



#零塑膠午餐

從每一餐做起
打破對即棄塑膠的依賴

6月8日，與全世界的兒童
一起慶祝世界海洋日，
支持零塑膠午餐



為什麼？

大部分即棄塑膠製品被丟棄之前，只被用了幾小時，甚至幾分鐘的時間，但它們卻會在環境中殘留幾百年，對海洋造成嚴重破壞。

如何行動？

只需在日常生活中踏出一小步，我們便可以停止使用非必要的塑膠。且從我們的午餐開始！

你知道嗎？

我們每年製造**三億噸**塑膠，當中四成的塑膠只被使用了一次。

每年有**八百萬噸**塑膠垃圾流入海洋。

聯合國預計在**2050年**，海洋中塑膠的數量會比魚類多。

塑膠垃圾嚴重影響海洋生態，九成海鳥體內含有塑膠。

#零塑膠午餐日的事前準備

1 統計每日所使用之即棄塑膠製品（膠袋、餐具、飲管或其他）

星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
小計				
總計				

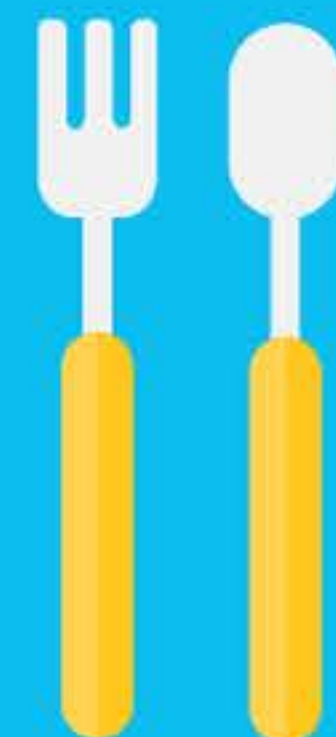
2 取替即棄塑膠製品

膠袋
(10-20年*)
*分解所需時間



環保袋

塑膠餐具
(450年)



不銹鋼餐具

膠樽
(450年)



可重複使用的水樽

塑膠飲管
(200年)



紙製飲管
或不使用飲管！

塑膠咖啡杯
(20年)



可重複使用的咖啡杯

3 取替使用塑膠包裝的食物。以下是幾項建議：

包裝糖果



自製曲奇及鬆餅

包裝薯片及餅乾



自製爆谷

燕麥棒



使用可重複使用的容器
儲存穀類食品、水果及乾果

包裝果汁飲品



自製沙冰
並儲存在水樽內

在世界海洋日 分享你的成就！



在世界海洋日，請確保你的午餐並沒有使用任何即棄塑膠。CNN會於當天透過網絡分享來自世界各地兒童的午餐。

請與我們分享你的照片，
比較你的日常午餐和世界海洋日的午餐。

請在社交網絡上標籤 #ZeroPlasticLunch
或電郵至 ZeroPlasticLunch@cnn.com

最後的飲管



每天數百萬計的塑膠飲管在使用一次後便被丟棄，但大部分的飲管並不會被重用或回收。它們不但污染海灘，更對海洋生物造成威脅。

請立即行動！鼓勵你的學校參與
「最後的飲管」活動，停止使用塑膠飲管。

如你的學校願意參與行動，
請透過電郵 thelaststraw@cnn.com
或標籤 #thelaststrawCNN 通知我們！