

按照中宣部、中央文明办印发的《关于开展倡导绿色生活反对铺张浪费行动方案》精神和市委宣传部、首都文明办工作要求,结合石景山区实际,区文明办按照“加强宣传引导、培养文明习惯、启发环保自觉、投身公益行动”的工作思路,制定了在全区开展倡导绿色生活反对铺张浪费行动方案。大力宣传绿色环保理念,弘扬中华民族传统美德,培养向上向善社会风气,引导广大人民群众崇尚自然简约的生活方式,营造厉行节约、拒绝浪费、全民践行绿色生活的社会氛围。全区上下积极行动起来,反对铺张浪费蔚然成风。

倡导绿色生活 反对铺张浪费 空调调高一度 享受绿色生活

# 扇子 风扇 空调合理使用战酷暑

“仲夏苦夜短,开轩纳微凉。”如今在酷暑难耐的伏天“纳微凉”的手段早已从“开轩”变成了开空调。开空调使得用电量激增,为应对夏季用电紧张的挑战,保证石景山区的正常生产生活,石景山区文明办向全区市民发出低碳环保,自觉将空调调高1℃,争当绿色生活好市民的倡议。

未伏的中午,记者来到石景山区公共文明协调办公室(以下简称协调办),工作人员正在午休,有人用手机看新



午休时扇子扇起来

闻,有人在看报纸,她们手中摇动扇子,空调处于关闭的状态。记者看到,办公室里还有一台电扇。协调办副主任祁淑玉向记者介绍,伏天,扇子、风扇、空调合理使用战酷暑得到了大家的认可。早晨,擦完地面,打开风扇,地面很快就干了。一来避免了踩出脚印;二来降低了伏天的湿度,让人的闷热感降低;三来比空调省电。午休时,大家摇动扇子,走一走,锻炼身体与降温两不误;或者边扇扇子,边看新闻,手脑并

用,锻炼协调性。下午上班后,享受空调带来的清凉,温度不会低于26℃。下班前20分钟关空调,让身体适应下班后路上的温度,有利于健康。

协调办还积极向石景山区公共文明引导员普及科学度夏天的知识——室内空调温度过低,室内外温差过大,极易诱发“空调病”。空调温度每提高1℃,耗电量将节省7%-10%,鼓励引导员勤俭持家,减少家庭开支。

文并摄/记者 李畅

## 玻璃避风阁阻挡外面滚滚热浪

八角街道建钢南里居委会的玻璃避风阁,不但将炎炎夏日的滚滚热浪阻挡在办公区外,也让冬日的寒风不能直接吹进来。居委会有不少绿植,不仅美化了环境,也让人看上去感到一丝清凉。

居民张先生对记者说:“儿子曾对我说,您辛苦了大半辈子,不用在乎电费,舒服就行。我就把在居委会学习到的人体感觉最凉爽的温度是在26℃-

28℃之间;长时间享受空调清凉会引发空调病;我国电力主要来源于火力发电,燃煤排放的碳粉尘、二氧化碳、二氧化硫等污染物会造成大气污染;空调温度每提高1℃,能减少相应污染物排放这些知识告诉儿子。现在,我儿子一家也做到了空调调高1℃。不经意间我们为环保做出了贡献,还为家里节省了电费。”

居委会主任屈璠介绍,居委会对居



民进行的宣传,让大家认识到节约能源,保护生态环境是一件利国利民的好事。在炎热的夏季自觉将空调调高1℃是为了身体健康,更是文明素养的彰显。现在已出了伏天,但是“秋老虎”还在,明年的炎炎夏日还会再来,节电工作任重道远。石景山区正在不断地总结省电小窍门,传递着环保大理念。

文/记者李畅 供图/建钢南里居委会

更健康 更自然  
更安全 更环保

# 绿色交通 低碳环保

## 从我做起

### 共建绿色家园



石景山区精神文明建设委员会办公室

北青社区报  
COMMUNITY NEWSPAPER

制