

## 道德模范风采

### “孝敬老人应该成为我们生活中的常态”

——记第十一届呼和浩特市孝老爱亲道德模范袁芳

●本报记者 吕会生

清晨,在土左旗察素齐镇红苹果幼儿园南侧平房里,锅铲处热气腾腾,整个屋子弥漫着饭香。袁芳先将热气腾腾的早餐端到婆婆面前,随后,又开始麻利地收拾屋子、打扫房间……日复一日,这一套流程袁芳已默默坚持了五年多。婆婆去世那年,她才38岁,她用自己的实际行动书写了动人的孝老篇章。2023年,袁芳获得第十一届呼和浩特市“孝老爱亲”道德模范荣誉称号。

袁芳曾是一名幼儿园老师,热爱本职工作,家长们对她也十分信任。2013年经人介绍,她嫁给了比她大8岁的丈夫。袁芳的丈夫是一名瓦工,长年在外务工,家庭条件并不优越。婚后,袁芳与公婆住在一起。婆婆患有脑梗,经常住院,时刻需要人照料。公公身体也不好。婆婆住院期间,袁芳一边坚守工作岗位,一边照顾老人,在工作和家庭之间努力寻找平衡点。

2019年春,婆婆再次住院。令人没想到的是,公公也因身体不适最终确诊肺癌晚期。对于他们这个家来说,这无疑是在雪上加霜。袁芳陷入了昏迷,医院还下达了病危通知书。因婆婆无法正常进食,袁芳就用针管将做好的流食一点点推入婆婆的食道。那段时间,袁芳寸步不离地守在婆婆身边,耐心侍奉着老人的吃喝拉撒,没有让老人受一点委屈,更没有一句怨言。在她的悉心照料下,婆婆又一次渡过了难关。

2023年6月,婆婆安详地离开了。有人问袁芳,婆婆毕竟不是亲生母亲,她是如何做到无微不至地照顾老人的?袁芳只是淡淡一笑。她深知,父母是孩子的第一任老师,自己的言行举止会对孩子产生深远影响。这些年来,她从未对孩子过多唠叨,也没有空洞的说教,而是用实际行动潜移默化地影响着孩子。在袁芳的言传身教下,孩子小小年纪就充满孝心、爱心与上进心。

“百善孝为先。爱别等,孝别迟。孝敬老人应该成为我们生活中的常态,只愿时光温柔以待,父母长辈都能身体健康。我们每个人都会长老,敬老其实就是敬自己,真心希望天下所有老人都能被温柔以待!”袁芳饱含深情地说。

2020年,婆婆的病情再次恶化,且

### 舌尖节俭 拒绝“剩宴”

——首府深入推进“光盘行动”

●本报记者 祁晓燕 文/图

#### 反对浪费 崇尚节约



民以食为天,食以礼为上。餐桌文明是社会文明的重要体现,它不仅传承了中华优秀传统文化,更承载了尊重劳动、勤俭节约的传统美德。近年来,呼和浩特市持续开展以“反对浪费 崇尚节约”为主题的系列宣传活动,号召全市上下厉行勤俭节约,深入推进“光盘行动”。餐饮企业和市民积极响应,合力推进餐饮节约,营造珍惜粮食、拒绝浪费的社会共促的良好氛围,共筑“舌尖上的文明”。

#### 按需点餐成“食尚”

夜幕降临,华灯初上,赛罕区金宇文苑商业街又热闹起来了。在一家饺子馆里,市民李先生一家在服务员的引领下入座点餐。“我们三个人,点两个热菜、一个凉菜和一些主食就差不多了,不够再点。”李先生一边扫码点餐,一边和服务员交流着。他表示,粮食来之不易,浪费实属不该。以前大家的消费观是不管能不能吃得了,只要想吃就点。如今,文明就餐、杜绝浪费的社会氛围让大家逐渐改变了观念,现在是吃多少点多少,吃不完就打包带走。

餐饮企业是群众饮食的提供者和服务者,也是提倡节约、杜绝餐饮浪费的责任主体之一。记者近日走访人民路、中山西路、锡林南路等地段的多家餐饮门店注意到,理性消费、勤俭节约的倡议随处可见,有的在门店的显著位置悬挂挂牌,有的在店内墙上张贴提示语,还有的在餐桌、吧台等处放置温馨提示卡,提醒顾客珍惜粮食、杜绝餐饮浪费。

“家庭用餐时,三个人就点三道菜,基本上可以按一个人一道菜来点。”走访中,一餐厅的工作人员如是说。“我们今天点的餐都是按照人数的,大家要节约粮食、践行‘光盘行动’。我们应该合理点餐,吃不完就



打包,杜绝浪费。”一位正在就餐的市民道出了自己的想法。

采访中,某烤鸭店负责人介绍说,店内工作人员除了在点餐时主动提醒顾客合理点菜、理性消费外,在顾客用餐结束后,也会主动帮助顾客打包。“我们会建议顾客理性消费,按需点餐,不多点,不浪费,如果菜品有剩余会建议顾客打包。”另一家牛肉面店的负责人告诉记者。

#### 小份菜品受追捧

随着“厉行节约,反对浪费”理念深入人心,首府餐饮市场悄然刮起“小份菜”风潮。两种菜码、两个售价,满足不同顾客的就餐需求,这样既避免浪费又节省了顾客的支出,受到了众多市民的追捧。

打开某外卖软件,记者搜索“小份菜”发现,不少餐饮商家将“小份菜”作为店名关键词,以“小份菜”为卖点。某川菜馆就推出了10余种小份菜,大部分的价格每份菜品不超过25元。不少餐饮商家还推出了适合一人食用的套餐,包括两道菜和一份主食。有餐饮企业经营者表示,为了响应“反对浪费 崇尚节约”的号召,饭店特推出了“小份菜”和“半份菜”,

这样一来,顾客在点餐时就有了更多的选择,避免了浪费。同时,还可花同样的钱吃到了更多的菜品。此举既省事又实惠,用餐体验明显也不一样了。

记者在走访中了解到,对于“小份菜”“一人食”点餐服务,消费者纷纷表示,这种做法值得提倡,菜品花样多了,自己也能吃好,还不浪费。而对于商家来说,“小份菜”受到欢迎,更调动了商家推出“小份菜”的积极性。90后小徐就经常点外卖,他认为,一个人吃不了太多,“小份菜”很适合自己,“点了不到30元的小份菜套餐,菜品种类丰富且不会造成浪费,有助于我们更好地践行‘光盘行动’。”某火锅店负责人介绍,平时,饭店会对服务人员专业培训,使其能够根据顾客人数合理推荐菜品,避免过度点餐。饭店还会在菜单上标明菜品分量,设置“半份菜”“小份菜”,并配以温馨提示语(如适量点餐、避免浪费、剩餐打包、美德传承等)来提醒顾客。

#### 多方发力促“光盘”

为进一步营造“珍惜粮食、拒绝浪费”社会共促的良好氛围,呼和浩特市大力倡导“厉行节约、反对浪费”的社会风尚,广泛开展“光盘行动”宣传。近日,回民区光明路街道办事处巴北社区新时代文明实践站组织开展了“珍惜粮食”主题宣传活动。活动中,志愿者以“一粥一饭当思来处”为切入点,通过图文并茂的形式,向在场居民详细讲解“反对浪费 崇尚节约”的重要意义,倡导大家从点滴做起、从自身做起,践行“光盘行动”,抵制“舌尖上的浪费”,养成文明健康、绿色环保的生活方式。同时,志愿者结合社会热点及自身生活经历,分享节约案例,传递节约理念,引导大家树立节约粮食的意识,让“节约光荣、浪费可耻”的观念深植大家心中。

与此同时,全市市场监管部门持续开展制止餐饮浪费专项行动和文明餐桌宣传活动,倡导广大餐饮企业把厉行节约、反对浪费的理念贯穿餐饮服务消费的全过程,积极引导消费者在餐馆按需点餐、打包饭菜,避免浪费。市场监管部门多次深入餐饮企业,通过张贴宣传海报、发放倡议书等方式,引导经营者切实承担起制止餐饮浪费的主体责任。鼓励餐饮经营者在菜品设计上推陈出新,积极开发“一人食”“小份菜”“半份菜”等特色菜单。针对消费群体,多次开展宣传活动,介绍反对餐饮浪费相关知识,让节约理念在广大消费者心中落地生根,切实营造“厉行节约,反对浪费”的良好氛围。

从“要我节约”到“我要节约”,首府市民用实际行动诠释新时代的文明餐桌内涵。这场始于餐桌的文明实践,已潜移默化地改变了大家的生活,帮助消费者养成了节约、健康的饮食习惯,更彰显了城市文明程度的实质性提升。

## 爱护绿化讲文明 美化环境靠大家



社会主义核心价值观

富强 民主 文明 和谐 | 自由 平等 公正 法治 | 爱国 敬业 诚信 友善

呼和浩特报宣

2022年全国公益广告大赛获奖作品

### 哈拉沁村:道德评议会“评”出文明新风

#### 开展移风易俗 破除陈规陋习

本报讯(记者 刘沙沙)“我推荐刘凤兰为‘好婆婆’,她通情达理,持家有道、爱护晚辈、团结邻里,与儿媳关系融洽。”“我推荐李连柱为‘好邻居’,他热衷志愿服务并热心帮助邻里。”……

走进新城区哈拉沁村新时代文明实践站,一场以评选活动为主题的道德评议会正在举行。村干部和村民齐聚一堂,畅谈身边优秀榜样和好人好事。道德评议会对在助人、孝老爱亲、诚实守信等方面表现突出的村民进行了表扬,称赞他们树立了良好的榜样。同时,针对村里存在的不良

文明行为,如乱扔垃圾、破坏公共设施等展开了热烈讨论,提出了改进意见和建议。

近年来,哈拉沁村用道德评议的力量推动移风易俗、破除陈规陋习,重新精简修订村规民约,将反对封建迷信、传承中华优秀传统文化等内容列入其中,并进行张贴公示和入户宣传,不断加强文明新风的宣传引导力度,让道德评议会成为基层治理新力量。

“自从我们村召开了道德评议会,村民的文明素养就有了很大提升。”村民曾雪珍说,在道德评议会的推动下,

村容村貌得到不断提升,遵守村规民约成为村民的自觉行动。

“道德评议会为村民提供了一个畅所欲言的平台,大家说出村里的大事小情,我们村干部也会一起帮助解决。”哈拉沁村相关负责人说,通过常走访、评先进、树典型等措施,村里形成了学习先进、争当模范的浓厚氛围,爱护环境的村民多了,热心公益的队伍壮大了,邻里关系更加和睦了。

下一步,哈拉沁村将继续发挥道德评议会的作用,通过入户走访,选出最美典型等举措,推进乡风文明建设。同时,将移风易俗融入各传统节日里,以点带面,营造树新风、破旧俗的浓厚氛围,推动移风易俗向社会延伸,形成良性循环,让文明新风落地生根。