

60  
EARTH  
HOUR



# 連繫 地球1小時

28.03.2026 | 20:30

每年，全球超過190個國家和地區的個人、社區、企業、機構以及政府齊聚一堂，慶祝「地球一小時」，為地球發聲。今年3月28日，香港即將迎來第18個「地球一小時」，以「連繫地球一小時」為主題，呼籲大家為環境作出改變，一齊為地球創造最有影響力的一小時！

## 我們需要你的支持：

- 簽署「地球一小時」承諾
- 於3月22日晚上8時30分關掉非必要的燈及電器一小時

## 為地球付出更多，走得更遠

除熄燈一小時以外，讓我們延續「地球一小時」精神，為地球付出更多！我們鼓勵大家一起改變日常生活習慣，為拯救地球和我們的棲息地出一分力。從今天開始，選擇一項或多項您想要開始進行的活動吧！

### 生活範疇



飲食

#### ● 支持「國際零廢物日」(3月30日)

廢物污染危機迫使我們必須轉向可持續的消費模式。每年3月30日為「國際零廢物日」，旨在提高全球對廢物管理重要性的關注。

2026年的主題聚焦於「食物浪費」——這是應對氣候變化最有效且最可行的方法之一。透過優先實踐「源頭減廢」及提高資源利用效率，我們能有效應對這項環境威脅，守護我們的未來。

#### ● 連繫地球一小時：解決食物浪費(響應「零廢物」行動)

- 「惜食」大挑戰：利用午膳的60分鐘鼓勵學生完成進食，藉此學習減少食物浪費如何成為應對氣候變化的有效方案。
- 創意升級再造：利用一小時教導學生將果皮或「外表不完美的蔬果」轉化為堆肥，減輕食物損耗對環境帶來的威脅。
- 提供素食餐盒，推廣多菜少肉飲食



戶外活動

- 邀請師生到校園內花園或附近公園散步
- 參加「地球一小時」活動及熄燈儀式



運動

- 組織一系列戶外活動，如遠足、露營、踩單車等，加強學生、家長及老師與自然的聯繫
- 到郊外舉辦學校野餐活動



藝術與創意

- 栽種植物，裝飾工作及學習環境
- 於美術或設計相關科目的課堂中加入大自然元素



娛樂

- 觀看與生態有關的電影或紀錄片，如：《我們的天與地》  
([https://www.youtube.com/watch?v=GfO-3Oir-qM&list=PLydz2Hrp\\_gPS1DRwFcowNTRNR1B9QbPm3](https://www.youtube.com/watch?v=GfO-3Oir-qM&list=PLydz2Hrp_gPS1DRwFcowNTRNR1B9QbPm3))
- 舉辦以大自然為主題的故事會、話劇表演或小劇場



綠色生活

- 於午膳時間節省能源，延續「地球一小時」精神
- 減廢外賣月：  
鼓勵師生在訂購外賣時自備可重用餐盒餐具，為期一個月  
(歡迎購買本會的可重用餐具，支持我們的保育工作)
- 嘗試重用舊紙張及用獲得FSC認證的紙張印刷學生工作紙和文件
- 在學校範圍設置回收站，養成回收的習慣
- 宣揚環保訊息，更換社交媒體的頭像，並讚好及轉發「地球一小時」資訊
- 舉行可持續發展分享周，分享環保議題，如氣候變化、環保海鮮及低碳飲食等



WWF-Hong Kong



earthhour.hk