

# 我的寒假減碳生活 \_\_\_\_\_年\_\_\_\_\_班\_\_\_\_\_號 姓名：

## 減碳開始前

請先計算出每天製造的碳排放量

例如：一天累積使用日光燈 5 小時，請在使用量處填上「5」，碳排量填上「2.15」

\*一周預估量=減碳前一天製造量x7(日)

項目	碳排放	使用量	總碳排放	項目	碳排放	使用量	總碳排放
使用日光燈	0.43kg/h			買鋁箔包飲料	0.24kg/瓶		
開冷氣機	0.621kg/h			用衛生紙	0.04kg/張		
吹電風扇	0.25kg/h			看電視	0.096kg/h		
用免洗筷	18.27kg/雙			觀看線上影音	3.2kg/h		
買寶特瓶飲料	0.093kg/瓶			索取發票	0.04kg/張		

合計 我平均一天製造 \_\_\_\_\_ kg碳排，預估一週產生 \_\_\_\_\_ kg碳排

## 減碳開始

統計每天「減少」的碳排量

例如：第一天累積使用日光燈 3 小時，請在DAY1空格填上”3”

項目	使用量	DAY1	DAY2	DAY3	DAY4	DAY5	DAY6	DAY7	使用量	總碳排放
使用日光燈	0.43kg/h									
開冷氣機	0.621kg/h									
吹電風扇	0.25kg/h									
用免洗筷	18.27kg/雙									
買寶特瓶飲料	0.093kg/瓶									
買鋁箔包飲料	0.24kg/瓶									
用衛生紙	0.04kg/張									
看電視	0.096kg/h									
觀看線上影音	3.2kg/h									
索取發票	0.04kg/張									

合計 挑戰周產生產生 \_\_\_\_\_ kg碳排

## 減碳挑戰日記

(除了上述行為，你還可以如何落實節能減碳?請簡述你在寒假生活中的減碳作為)