

一粥一饭，当思来之不易，半丝半缕，恒念物力维艰

世界勤俭日 今天你节俭了吗？

编者按：

春种一粒籽，秋收万颗粟。一粒种子播到土里，施肥松土锄草然后是数月的等待，成熟收割脱粒接着的是数十天的辛劳，当一碗米饭端上餐桌时，我们除了享用它是否也会想起这其中的辛苦与汗水呢？浪费问题已经成为现在非常普遍的社会问题。“一粥一饭，当思来之不易，半丝半缕，恒念物力维艰”，常怀感恩之心，常为节俭之举，是您的美德。

今天是世界勤俭日，勤俭不仅是中华民族的传统美德，勤俭也应该体现在我们的日常生活中。勤俭是一种远见，是一种态度，是一种智慧，是对家庭幸福的盘算，更是一份社会义务的担当。生活的品质高低与奢侈程度无关，当勤俭成为一种生活习惯并且每个人都能身体力行时，生活将会变得更加有滋有味。



春种一粒籽，秋收万颗粟。一粒种子播到土里，施肥松土锄草然后是数月的等待，成熟收割脱粒接着的是数十天的辛劳，当一碗米饭端上餐桌时，我们除了享用它是否也会想起这其中的辛苦与汗水呢？浪费问题已经成为现在非常普遍的社会问题。“一粥一饭，当思来之不易，半丝半缕，恒念物力维艰”，常怀感恩之心，常为节俭之举，是您的美德。

三代申城人 勤俭观不同

勤俭在不同的时代有不同的意义和表现方式，因此，不同年代的人对“勤俭”，也有不同的理解。

“我们老一代人从小过惯了穷日子，有时候看着孩子们花钱大手大脚，真是心痛！”提起勤俭，家住胜利路的朱云珍很有感触，她出生在物资匮乏的20世纪40年代，从小在农村长大，又经历过三年自然灾害。她感叹地说，现在生活好了，平时多锻炼身体，少在吃药打针方面花钱，也算是节俭了。

出生于20世纪70年代的陈女士认为，眼下的生活衣食无忧，提倡勤俭，也不会像老一辈那样“缝缝补补又三年”。她认为，现在的勤俭，就是不敢

费，不该花的钱不花，不该买的东西不买，尽可能做到物尽其用，节省能源、省电省水。陈女士说，“我经常外出就餐，也会将没吃完的食物打包回家，买了没穿的衣服也会送人。”

很多80后、90后对勤俭观也有自己的看法，他们认为如今的勤俭应该是理性消费、合理消费。该买的还是要买、该享受的还是要享受，只是随着网络的发展以及商家经营方式的多样化，衍生出了很多节俭的方式。“想吃大餐去团购、想买名牌去网购、想看电影办会员、心情好的时候就去化妆品专柜化个免费妆。”这是80后女孩朱婧的节俭消费观。

勤俭有高招

勤俭是一种美德，节约是一种素质，低调是一种心态，朴素是一种修为，环保是一种境界，低碳是一种素养。看各路达人如何用妙招把握节俭，hold住生活：

细节见勤俭

如何既节省能源又少花钱，家住胜利路一小区的钱桂荣女士有妙招：做饭时很多小细节都可以省电，比如用微波炉加工食品时，最好在食品上加层无毒塑料膜或盖上盖子，这样食物水分不易流失，味道好又省电；米在电饭锅内预先用温水浸泡约20分钟，再通电加热可缩短煮熟时间，这样也能省电；冰箱冷冻室的霜挂得太厚也会影响冷热交换，耗电量增多，平时存放食品不要太满，应当适当地留出点空隙，让冷气对流，这样可以保持箱内温度均衡。

垃圾也是资源

居家过日子，东西用旧了，是不是一定要扔掉呢？家住经典花园小区的王小姐不这么认为，

她给记者介绍了几个废物利用的小妙招：破了洞的丝袜扔了可惜，可以把它们收集在一起扎好，用来专门刷盆、刷马桶外檐，效果比用抹布好；黄瓜不好洗，削皮吃又损失了营养，所以用旧了的牙刷可以用来刷黄瓜，又省事又干净；女孩子经常要做面膜，用过的面膜纸很柔软，晾干后可以用来擦皮具，又干净又能保护皮子。

旧物改造成宝贝

家住报晓新村小区的李艳女士是小区旧物改造达人，她告诉记者，勤俭是中华民族的传统美德，生活处处都能节俭，比如穿旧了的牛仔裤，牛仔裤料子比较厚实，棉质很好，裁剪以后可以用来做椅垫，比较吸汗，坐着舒服，剩下的布料也可以用来做杂物袋，结实又美观；用小刀把旧网球剪成十字形，从中间撕开套在椅子脚上，这样避免了椅子挪动发出的声响又不会刮伤地板。

浪费现象无处不在

学生食堂半小时装满一桶泔水

10月29日下午5时30分，信阳师范学院第五食堂内已经坐满了前来就餐的学生。记者在餐具回收处观察了一会儿，发现仅有不足四成的学生能把食物吃完，而很多餐盘都剩有一半的饭菜。

记者采访了解到，浪费也有很

多原因。大一学生董丽萍餐盘里的米饭和青椒看起来没怎么吃，“实在是吃不下，青椒炒鸡蛋只见青椒，不见鸡蛋，而且青椒都软软的，像是水煮过的一样，口感实在很差。”还有很多学生认为食堂所盛的饭太多、饭菜吃不完也是食物剩

余的一个重要原因。

李贵新是第五食堂回收处的工作人员，他指着硕大的泔水桶告诉记者，半个小时下来就能回收一桶，一天下来，该食堂能回收三大桶剩饭菜，每一桶都有300多斤，需要3个人才能抬得动。

打包剩饭菜的人太少

整桌丰富的菜肴只吃了不到一半，客人就埋单了，剩下的饭菜很少有人要求打包带走。于是，剩下的食物就被倒进了泔水桶。这样的情景在我市的很多饭店里，几乎每天都在上演。

近日，记者在金色阳光海餐馆店举办的一场婚宴上看到，中午1时左右，饭店服务员开始撤台，大

厅内数十桌的饭菜除了两三桌有人打包外，其余都被服务员撤走。饭店服务员告诉记者，这些没有吃完的饭菜，无论干净与否，全部都将作为泔水处理，“我做饭店服务员五年了，很少见到一桌饭菜被吃完的情况，一桌饭菜浪费一半是常有的事儿。”

每逢周末，在市内一家公司上

班的简晶就会和闺蜜一起逛逛街、吃吃饭。可是两个女孩子的饭量有限，每次到饭店都是点三四道菜，但是往往吃到一半就饱了。她说，自己也尝试过将剩饭菜打包带回家，“加热后味道就差很多，不好吃，最后还是无奈地扔掉，另外带着剩饭菜逛街也很不方便。”

“剩餐自费”依然挡不住浪费

近几年，很多自助餐陆续进入我市餐饮市场，想吃多少就拿多少的自助餐受到市民的热捧。然而，自助餐按需取食的做法，却成了很多人浪费不心痛的理由。浪费却成为

自助餐馆工作人员头疼的问题。“剩餐超过200克的食物，请您另外付费！”在新玛特二楼的一家自助餐厅里，随处可见这样的提醒牌。服务员王小姐告诉记者，即使这

样，仍有很多顾客不顾提醒，吃饱离开的时候，桌面上还留下很多食物，“为了客人的饮食卫生负责，很多剩余的像五花肉、蔬菜等这类还没有烤制的食物，我们也只能倒掉。”

