[](https://www.bing.com/images/search?view=detailV2&ccid=pQsC91T6&id=338907A44F5B8DBA57542979A4D03DBEA1DC2F42&thid=OIP.pQsC91T691TsSZ1PpOH7nwHaHa&mediaurl=http://web2.ctsh.hcc.edu.tw/stu100/s10011136/public_html/images/20089401930220_2.jpg&exph=1001&expw=1000&q=+%d8%b2%d9%85%db%8c%d9%86+%d9%be%d8%a7%da%a9&simid=608012890854786732&selectedIndex=21) **22آوریل مصادف با 2 ارديبهشت روز زمین پاک**

**زمین موجودات فراوانی را در خود جای داده است و برای ما ارزشمند است و روز جهانی زمین پاک، نمادی از ترویج فرهنگ حفاظت و نگهداری از محیط زیست و زندگی سبز است.**

**7 نکته برای داشتن زمین پاک**

1. **در استفاده از کاغذ صرفه جویی کنید و سعی کنید کارهایتان را بدون استفاده از کاغذ انجام دهید. به طور مثال تا حد امکان قبض‌هایتان را از طریق اینترنت پرداخت کنید. صرفه جویی در کاغذ در واقع به معنای کمتر بریده شدن درختان اطراف شماست که هر ساله هزاران هزاراز آنها برای تولید انواع کاغذهایی که در طول روز در اختیار شما قرار می‌گیرد تلف می‌شوند و در عین حال با این کار زباله کمتری تولید شده و دی اکسید کربن کمتری تولید می‌شود.**

**2- در ساخت و انبوه شدن جنگل‌ها شما هم کمک کنید. کاشت هر نهال می‌تواند سال‌های سال هم خاطره خوشی برای شما و هم کمکی به محیط زیست باشد.**

**3- به انجمن‌های حمایت از محیط زیست کمک کنید. آن‌ها با تلاش بی وقفه خود سعی در نجات زمین دارند.**

**4- در محل کارتان هم به سبز بودن زمین فکر کنید. از مدیر بخش خود بخواهید که برنامه‌ای ترتیب دهد که کاغذ کمتری مصرف شده و اسراف نشود. برای نوشتن از هر دو روی کاغذ استفاده کنید.**

**5- اگر به سفر رفتن فکر می‌کنید حتما سفر با قطار را در اولویت قرار دهید. تحقیقات نشان می‌دهد که دی اکسید کربنی که قطارها برای زمین تولید می‌کنند 4 تا 15 درصد کمتر از هواپیماهاست. پس قطار را فراموش نکنید.**

**6- در مصرف آب صرفه‌جویی کنید. اصراف در آب می‌تواند به ضرر زمین تمام شود. هنگام دوش گرفتن زمان مشخصی را در نظر بگیرید و دقایق طولانی بی‌دلیل زیر دوش نمانید و آب را بی علت باز نگذارید.**

**7- در محله خود جستجو کنید. می‌توانید از همین هفته به محله خود بروید وببینید که سوپرمارکت‌ها و دیگر مغازه‌ها چطور زباله تولید می‌کنند و چقدر می‌توان به آنها نکات مفیدی را گوشزد کرد.  
اگر رودخانه‌ای نزدیک محل سکونت شماست آن را زیر نظر بگیرید و راه‌هایی برای تمیز نگه‌داشتن آن به همسایه‌ها پیشنهاد کنید.**

**در نهایت بهترین راه کمک به زمین می‌تواند لذت بردن از آن باشد.**

**از خانه بیرون بروید و انگیزه خود را برای نجات این محیط زیبا بیشتر کنید.**

**بهداشت محیط مرکز بهداشت شهرستان تفرش**