今天是植树节，但您可能没有意识到，除了出门去植树，您还可以有更多的增绿方式。在过去的观念中，植树节无非就是植树，但随着首都建设进入新阶段，可以提供给市民植树的空地已经越来越少了，植树节的意义也不再仅仅停留在种了多少棵树上面了，增绿更需要的是在人们的心田里播下生态文明的种子，增强绿色低碳生活的意识。本报记者为您探访了时下都市生活中更多的增绿方式——

除了植树，您还可以拥有的N种绿色生活方式

□本报记者 陈曦 王路曼

高效出行 环保健身两不误

说到绿色出行，大多数人想到的无非就是偶尔少开车，多坐公交、地铁等公共交通工具。但对于有车一族职工陈红来说，绿色出行已经成为她一种生活方式。3公里内，她坚持健步走；10公里内，她坚持骑自行车；超过10公里，她会选择地铁、公交等方式。“只有出城区，我才会选择开车前往。”陈红告诉记者，之所以这样，一方面考虑到绿色出行，另一方面也取决于效率。

“对于北京的交通状况而言，上下班早晚高峰期选择地铁出行，是最快速的。”陈红告诉记者，她家住南三环草桥附近，前往亦庄开发区上班，7点10分准时出门，骑车10分钟到地铁站，转乘地铁到亦庄仅用1个小时时间，之后散步五六分钟就到公司了。陈红说，她每天上班时间非常规律，可如果换成开车，慢的时候要两个多小时才能到达。

现在，陈红又发现了更多绿色出行的好处，“比如每天步行五六分钟，让我觉得工作前神清气爽，身体素质也明显提高了。”陈红说，如果时间允许的话，她还会提前在较远的地铁站下车，选择骑共享单车前往公司，这样一来既做到了节能环保，又锻炼了身体。

近年来，随着人们健康意识的增强，越来越多的人开始注重健身，而健步走就是最简单的健身方式。“在我们单位，时下最流行的就是健步走，上到经理、书记，下到一线员工，很多职工都选择绿色的出行方式——走路上班。”京粮集团密云粮油有限公司副主席刘伯学一边翻看手机，一边告诉记者，自从安装了市总工会推出的健步“121”手机APP软件，他每天至少健步走三公里，而公司里走路上班的同事也越来越多，通过排名可以看到，每天坚持健步走超过5公里的职工大有人在。

环保用品 让生活发生微小变化

“90后”女孩林笑笑的包里总有一个布艺的卡通形状钥匙坠，小巧又可爱。可仔细一看，原来这个钥匙坠还内有玄机，“拆开后，其实是一个环保购物袋。”林笑笑说，“这个袋子我每天都带着，随时可以取出来用。三年时间了，我没有在超市买过塑料袋。”

说起这样做的原因，林笑笑告诉记者，仅仅是在一次环保公益活动上，她听说塑料袋的腐蚀过程非常长，埋在土里几百年都不会消失，“一想到数百年后，生活中的白色垃圾无处不在，我就觉得毛骨悚然。”因此，林笑笑从自身做起，不仅买了环保袋，还呼吁身边的朋友和同事，都选择环保用品。

除了购物袋，林笑笑的书包里还有一个细长的小铁盒，里面放着一双小巧的金属筷子。“这也是我出门必备的，尽可能少使用一次性筷子，也算为环保尽一份自己的力量。”林笑笑说，也有人说她做这些小事有点矫情，但坚持三年后，这种绿色的生活方式已经成为林笑笑的标签。

跟林笑笑随身携带环保购物袋和筷子不同，因为经常出差，在一家知名会计事务所担任注册会计师的叶小义经常带在身边的是一套洗漱包和拖鞋。

“我们出差住的都是星级酒店，酒店会给客人准备洗漱用品和拖鞋。但是我觉得，这些东西都是一次性的，用过就扔，太浪费了，不如我自己带，反正就长期放在我的登机箱里，也不会占用太多地方。减少了浪费，也更加卫生。”叶小义说。

垃圾分类 让生活环境更美

除夕夜，浙江省金华市一名环卫工人在清理垃圾时，双手被垃圾中的一瓶强酸化学品腐蚀。后经检测，强酸化学品是氢氟酸。这种化学品，威力巨大，甚至能腐蚀金属、玻璃等物体。当地城市管理行政执法局在官方微博上回应说：曾去查找氢氟酸来源，因垃圾量太大且那地方都是随地乱丢在地上不入桶，很难找到户主。

消息一出，再次引起了人们对于垃圾分类的关注。“包括废电池、废日光灯管、废水银温度计、过期药品等在内的有害垃圾都要格外注意，必须要经过安全的特殊处理，否则不仅有可能伤害到环卫工人，还会对我们的生活环境造成危害。”家住西城区的王静雅表示。

王静雅说：“现在，随着知识的普及和媒体的宣传，越来越多的人意识到了垃圾分类的重要性，但是怎么分，却是很多人头疼的一件事。其实，垃圾分类并没那么复杂，尤其是年轻人，多上网看看，学一学，就知道了。”

“我们家里一共有3类垃圾桶，跟小区楼下的一样，厨余垃圾、可回收垃圾，不可回收垃圾。比如厨余垃圾就是剩菜剩饭、骨头、菜根菜叶、果皮等。可回收垃圾主要包括废纸、塑料、玻璃、金属和布料五大类，但是要注意纸巾和厕所纸由于水溶性太强，属于不可回收垃圾。”王静雅头头是道的说着。

除了王静雅，她的妈妈张阿姨也在用实际行动践行着“绿色生活”。而她行动的方式，就是将一些生活垃圾收集起来，交给专业机构处理。“比如废旧书本报纸、易拉罐、酒瓶等，我都会随手收集起来，等积攒到一定数量，就通过手机APP交给废旧物品回收的专业公司，有时候还能换回来一些洗衣粉、洗衣液、鸡蛋等生活用品和食品，也挺有成就感的。”张阿姨笑呵呵地说。

“断舍离” 源头减少垃圾产生

近几年，“断舍离”成为了时尚新词。每隔一段时间，朋友圈里都会有人晒出成果：一堆不穿的衣服、鞋靴和一个略显空荡，却整洁的衣橱。

在某金融公司工作的黄悦告诉记者，“这些人把重点放在了‘离’上，但我觉得更高阶的其实是‘断’。脱离对物品的迷恋，不买、不囤，不需要的东西。”她表示，曾经她也是一个美鞋控，看到心仪的鞋子，哪怕少吃一顿饭都要入手。几年下来，鞋柜里、床底下、大衣柜里都塞满了她的鞋子。可是实际上，一双鞋子一年能穿上的时间不超过1周，很可能有的鞋子一年也穿不了一次。

有段时间，黄悦开始“断舍离”，将长期不穿的鞋扔掉。虽然有点舍不得，但是看到空置出来的空间，心里却清静了不少。但是这种情况仅仅保持了一小段时间，新买的鞋子就又塞满了她家。几轮折腾下来，她逐渐意识到了问题所在。“要控制自己的购物欲，从源头减少垃圾的产生。”黄悦说。

跟黄悦通过减少不必要购物达到“绿色生活”不同的是，去年3月当上妈妈的齐晓鹤则有另外一套“生活经”。“我家宝宝现在快一岁了。这一年来，我几乎没有给他买过新衣服。他穿的衣服都是我的朋友、亲戚家孩子穿过的。我觉得这样的方式，也很环保、绿色。”她说。

齐晓鹤告诉记者，她怀孕的时候，就有朋友小心翼翼的问她，介不介意孩子穿旧衣服，她都会告诉他们，一点也不介意。“我知道，有的人会嫌弃旧衣服，尤其是给孩子穿，但是我觉得，小孩子成长很快，新衣服转眼就小了，实在没有必要给孩子买太多。”

“现在，我们几个朋友建了一个群，我们会在群里分享自己家孩子穿小的衣服，现在，我们这个群里已经有10几个人了。”齐晓鹤说。

节能电器 省的不只是电费

在北京，购买节能家用电器，享受补贴优惠，这早就不是什么新鲜事了。据了解，自2015年11月27日开始，北京市户籍人员、驻京部队现役军人、现役武警、持有有效《北京市工作居住证》和本市暂住证的非京籍人员购买符合政策的节能减排商品，包括电视机、冰箱、洗衣机、坐便器等12类节能减排商品，均享受补贴优惠。

具体而言，对符合条件的消费者购买不同级别能效标识的各类节能产品，可享受8%到20%不等的对应补贴，最高可达800元。

“前不久，我刚刚买了一台电冰箱，一级节能，原价三千多元，享受节能补贴后，价格就降到了不到2700元。”采访中，职工王铮告诉记者，不仅仅在消费环节节能产品有着价格优惠，从长远角度来说，节能产品更省电。

在王铮新装修的房子里，从插座、电灯到各类大小家用电器，他都选择了节能产品，“从消费者的角度来说，不管是节能补贴，还是节约电费，节能产品都是更划算的。”王铮说，而从社会人的角度来说，选择节能产品，更是选择了绿色环保的生活方式，“造福子孙后代的事，何乐而不为呢”。

据北京节能环保中心2017年年底测算，北京市节能减排政策实施两年来，销售节能减排商品452万余台，销售额约159.6亿元，节电约3.55亿度，相当于大约11.8万户居民一年用电量，折合标煤11.9万余吨，减排二氧化碳29.13万余吨。

采访中，记者发现，消费者对于节能电器的购买和使用，正呈不断上升的趋势，有报道显示，在北京，2017年度节能产品消费额较之2016年度增加了19.77%，而对于2018年继续推广节能理念，推荐节能产品，政策促进绿色消费的形势，相关部门及生产企业也一致看好。