

少碳氣 多微笑

「行」之有道 交通篇

週一 不開車

鐵馬 步行 兼保健

球球、警官小叮嚀

1. 多搭乘公共運輸工具；減少一人開車騎機車次數；每週一不開車。
2. 多走樓梯，少坐電梯；上班外出常騎鐵馬，多走路，增加運動健身的時分。

中華郵政股份有限公司澎湖郵局

請響應 **蔬食減碳**

少肉救地球

台灣週一無肉日為地球降溫

多蔬食、少吃肉的四大理由

<p>減碳理</p> <p>抗議救地球的關鍵</p> <p>聯合國報告：畜牧業是溫室氣體排放的主要來源，占全球溫室氣體排放的14.5%。其中，牛、豬、雞、鴨、鵝等肉類生產的碳排放量最高。減少肉類消費，可以減少溫室氣體排放，緩解全球暖化的速度。</p>	<p>減碳理</p> <p>預防疾病 促進健康</p> <p>世界衛生組織報告：多吃肉類，特別是紅肉，會增加患心臟病、糖尿病、癌症等疾病的風險。而多吃蔬菜、水果、全穀類食物，則可以降低患這些疾病的風險。</p>	<p>減碳理</p> <p>保護環境與生態</p> <p>畜牧業需要大量的土地、水和能源。為了滿足肉類需求，人類不斷開墾森林、草原，導致生態環境破壞，生物多樣性減少。減少肉類消費，可以減輕對環境的壓力。</p>	<p>減碳理</p> <p>拯救動物 尊重生命</p> <p>動物是地球上的生命體，具有感知痛苦的能力。在肉類生產過程中，動物往往要承受痛苦和殘忍的對待。減少肉類消費，就是減少對動物的傷害，尊重生命。</p>
---	---	---	--

隨手關燈一小步，節約能源一大步。



省一點能源，增一分福田。

