



告别老年人专属,年轻拥趸越来越多 “零浪费生活” 看起来很赞做起来挺难

1 牙膏沐浴液都用天然原料自己做

今年27岁的余元曾在北京一家外企工作,去年,她辞职放弃了还算不错的薪水,和她的男友 Joe 用实际行动践行垃圾减量、分类处理的生活。“当时,我想给自己一个挑战,尽可能减少自己的生活垃圾。3个月的时间里,我们产生的生活垃圾,只有小小的两个杯子那么大的玻璃罐那么多。”余元对笔者说道。

这两个玻璃罐中的垃圾有桶装水的塑封胶带、用过的膏药、药片盒、玻璃瓶上的广告标贴,还有快递包装袋、商品袋、零食袋等。两个人,3个月,产生了两罐500ml的垃圾,这听上去令人不可思议,但余元有一套属于自己的垃圾减量方法。

余元说:“我发现,我们在日常生活中需要有意愿购买、使用和处理自己的东西,比如买东西时尽可能买一些可以反复使用或者纯天然材质的,这样可以自然降解。我还会更多地考虑买二手物品,以延长物品的使用寿命。”出门吃饭,余元会带上自己的便当盒和餐具;去菜市场买菜,她会用自己的布袋代替塑料袋;平时常用的牙膏、沐浴液,她会用无添加的原料亲手去做,做出来的东西可以降解,不会产生垃圾。

破解城市“垃圾围城”的难题,不仅需要政府和相关企业的积极作为,更需要每个个体和全社会的参与。如今,一种新的生活方式——“零浪费”正在兴起。“零浪费”不是指没有任何垃圾,而是在生活中尽量避免一些不必要垃圾的产生。越来越多的有识之士正从我做起,把生活垃圾变废为宝、物尽其用,实现生活垃圾处理的无害化、减量化、资源化。余元就是这样一位实践者,她创造了三个月产生两罐小玻璃瓶垃圾的奇迹,令许多人赞叹。余元是如何实现垃圾减量的?

2 食物残渣再加工变身黑金土肥料

余元还用了一个不锈钢的容器把日常的厨余垃圾攒起来,放在冰箱中冷藏7到10天,然后,把这些厨余垃圾倒进用收纳箱做好的堆肥桶中,在收纳箱的四周打好孔,保持空气流通,最后,把这些垃圾与泥土、干树叶一起搅拌混合,经过两个月的自然分解后,就能把食物残渣变成黑金土肥料。

余元说,“零浪费生活提倡6R原则,即拒绝、减少、重复使用、维修保养、回收、分解,其实,这是鼓励大家少回收,少产生垃圾,从源头做到垃圾减量,而不只是依赖回收。”

一次偶然中,余元在网上看到了一种能反复使用12年的卫生巾。这种卫生巾可水洗,每次只需要用热水消毒3-5分钟,就能循环使用。“其实我刚开始去买它是带着一种好奇心,但后来发现

真的很好用,可以帮助我减少非常多不必要的垃圾。”现在,余元已经把它变成了自己的日常生活用品之一。

余元说:“我们身边的朋友、家人也或多或少受到一些影响,现在他们出去买东西都会带上自己的布袋子,平时尽量少吃点外卖。其实‘零浪费’并没有我们想象中那么复杂,把‘零浪费’拆成多个小的步骤,然后从日常生活中一点点去尝试它、完善它、践行它,就会发现它其实很简单。”

文/董佳莹



余元(左)邀请零浪费先驱者Bea做分享。

本版图片为资料片

先看戏后付钱,剧院推出营销新模式 打赏式观剧,消费者怎么“看”

说起打赏,可能很多网友,尤其是年轻人都不会陌生。近年来,一些社交、视频直播网站等等互联网产品纷纷开通了“打赏”功能,用户如果喜欢作者和主播发布的内容,会根据心情给一笔费用不等的小费”。而在一些城市,持证上岗的街头艺人在表演时,也可以接受现场观众通过现金或者二维码支付的打赏。那么如果现在告诉你,在剧场、剧院这些以前需要凭票入场的演出,也可以先观看后打赏,你觉得如何?

2017年6月11日,北京鼓楼西剧场演出的话剧《严肃的锤子》率先尝试了“先看戏后打赏”的模式,不过据报道,当时现场观众的打赏甚至还不够支付剧场的租金。而今年12月2日晚,由俄罗斯马林斯基大剧院带来的歌剧《托斯卡》在南京江苏大剧院上演,也进行了“先看剧、后买单”的实践。这种“打赏式”观剧,观众究竟买不买账?

据了解,此次上演的歌剧《托斯卡》,观众只需要完成登记填写问卷流程,就可以直接取票。看完演出后,再以“打赏”的形式支付自己认为值得的票价,金额不设门槛,扫描门票上的支付码进行支付即可。

那么,观众对于这种形式又是否买账呢?演出当晚,笔者来到现场与几位观众进行了交流。38岁的叶先生平时就很爱看文艺演出,他表示,虽然是先看剧再买票,但是他拿到的票上仍印有指导价880元。由于自己平时对于歌剧类表演的预算一般在三四百元,880元的价格

对他来说有点偏高。叶先生也说,平时一些热门演出的低价票往往是一票难求,这种“打赏”的方式也给了他这样希望能够以亲民价格来看演出的人一些机会。

叶先生表示:“如果是正常情况下,我可能会先考虑一下,我想如果这个票价太贵,我可能会考虑自己的预算,但是有这个先看再支付的话,那么我就是先直接来了,但是最后我会尽可能的在我的承受能力的范围之内支付。”

28岁的徐先生拿到的票指导价也是880元,他表示,对于马林斯基大剧院这样水准一流、难得一见的团队来说,880元的价格他完全可以接受。“我觉得特别好,先看演出然后付款这种形式,观众看完之后不会说自己觉得演出很差,买票不值得。首先让观众作为自己价格的主导人,最终价格是由观众根据自己心目中的观后感来定。根据演员在舞台上的表现或者是据剧院的灯光效果,作为一个参考价格。”

江苏大剧院副总经理杨润森表示,剧院主要是希望通过这次尝试,更深入地了解观众的口味,更明确地评估观众对此类演出心理价位的范围,这次收获将对剧院未来的工作有很好的借鉴意义。“大胆地邀请更多的观众走进来,参与我们这次测评,根据他们对艺术的观感,给出他们的心理价位。可以根据票价付费,也可以根据观感,超值就多付,达不到可以低付甚至不付。”

文/孙昕

美丽播报

本周科普专家:大连市中心医院整形美容科主任 王琳 整形医生的高度和眼界 决定注射、线雕、微整的美感

谈及当今国内外整形热点,注射、线雕、微整当属医生与求美者最关注的话题。14年前,大连市中心医院整形美容科主任王琳就曾远赴日本,学习注射微整技术。多年来,坚持不懈的临床实践与国际交流,让王琳拥有了国际化的高度和眼界。上周,应一场国际医学美容学术交流会的邀请,王琳针对面部年轻化的微整联合策略、艺术与美学等内容做了精彩授课。在主持、点评同行的报告与现场的手术实操中,她对于微整又有了新的体会。



点拨

为什么你应该找专业的整形医生

1.经过面部实体解剖的考验,才能保证注射微整的精准。“针”功夫需要精准、安全,进针点的选择,进针层次的掌握,血管神经的规避,注射剂量的精准,需要医生对于解剖层次了然于心。王琳每年至少解剖一颗实体标本,每年都会有一样的理解。不仅能给予求美者静态的年轻美丽,更让动态时笑容生动自然。

2.丰富注射微整经验,为求美者选择最适合的方法。不同于14年前王琳刚开始做注射微整时,如今,注射材料丰富多样,国内CFDA审批通过的注射填充剂就几十种,且每年都在递增中。

一位有良知、有医德、有经验的整容医生,会针对不同求美者选择最适合的材料,用最少的剂量,达到最佳的效果。

3.实现线雕的安全性和科学性。线材的选择应该遵循四个原则:无毒无副作用;完全可分解可代谢;线材的拉力适中,拉力过紧则局部缺氧易断易脱,拉力过小则起不到提升V脸的效果;线材和套管的弹性足够匹配合理,创伤小。在王琳看来,并不是花哨的操作和布线能起到很好的提拉效果,即刻有效很重要,关键词是恢复期短、有效期长。

文/霍然

声音