>

綠色力量 <http://www.greenpower.org.hk/html/chi/index.shtml>

地球之友 <http://www.foe.org.hk/welcome/gettc.asp>

生態日記 <http://www.hknature.net/chi/ecodiary/>

世界自然（香港）基金會 <http://www.wwf.org.hk/>

香港觀鳥會 <http://www.hkbws.org.hk/>

海洋公園鯨豚保護基金 <http://www.opcf.org.hk/tc/index.php>

嘉道理農場暨植物園 <http://www.kfbg.org/>