

勤俭节约 从点滴做起

勤俭节约也是中华民族的传统美德，历来为国人所提倡。但在物质生活日益丰富的今天，人们勤俭节约的观念日渐淡化，浪费现象也越来越多，如水龙头不拧紧，造成水资源流失；办公室里电脑不关、空调 24 小时工作等。那么，应该如何节约资源、杜绝浪费？一些市民表示，勤俭节约重在行动，要从点滴做起。

◆你身边有哪些浪费现象？

●不按实际需求购物

近年来，各电商平台经常利用一些节日进行大规模促销。面对电商折扣、赠券、包邮等“挡不住的诱惑”，不少市民抱着“不买就是吃亏”“过了这个村就没了这个店”的想法，乘机抢购商品，但购买的却是一些不实用或是质量低劣的商品。

对于这种情况，市民招女士深有感触。“去年在某知名电商举办的购物狂欢节上，因为贪图便宜，我花了几千元购买了一大堆服饰类和护肤品。买回来后发现有一些衣服不合穿，还有一些衣服质量也是差强人意，并没有电商介绍的那般好，穿了几次就变形了，现在也被我晾在一边了。护肤品也是，因为买的都是从未用过的品牌，用过一次之后皮肤过敏就不敢再用了。”

如今，招女士很后悔自己这种不按实际需求消费的行为，并表示以后会根据自己的需求，做好购物规划，以免不必要的损失。“‘双十一’购物狂欢节就要来了，我在本子上写下了自己需要的东西，准备买一些平时一直用着的品牌，既不用担心质量问题，也不用害怕中了电商先抬价后降价的‘价格陷阱’。其他不需要或是用不上的东西，今年不会再贪图便宜去买了。”招女士说。

●“无节制使用”一次性纸巾

因为具有轻快、便利的特点，纸手帕、面巾纸、餐巾纸等的一次性纸巾被广泛使用于餐桌、家庭、酒店等各种场合，加上有些餐饮店无偿提供纸巾，一次性纸巾赢得了众多消费者的青睐。然而，很多人在获得便利的同时，却没有想到，自己的无心之举不仅造成了巨大的浪费，也污染了环境。

“我们店是免费提供纸巾的，放在桌上，客人的使用是不受限制的。”城区某面馆的老板说，“因为纸巾是免费提供的，客人用起来大多不会节制，有些人擦一下手都用几张纸。虽然不怎么值钱，但说句心里话，这样用纸真的很浪费。”这位老板告诉记者，虽然餐桌上供应的餐巾纸一卷的批发价不到一元钱，但看着客人没有节制地使用还是很心疼。这家面积不大的面馆，6 张桌子上都摆有纸筒，客人们可以免费且随意抽取使用。采访期间，记者也观察到几位客人的行为正如店老板所说，一抽就是连续好几张，随便擦了嘴或手就扔了。

“我区的常住人口约 60 多万人，如果人均每天使用一次性纸巾 10 张的话，日消耗一次性纸巾可以达到 12 吨。而生产 1 吨纸巾却需要生长了 10 年的大树 17 棵，这样计算的话，我区每天使用一次性纸巾的数量需要砍伐近 204 棵大树。”一位环保人士建议道，“在日常生活中，我们要减少纸巾的使用，不要认为免费就可以肆意浪费，另外我们还可以用手帕代替纸巾。”

●溺爱小孩 闲置玩具成堆

近年来，随着人们生活水平不断提高，家长为孩子购买玩具越来越肯花“大钱”，常常是“旧的没去，新的又来”。随着孩子长大或孩子对玩具“喜新厌旧”，不少尚未损坏的玩具已被束之高阁，渐渐地，玩具越堆越多。

记者在市民余先生家看到，毛绒公仔、各式各样的遥控车、积木、拼图、桌上台球等玩

具放满整个玩具房，还有一部分玩具都还没来得及拆封。在阳台上还有 3 个大纸箱子，里面都是玩具，除了部分有些脏外，大部分玩具还比较新，以前的学步车、手推车也摆放在一边。

余先生说，家里有 10 多件大同小异的遥控汽车，有一部分还有七成新，但孩子已经不玩了。家人建议余先生将旧玩具拿去送人，可左思右想还是没拿出去。“现在大家的生活都好了，谁家都买得起玩具。自己家的玩具有有的已经有磨损，有的也比较脏，担心别人会嫌弃玩具不干净。”余先生说。

专家表示，玩具可以启发孩子的感觉、知觉，让孩子快乐成长。但是家长给孩子买玩具，并非越多越好，家长一定要理性购买，从而最大限度地减少旧玩具的堆积和浪费。如果无条件地满足孩子对新玩具的需求，可能会养成孩子一些不良习惯，如攀比、铺张浪费、不懂珍惜等。

◆你有什么节省的好点子？

近日，记者带着“你有什么节省的好点子”这一问题展开走访，发现不少市民都有着自己的勤俭“小贴士”。

●节水节电小窍门

“水对我们的生命起着重要的作用，每个人都应该节约用水。”市民阳女士说，虽然从化的水资源丰富，但整个中国却是一个干旱缺水严重的国家。因此，节约水资源已刻不容缓，她希望市民能在生活中做一个节约水资源的人。

“我通常都会在马桶水箱内放置装满水的可乐瓶，占据水箱容积，这样可以减少冲水量；我还利用淘米水洗菜，洗完菜的水也用来浇花；衣物要集中洗涤，小件、少量的衣物我会手洗，用洗衣机洗衣服时，把最后一次洗涤水装起来，用来拖地、洗拖把或冲马桶……这样下来，一个月能节约很多水。”阳女士说。

除了节约用水，阳女士也深知节约用电的重要性，“我会将电灯泡换成节能灯泡；使用电脑时根据需要调节显示器亮度，离开时关闭屏幕；选择功率大的电饭锅，因为煮同量的米饭，1000 瓦的电饭锅比 800 瓦的电饭锅要省电……”除了自己以身作则之外，阳女士还经常倡导亲朋好友们一起节约用水用电。“每天节约一点点，然后积少成多，一年下来可以节省不少。”阳女士如是说。

●文明用餐 告别舌尖浪费

吃饭是每天的头等大事，不管在家里做饭还是到餐馆就餐，文明用餐都应该记在心上，根据食量点餐，尽量不剩菜不剩饭，没吃完的东西打包带走，几个简单的动作就能减少不必要的浪费。

记者走访发现，无论是大酒店还是街边小面馆，随处都可以看到提醒节约粮食的文明标语。记者走进位于府前路街边的一家寿司店里，看到“文明用餐，不剩饭、不剩菜”的文明标语张贴在每个餐位上，十分醒目。

如今，多数市民都养成了文明用餐的好习惯。记者在新城区一家餐馆里看到，五位年轻人正在点菜，其中一位男士拿着菜单点了四个菜，服务员马上提醒，“再炒个素菜就差不多了，我们分量比较大，点多了吃不完。”记者注意到，服务员基本上都会提醒顾客点菜的数量，避免点太多浪费。

随后记者又来到欣荣宏国际商务城的一家茶餐厅，看到一对带着孩子的夫妇刚刚用完餐，盘子里留下了不少叉烧和烧鹅，结账时他们让服务员顺便拿两个袋子过来打包。

●购物买菜 货比三家

“勤俭持家”这四个字一直是市民程女士谨记在心头的“真理”，在日常生活中，细心

的她发现了不少节约的小妙招。“小时候家里穷，父母就一直教育我们要勤俭节约，老师也教导我们‘一粥一饭当思来之不易’，所以我从小就养成了节俭的习惯。”在程女士看来，最简便的节约方式就是精打细算，“购物买菜要货比三家，哪些是物美价廉的就一目了然了。例如选择衣服都应以经久耐用为原则。”

程女士家住旺城，周边除了有一家超市外，还有一家菜市场。“我家附近的超市晚上 8 点以后经常有买一送一的优惠，一般下午、晚上去超市，蔬菜、早点都能买一送一。”另外，菜市场的优惠产品程女士也打探清楚了，“我算过了，超市和菜市场各挑便宜的买，一个月至少能省下百来元。”程女士自豪地说。

记者手记

早在 2006 年，联合国就将每年的 10 月 31 日确立为世界勤俭日，这个日子的确立，体现了世界对勤俭的一种呼唤。“俭以养德”，勤俭不是贫穷的“代名词”，而是操守、品行、美德和素养，更是宝贵的财富。节约用水、节约用电、节约粮食、适度消费、废纸循环利用、绿色出行……它没有时空的界限，没有尊卑的区别，没有贫富的距离，人人可以践行。勤俭不仅能实现个人财富最合理有效的配置，更能促进健康文明的生活方式，还能够培养全社会量入为出的谨慎风气，遏制浮夸奢靡风气，营造全社会健康向上的良好氛围，何乐而不为？

勤俭重在行动，需要每个人从点滴做起，并持之以恒地坚持。勤俭，不只是 10 月 31 日这一天，而是应该贯穿于每一个人的生命始终，烙印在每个公民的价值信仰中。我们要把勤俭的传统美德代代传承下去并发扬光大！