

做文明市民  
创文明城市  
建和谐家园

古人云:“俭则约,约则百善俱兴;侈则肆,肆则百恶俱纵。”勤俭节约作为中华民族传统美德,无论在国家层面、社会层面还是个人层面,都是社会主义核心价值观的重要体现。不久前,习近平总书记对制止餐饮浪费行为作出重要指示,指出餐饮浪费现象,触目惊心、令人痛心。强调要进一步加强宣传教育,切实培养节约习惯,在全社会营造浪费可耻、节约为荣的氛围。因此,我们每一位公民都应该养成厉行节约、反对浪费的生活习惯,坚决抵制餐饮浪费行为。我们要共同行动,以自身积极的行动拒绝浪费,做一名光荣的“光盘”者。

# 拒绝浪费 我们都是追『光』者

## 传承勤劳节俭美德

节约粮食,是我们每个公民应尽的义务,不能因为生活水平提高了就有了浪费的理由。浪费是一种可耻的行为。在生活的点滴小事中,我们都要有节约的意识,拒绝浪费,做文明时代的践行者。比如,吃饭时吃多少盛多少,不剩饭菜;在餐馆用餐时点菜要适量,而不应该摆阔气,乱点一通。要树立正确的生活观念和消费观念,在衣、食、住、行等方面严守规矩,不大吃大喝,注意勤俭节约,不奢侈浪费,以美德行动践行光荣传统。

我们生活中的“节约用水”“节约用电”“爱惜粮食”“少用一次性筷子”等好习惯要继续保持。不能因为现在生活条件好了就贪图方便,自我控制力差,把节约意识抛之脑后。这些行为虽然看似对个人造成的损失小,但对整个社会来说却是个大问题,这不仅涉及个人素质修养,还浪费资源,甚至影响了社会风气。首先,要节约粮食就必须按需准备食物,吃不下又准备很多食物,结果吃不完就只有倒掉。对于短期可以储存的食物,应

根据食物的特性和标明的储存条件来合理储存,这样可以避免食物变质。例如,袋装米应存于阴凉干燥处。其次,在家备餐,应根据就餐成员数量和食量来安排,一次烹饪的食物不宜太多;在外就餐时,也要根据家人食量适度点餐,切勿过度点餐,既造成粮食浪费,又导致不必要的支出。只要广大群众同心协力,用实际行动树立节俭美德,做勤俭节约风尚的传播者、实践者和示范者,才能推动节约意识在全社会遍地开花。

## 言传身教培养习惯

餐桌上的食物越来越丰富,我们该如何让孩子懂得珍惜粮食、怎样引导孩子养成节约的好习惯、杜绝舌尖上的浪费呢?如今,“再苦都不能苦孩子”的思想越来越多,很多家长抱着“富养”的态度,逐渐造成孩子没有了节约意识和良好的生活习惯。勤俭节约是中华民族的传统美德,它不但能让家庭保持富足,而且还能培养孩子艰苦创业的精神和奋发向上的品质。所以,作为父母,不能一味地宠溺,更应该言传身教,教会孩子养成勤俭生活的好习惯。

在银行工作的王女士说,她家7岁的孩子早上喝粥时,常常只吃碗里的肉或鸡蛋,粥胡乱吃几口就不吃了,有时为了“完成”任务竟偷偷地把粥倒到垃圾桶里。这让她感到很无奈,平时为了减少浪费和孩子能吃得饱,不得不多做一些合口味的东西。面对孩子的浪费行为,父母的行为对孩子也有着莫大的影响,所以父母在教育孩子之前,自己要做个好榜样。李博先生说:“幼儿园老师会要求小朋友吃光碗

里的饭,而我们在家也会经常给孩子讲解粮食是怎么来的,需要付出多少劳动。所以,孩子现在基本很少浪费食物。我们准备等孩子大一些就让他自己盛饭,吃多少盛多少。”“谁知盘中餐,粒粒皆辛苦。”这句古诗很多孩子都会背,但是真正领会它的含义,则需要家长日常引导。家长要教育孩子从小就珍惜粮食,把节约粮食的教育融入孩子日常生活中,这不仅能培养他们节约粮食的意识,还能让孩子更加懂得感恩。

## 适度点餐理智消费

餐桌文明是社会文明的缩影。为杜绝餐饮浪费,提倡厉行节约,各餐饮企业、外卖平台应重宣传、勤倡导,引导顾客文明就餐、适量点餐、理性消费,让“光盘行动”成为市民的新“食”尚。而市民在就餐时也应坚决制止餐饮浪费行为,切实培养节约习惯,自觉践行“光盘行动”,坚决抵制“舌尖上的浪费”。外出就餐做到适量点餐不剩菜,请客设宴要根据就餐人数、实际需要科学点餐,理性消费。倡导选择半份菜,反对好面子、讲排场、相互攀比的消费陋习。

在大众自掏腰包进行餐饮消费时,食品浪费往往较多地发生在朋友聚会等请客之中。通常,如果是自己家人在外就餐,一般不会多点,即使点多了没吃完,也会打包带走。但如果是请客,便总怕桌子上菜少了不够吃,如果吃光了,感觉是招待不周,怠慢了客人,面子上不好看,往往都会多点菜,吃不完一般也“不好意思”打包。而动辄上十桌、十几桌甚至几十桌的婚丧嫁娶宴、生日宴、升学宴,常常是食物浪费的“重灾区”。有时整鸡、整鸭等都没人动过筷子,最后就整盘地

直接倒掉。因此,减少食品浪费,须弱化请客时的“好面子”心理。在机关工作的张镇表示,社会上各种浪费现象令人十分痛心,以往吃饭常见一大桌子菜还剩一大半就已散席的现象,确实存在奢侈浪费之风。他说:“在国家的大力引导下,我身边的亲戚朋友反对浪费的意识也在逐渐加强。勤俭节约是争做合格共产党员的基础,是积极践行“两学一做”的表现。我作为一名共产党员,一定会努力做到吃多少点多少,积极践行‘光盘行动’。”

## 温馨提示主动引导

在国家大力提倡节约粮食的背景下,我市很多餐厅都张贴着“光盘行动”“浪费可耻、节约为荣”等宣传标语,小碗菜、半份菜、配备打包盒等已经成为大多数餐厅的标配,按需点餐、少量多样也变为了很多消费者的自发行为。更令人欣喜的是,不少餐饮店商家承诺不误顾客超量点餐,并免费提供打包餐盒,餐后打包的人越来越多,用餐浪费的现象有所改善,文明用餐的

良好社会风尚正在逐步形成。记者发现,市区内很多餐厅可以免费提供打包盒,“一碗米饭两块钱,一个打包盒也要两块……”“这个您不用担心,我们店的打包盒是免费的。”从消费者与餐厅服务员的话中不难看出,提供“免费打包盒”这个方便的暖心服务,着实赢得了消费者的“盛赞”,也有效调动了消费者将剩余饭菜“打包”的热情。针对这种免费赠送打包盒的商家,短期看,这样做确实会增加企业开

支,但立足长远,“光盘行动”将带来餐厨垃圾的极大减少,在提高食材利用率和人工洗碗效率的同时,门店运营的压力也会相应地减少。而对客人提供“关怀式”服务,不仅可以留住“回头客”,还能持续赢得消费者好口碑,给企业带来更多的效益。免费提供餐盒,虽然看似微小,但却可以主动引导,让“打包”变为消费者的日常行为习惯,将理性消费融入到人们的生活理念中。

## ·评论· 节约新风需要全社会共同发力

“米粒虽小,尤见礼义廉耻”“节约事微,可助兴国安邦。”当前,杜绝餐饮浪费行为正在成为朋友圈中的一股新风。如何建立制止餐饮浪费的长效机制,在全社会营造浪费可耻、节约为荣的氛围,也成为全社会共同努力的方向。而要实现目标,就需要国家多措并举,使厉行节约、拒绝浪费成为全社会的行动自觉。

2021年4月29日,十三届全国人大常委会第二十八次会议表决通过了《反食品浪费法》,自公布之日起施行。这意味着食品节约在道德要求之外,也有了法律的强力保障。厉行节约、反对浪费不再仅仅是倡导和号召,已经成为生效的法律条文,这让全社会反浪费更

有底气、更有制度遵循。不断传承中华民族勤俭节约的优秀传统文化的同时,相关部门也应该积极引导社会,养成健康文明的生活方式;不断强化宣传引导,大力倡导和弘扬优秀传统文化美德文化,倡导简约适度、绿色低碳的生活方式。网络新闻媒体要坚持正面宣传和舆论监督统一,宣传艰苦奋斗、勤俭节约的先进典型,曝光各种浪费行为,形成强大宣传舆论声势,在全社会营造浪费可耻、节约为荣的氛围。厉行节约,反对浪费不是某一个人的事,也不是某个群体的事,我们每一个人都有节约的义务、都有节约的责任。社会公共资源,任何人有不得浪费的义务和要求。虽然吃什么、吃多少是个人的权利,但如

果在餐饮上出现浪费,就是对社会资源的过度消耗,就是对公共利益的一种损害。花钱是个人消费的事,而资源是大家共有的。因此,节约粮食应该内化为每个人既有的素质,成为一种自觉行为习惯。遏制“舌尖上的浪费”需要民众意识上的自律和制度上的监督双管齐下。饱之需,何必八珍九鼎?三餐之盘,定要一干二净。厉行节约、反对浪费决不能是一阵风。只有政府带头、群众跟随,共同发力、久久为功,一起对浪费行为说“不”,一起将“光盘行动”进行到底,我们勤俭节约、艰苦奋斗的传家宝才不会丢,我们才能在未来的发展中守得住本、赢得先机。