“光盘行动”从我做起

侯美梅

说起餐饮浪费现象,过往的一些片段在我脑海中显现。

那是孩子刚上初中时,在一个周六中午我去学校接孩子。孩子说:“我请妈妈吃午饭吧,咱们吃完饭后再回家”。饭菜是孩子一人点的,两份都是一样的,米饭套餐加一个发糕。孩子跟我说只点一份米饭套餐不够吃,两份又吃不了,一份套餐加一个发糕刚刚好。当我们吃完饭后将餐具放到指定回收区时,我看到一个大盆里倒掉的剩饭剩菜堆得高高的,看着成为垃圾的白花花的米饭,感觉真可惜。

再就是参加一些宴会,大家饭后离开时,桌上有的盘子里剩下食物,或者大家已经吃得差不多了,才端上桌的食物还跟没有动过筷子,看着堆放着满桌的盘子,剩饭剩菜还是那么的丰盛,感觉特别浪费。

记得有一年母亲节,我带母亲去一个酒店用餐,就我和母亲两人,我在点了一些菜和主食后,想点一份汤,当时装汤的容器有大股的和小股的,就是小股的一份也可以四五个人喝,不点吧,总觉得难得带母亲出来吃一次饭,一顿饭没有汤也不太好;点了之后,确实两人喝不了,虽然价钱不算贵,但是无形之中确实是一种浪费。

正如习近平总书记讲的那样,餐饮浪费现象,确实触目惊心,令人痛心。

“谁知盘中餐,粒粒皆辛苦。”我有过几年农村生活的经历,亲眼目睹了农民种地的辛苦,亲身经历过饥饿难奈的日子。那时的我在村里小学上学。遇到农忙时节,学校常常组织学生去田间地头帮忙,假期里孩子们经常跟随大人到地里干活。从春天锄地、拔草、播种、施肥,到秋天收获,到冬天粮食归仓。一粒种子变成我们餐桌上的饭,确实要经过一个漫长的生长周期,庄稼的成长还要受自然因素的影响,如干旱少雨或雷雨天气,还有冰雹的袭击等,就是过去那个年代农民口中的看天吃饭的意思。在农村生活的日子,有过丰收时看着满院子粮食的喜悦,也有过家里的米缸面缸里的粮食已经见底了,地里的庄稼还没有成熟,青黄不接、苦难贫穷日子的深刻记忆。

改革开放四十年来,我们国家发生了翻天覆地的变化,我也从小山村来到了西铭矿生活学习直至参加工作,我们的生活由曾经的温饱不足走向如今的小康,甚至每天的日子都可以与过节一样。

习近平总书记曾说过:“不论我们国家发展到什么水平,不论人民生活改善到什么地步,艰苦奋斗、勤俭节约的思想永远不能丢。艰苦奋斗、勤俭节约,不仅是我们一路走来、发展壮大的重要保证,也是我们继往开来、再创辉煌的重要保证”。

在国家大力倡导“光盘行动”的推动下,节约粮食,让我们从身边小事做起,从我们的一日三餐做起。在家庭日常生活中尽量合理膳食,从健康角度考虑,尽量减少不必要的剩饭剩菜;采购食物时,也要避免囤积,避免产生过了保鲜期的食物,造成不必要的浪费。反对浪费,从我做起,从按需点餐或按需取餐做起。外出用餐时,少点一点儿,够吃就行。工作日在单位食堂自助用餐时,有时不知当时饭菜是否适合自己的口味时,最好的方法就是选取少量,之后再根据口感和需要再取适量。虽然遇到就餐高峰时,需要二次排队,但是勤劳节俭、文明用餐是一个人的良好美德,在“光盘行动”的路上,我们都是践行者。

“历览前贤国与家,成由节俭破为奢”。从小家小爱向家国情怀延伸,我们无论在家还是在外用餐,都要牢记民以食为天,粮以俭为先;牢记“一粥一饭,当思来之不易”,拒绝“舌尖上的浪费”。

(作者单位:西铭矿)

八月的夜

杨　丽

最后的山顶
树叶渐红
群山似层密叠嶂的灰马与白马
在八月的最后一夜倒下

几多挣扎
几多期许与牵挂
在八月的最后一夜
女孩子提灯还家
希望在中途破灭
在远离故土的小镇
在这八月的最后一夜

割舍不下的那份牵挂
与孤独
曾被大爱疗愈
在这漆黑的夜
问起白马和黑马为谁而死

他们的主人是否提灯还家
秋天之魂是否陪伴着
是否此魂打开窗户
替我扔出犹豫
在八月的最后一夜

(作者单位:新产业公司)

采炭翁

刘朝怀

采炭翁,谋生少小离家中。
入晋采煤喜形色,一口白牙满脸黑。
日月如梭苦经营,只为养家足衣食。
夏天井下衣不单,通风机转觉身寒。
严冬场地天降雪,轨道扫清露车辙。
力壮年轻干劲高,出勤全月不知歇。
驰骋煤海都是谁,青春热血好男儿。
煤矿安全胜于天,遵章守纪不相北。
肩上担,重千斤,汗水洒挥我舍得。
出席表彰披绶带,老骥伏枥谱新歌。

(作者单位:杜儿坪矿退休职工)

白露

周永胜

今天出门第一件事
就是问了一个不认识的人
你穿秋裤了吗
他说,还早

秋来了,带着万千色彩
但带给我的是条紫色秋裤
那柔软的温暖
抵御着丝丝冷艳渗透
这个季节的花层次分明
它们盛开着
为一条围巾,为一条秋裤
它们热烈而不矫情
不再被谁引诱
今天,我采摘了一朵
紫色郁金香
就像我那条秋裤

(作者单位:西曲矿选煤厂)

家庭

我们的家

李斌

(作者单位:职防所)

西山电视台

一周节目安排(9·10-9·16)

《山西焦煤新闻》
播出时间:周一/周三/周五
首播20:00　重播22:00

《聚焦》
播出时间:周二/周四
首播20:00　重播22:00

《西山新闻》
播出时间:周一至周五
首播20:10　重播22:10

《口述西山》
播出时间:周一至周四
首播20:35　重播22:35

《西山说吧》
播出时间:周三/周四
首播20:25　重播22:25

《记者访谈》
播出时间:周五
首播20:25　重播22:25
周六/周日
首播20:15　重播22:15

《平凡·奋斗》
播出时间:周五
首播20:35　重播22:35
周六/周日
首播20:25　重播22:25

《寻找西山老照片》
播出时间:周五
首播20:45　重播22:45
周六/周日
首播20:35　重播22:35

《一周新闻综述》
播出时间:周六/周日
首播20:00　重播22:00

午间剧场
《金太郎的幸福生活》
每天三集
播出时间:14:10

晚间剧场
《五号特工组》
每晚两集　播出时间:20:50

地址:西山工人文化宫　印刷:太原日报印刷厂　印数:3000份　电话:编辑部 6215713、6217104　记者部 6213964　一版责编:赵新华