

消費資(警)訊

從低碳飲食到綠色旅遊 永續淨零綠生活蛇麼都有

日期：114/02/01

環境部綜合規劃司

農曆新年期間，環境部邀請您一同開啟淨零綠生活，只要透過生活上的小小改變，即可實踐生活環保，積少成多，減少碳排並轉動產業的改變，為我們的地球盡一份心力。

俗話說民以食為天，說明食物對人的重要性，可別小看自己每日的飲食，也是節能減碳愛地球的重要一環呢！我們可以掌握「零浪費低碳飲食」選擇當季、在地食材不僅能減少碳足跡，還能保證食材的新鮮與營養。其次，低碳烹調方式，避免過度加工，讓食物保有原本的風味與營養價值。出外用餐時，倡導大家點餐要適量，吃不完的食物打包帶走，避免浪費，且自備餐具，減少拋棄式餐具的使用。這些小小的改變，將累積成巨大的力量，減少碳排放並降低廚餘產生。

提到旅行、觀光，有人視它為一段自我療癒、找回內在自我的旅程，過年走春旅遊記得選擇「環境教育設施場所」、「環保餐廳」及「環保標章旅館」作為旅遊行程景點、用餐以及住宿地點。旅行過程中的每一個細節注入永續的理念，讓每一次旅遊都成為對地球友善的舉動。

零浪費低碳飲食與綠色旅遊的推廣，不僅是對環境負責的行為，更是提升生活品質的方式。從飲食到旅遊，每一餐的選擇到每一次的旅行，透過每一個細微的改變，都在為地球貢獻力量，環境部邀請全民一同實踐淨零綠生活並養成習慣，落實生活轉型，創造永續環境、邁向低碳新生活，逐漸達成2050淨零排放的目標。

淨零綠生活行動指引下載網址：

<https://greenlifestyle.moenv.gov.tw/NetZeroTheme>