



地球日網站：<https://earthday.org.tw/>

訂閱地球日電子報：<https://tnf.neticrm.tw/civicrm/event/info?reset=1&id=6>

訂閱《環境資訊中心》電子報：至《環境資訊中心》網站 <https://e-info.org.tw/>，

點選右上角「訂閱電子報」

2026 年地球日 56 項綠行動

The infographic features a green and yellow color scheme with a grid background. It includes icons for a turtle, a lightbulb, a recycling symbol, and a tree. The text is organized into columns and sections with bold headers.

地球力
行動有勁
地球有力

56項綠行動 等你來加入！

減塑力

- 隨身攜帶購物袋、環保餐具及水杯
- 旅遊時自備盥洗用品
- 選擇循環餐具的外送平台或店家
- 購買裸裝商品、拒絕過度包裝
- 選擇友善環境的清潔美妆用品
- 使用布衛生棉及月亮杯等生理用品
- 為毛小孩選擇天然材質的玩具
- 把塑膠袋重複使用到極致後才丟棄
- 追求耐穿可再生材質，向快時尚說不
- 參加使用循環杯、循環餐具的活動
- 支持實踐綠色循環經濟的品牌
- 認識塑膠用品的1-7回收編號
- 落實正確資源回收和分類
- 參與政府和企業的減塑行動

減碳力

- 退訂不需要的電子報，減少數位碳排放
- 多利用發票載具及電子文件，減少紙張列印
- 以重複性保暖用品取代暖暖包
- 淘汰傳統燈具，改用LED燈具
- 冰箱最多8分滿，讓食物間留些空氣循環
- 吃在地、吃當季，減少食物碳足跡
- 搭乘大眾交通工具或共乘，響應低碳旅遊
- 少肉多蔬，選擇友善耕作的小農食材
- 維修舊物、鞋包、電器，壞了才丟
- 優先列出購買清單，減少衝動性購物頻率
- 支持MIT商品，降低運輸碳排
- 以租代買，使用共享資源
- 認識食材和商品的碳旅程
- 支持提供生產履歷和碳足跡標章的品牌
- 每天早睡15分鐘，身體健康又減碳
- 最多存放2週內需要的食材，保持新鮮
- 以回收水沖馬桶或澆花
- 多走樓梯、少搭電梯
- 續住住宿不換床單
- 安裝水龍頭省水裝置
- 選擇節能標章的電器用品
- 支持使用綠電的品牌(公司)
- 營造通風環境，少開冷氣
- 與孩子一起挑選二手玩具和衣物
- 減少消耗貴重金屬，不追逐手機與3C產品
- 以保溫壺取代恆溫型熱水瓶
- 安裝一塊屋頂型太陽能板
- 減少光害，隨手關閉不必要的室內與戶外燈具，或將家中燈器更換為「友善夜空」照明

節約力

- 捐款給一個環保團體，發票也可以
- 關注一個環境議題並分享資訊
- 社群分享自己的自然觀察或環境行動
- 閱讀一本自然書籍
- 訂閱環境資訊中心電子報
- 付費支持看一部生態紀錄片
- 參與環境相關的講座或生態工作假期
- 依《臺灣海鮮選擇指南》購買海鮮
- 帶著孩子認識台灣原生動植物
- 參與環境連署及倡議遊行
- 加入生態調查志工，成為公民科學家
- 撥打0800-066666檢舉環境汙染案件
- 監督政治人物落實環保政見
- 計算自己的能源足跡

知識力

響應綠行動

團體：<https://tally.so/r/obAJgN>

個人：<https://tally.so/r/RGPABd>