

“

10月31日是世界勤俭日。“历览前朝国与家，成由勤俭败由奢”，唐朝诗人李商隐一言概括出了勤俭于国于家的重大意义。勤俭节约是中华民族的传统美德，连日来，记者先后到城区人民路、北京路和车城路等地采访，了解不同年龄段的十堰人勤俭节约的好方法、小妙招，希望带动更多人参与到勤俭、环保的行动中，促进社会健康可持续发展。

■文、图/记者 张婧



十堰各大餐馆饭店里随处可见“光盘行动”的提醒语，提倡食客合理点餐，节约食物。

世界勤俭日

看十堰人节约的好点子

老年人

洗菜、洗拖把、冲厕所，一桶水用三遍

60多岁的刘大妈，家住东岳市场附近。她告诉记者，自己以前熬过苦日子，所以格外珍惜现在的幸福生活，尤其注意节约用水。“我家的燃气热水器安装在厨房，距离卫生间比较远。每次洗澡前打开燃气热水器，先要放出两大桶凉水，才能流出热水，因此，我专门在卫生间放了两个大桶接凉水，用来淘米、洗菜、洗衣服。用过一遍的水不算脏，还能用来冲洗拖把，最后脏水用来冲厕所和浇花。”这样一天下来，能节约不少水，也节省了水费。”刘大妈说道。

对于节约，东风公司退休职工王先生也有自己的办法。近期，他刚给儿子装修好房子，全屋使用的都是节能灯、节水洁具。他专门提醒儿子要注意随手关灯、拔掉插头。

平时在街头收到的广告纸、夹在门缝里的宣传页，很多人可能会随手丢掉，但是家住二汽（现东风公司）供办家属区的马女士会统统留下来。心灵手巧的她，将纸张叠成小纸盒，放在餐桌上当垃圾盒使用，发挥这些纸张的剩余价值。此外，马女士的儿子媳妇经常在网上买东西，收到的快递纸盒，她都积攒起来，达到一定数量后，带着孙子一起拿去废品收购站卖掉，培养孩子环保、勤俭的好习惯。

成年人

吃饭打包上班步行 流行极简生活

说起生活中如何做到勤俭，在三堰工作的徐女士很有心得。她是个80后独生子女，从小物质生活丰富，但是在父母的教育下，养成了很多勤俭节约的好习惯。

“每次在外面吃饭，如果吃不完，我都会打包，免得浪费食物。”不仅在外勤俭，在家生活也是如此。徐女士笑着说：“我推崇极简的生活方式，这应该也算是一种勤俭吧。不管商家的活动怎么划算，哪怕东西再便宜，只要暂时用不到，我都不会动心。尽量少买东西，免得买回来用不上，浪费！”

“孩子长得快，每年都有很多穿不上的旧衣服。我通常会挑出好一点的衣服洗干净，放进小区的旧衣物回收箱里，留给有需要的人使用。一些破损的衣服，我就用剪刀剪开做成抹布，留着打扫卫生用。”将衣物的价值最大化，是家住人民路的王女士一直以来的好习惯。去超市购物，她一定会自带布包，而不使用塑料袋。

家住万达小区的胡先生，在市民服务中心上班。虽然有私家车，但他上下班经常走路或骑自行车，一是觉得不开车比较环保、节约油费，二也锻炼了身体。

青少年

碗里不剩一粒米 不用一次性筷子

阳阳今年16岁，在城区一所中学就读。“我不会做饭，爸妈平时比较忙。到吃饭时间了，他们不在家，我就会点外卖，一般都会选择不配送一次性筷子，也算是为节约木材做一点小贡献吧！”

读小学四年级的妙妙特别爱做手工。她说：“一张卡纸，做成自己想要的形状后，会剪出很多多余的小碎片，都可以做成贴画，每一块都不会浪费。”孩子对手工材料的充分利用，也是勤俭的好方法。

“我知道，粒粒皆辛苦！每顿饭把碗扒干净，不留一粒米，我觉得就是勤俭。”上小学二年级的毛毛是个可爱的孩子，他理解的勤俭就是好好吃饭，珍惜粮食。

俭以养德。小到一个人、一个家庭，大到一个国家、整个人类，想要生存、想要发展，都离不开勤俭节约。勤俭是一种操守，是一种品行，更是一种素养和美德！不仅在世界勤俭日，更呼唤大家每一天、每一刻注意勤俭节约，珍惜资源。只有这样，我们的地球家园才能拥有更美好的明天！

教育集锦

东风44小学 学讲话谋发展

近日，东风44小学党支部召开专题会议，中心组成员认真学习了习近平总书记在教育文化卫生体育领域专家代表座谈会上发表的重要讲话。

校长刘涛表示，要深刻领会习近平总书记重要讲话内涵，从党和国家事业发展全局的高度出发落实教育根本任务，总结学校近年来改革发展所取得的成果，不断梳理成功经验，分析当前任务和不足，系统谋划今后5年乃至更长一段时期的发展，努力实现

培养全面发展的社会主义建设者和接班人的目标和任务。 通讯员 王富荣

东风23小学

扎实开展党风廉政建设

近日，东风23小学采用多种形式开展党风廉政教育，树立良好师德师风形象，营造风清气正的校园生态。

学校组织全体教师集中观看了警示教育宣传片《权力的迷途》。党支部书记徐进表示，全体教师要从典型案例中反思，从惨痛教训中警醒，从深刻领悟中慎行，对国法、党纪、师德要知敬畏、存戒惧、守底线。 通讯员 任湘岚

东风四中

组织党纪法规知识测试

近日，东风四中按照上级要求，扎实开展党风廉政建设宣传教育月活动，精心组织“楚韵清风”党纪法规知识测试，要求全体教职工参加，做到以考促学，让党纪法规更加入脑、入心。

学校组织全体教职工观看《权力的迷途》警示教育影片，大家纷纷表示要以此为鉴，警钟长鸣，时刻保持清醒的头脑，常思贪欲之害，常怀律己之心，坚定理想信念，牢记党章党纪党

规，不断提高反腐倡廉的自觉性和免疫力。 通讯员 黄豹

东风50学校

开展10月主题党日活动

近日，东风50学校党支部开展10月主题党日活动，会议由学校党支部书记张早祥主持。

张早祥表示，每个党员要做到不畏险阻、敢于斗争，奋力夺取疫情防控和经济社会发展双胜利；做好人口普查准备，配合社区开展入户走访、政策宣传，营造全面支持、参与人口普查工作的浓厚氛围。 通讯员 黄小俊