# 最新光盘行动心得体会(模板13篇)

来源：网络 作者：星月相依 更新时间：2024-02-21

*体会是指将学习的东西运用到实践中去，通过实践反思学习内容并记录下来的文字，近似于经验总结。心得体会可以帮助我们更好地认识自己，通过总结和反思，我们可以更清楚地了解自己的优点和不足，找到自己的定位和方向。接下来我就给大家介绍一下如何才能写好一...*

体会是指将学习的东西运用到实践中去，通过实践反思学习内容并记录下来的文字，近似于经验总结。心得体会可以帮助我们更好地认识自己，通过总结和反思，我们可以更清楚地了解自己的优点和不足，找到自己的定位和方向。接下来我就给大家介绍一下如何才能写好一篇心得体会吧，我们一起来看一看吧。

**光盘行动心得体会篇一**

光盘行动是中国政府提出的一项反浪费运动，旨在减少餐饮浪费，倡导文明用餐。这一行动自202\_年开始实施，很快得到了广大市民的积极响应。政府通过宣传、教育、惩罚等手段，呼吁人们养成勤俭节约的好习惯。光盘行动的理念是“节约、文明、绿色、健康”，通过减少浪费来实现可持续发展。

第二段：分享自己对光盘行动的认识和参与经历。

在我看来，光盘行动不仅仅是一个节约行动，更是一种文明素质的体现。在参与光盘行动的过程中，我逐渐认识到食物的珍贵和不易取得，也意识到浪费行为的不可取。在餐桌上，我学会了量力而行，每次只取需要的食物，避免因过量而浪费。同时，我也通过亲身参与行动，积极宣传倡导光盘行动，希望能够影响更多的人加入到这个行动中来。

光盘行动虽然看似微不足道，但它对社会和环境都有着重要的意义。首先，光盘行动有助于减少餐饮浪费，改变人们浪费食物的陋习，提高资源利用效率。据统计，中国每年因浪费而产生的粮食损失达到约4亿吨，相当于中国人均食用粮食的三分之一。这些浪费的粮食不仅是资源的浪费，也间接导致了更大的环境问题。光盘行动的实施将减少粮食浪费，有助于缓解资源紧张和环境压力。

第四段：探讨光盘行动的局限和未来发展。

光盘行动虽然取得一定的成效，但仍存在一些局限。一方面，部分人对光盘行动缺乏认识，仍然存在浪费行为。另一方面，有些餐馆为了追求利润，会加大分量，导致消费者无法将食物吃完，进而浪费。要解决这些问题，需要政府进一步加强宣传和监督，同时也需要培养人们的节俭意识。未来，光盘行动可以进一步拓展，以更加系统和细致的方式呼吁人们节约用餐，例如加强学校教育和企事业单位的倡导。

第五段：总结并表达自己对光盘行动的期待。

光盘行动是一项有效的社会行动，它提醒我们每个人在餐桌上要珍惜食物。通过光盘行动，我们不仅仅是在改变一个人的浪费行为，更是在倡导一种节俭文化。随着光盘行动的不断推广和深入，我相信我们可以改变浪费的现状，让更多的人加入到光盘行动中来。希望不久的将来，每一个人都能养成精打细算的习惯，建立起和谐、节约的社会环境。

**光盘行动心得体会篇二**

光盘行动是国家号召的一项重要活动，旨在倡导节约用餐、反对浪费食物。这一行动力求唤起每个人的节约意识和责任感，使每一顿饭都能得到充分利用，减少餐饮浪费现象。日常生活中，我积极践行光盘行动，通过亲身体会，深刻认识到了节约的重要性，并深感光盘行动对社会发展的积极影响。

首先，践行光盘行动可以帮助我们养成良好的节约习惯。在我家开展光盘行动后，减少了餐厨垃圾的产生，大大降低了生活垃圾的量。当我看到食物从锅里转移到餐盘，再由餐盘变成垃圾桶的过程时，我深刻体会到这其中的巨大浪费。通过光盘行动，我养成了谨慎点菜、量身定做的饮食习惯，控制了食物的浪费。同时，我逐渐形成了垃圾分类的意识，将剩余的饭菜作为有机垃圾进行处理。这种节约习惯不仅能够减少食物浪费，还能够为我们的资源保护和环境保护作出积极贡献。

其次，光盘行动有助于提高人们的意识品质和道德素质。在实施光盘行动的同时，我们要求自己从小事做起，从自己身边开始，真正树立节约的观念。通过光盘行动，我懂得了珍惜每一颗粮食，将“三个努力”（努力开源、努力节流、努力保护环境）贯彻到日常生活的方方面面。在餐厅用餐时，我感受到服务员在将剩菜打包时热情的微笑。这种微笑不仅是一种催促，更是一种倡导。通过接受这种倡导，我们可以让光盘行动进一步深入人心。光盘行动本身就是一种道德，一种素质，我们呼吁每个人都积极行动起来，将其内化为自己的道德规范，潜移默化地影响身边的人。

此外，光盘行动对于减轻社会压力、提高国民经济发展水平有着重要的意义。光盘行动的号召并不只是从个人的角度出发，更是展现出我国政府积极治理浪费问题的决心和行动。据统计，每年我国的食物浪费总量占全球总量的五分之一左右，这是一笔惊人的数字。对此，开展光盘行动就成了我国政府调控食物消费结构的有力措施之一。当光盘行动深入人心，节约意识普及到每个角落时，我国将节约出大量的资源和财富，为国家的经济发展提供了更加稳定的保障。

最后，践行光盘行动可以带动全民经济的繁荣和人民生活的幸福。尽管光盘行动看似只是一个小小的节约行动，但是它背后传递的是推动社会发展的重要力量。当行动得到更多人的跟随，人们的餐饮消费行为逐步转变，我们将迎来一个节约粮食、资源循环利用的社会环境。与此同时，我们将会出现更多节约型产业，推动经济绿色可持续发展，为人民创造更多的就业机会和福祉。这样的社会环境和生活方式，将有效推动我们实现繁荣富强的中国梦。

总之，践行光盘行动是一个关于尊重劳动、珍惜资源、保护环境的行动，它号召每个人以身作则，从自己开始实施节约行动，逐渐形成全民参与光盘行动的良好氛围。践行光盘行动，让我们养成节约良好习惯，提高道德意识，减轻社会压力，推动经济发展以及人民生活的幸福。光盘行动只是我们节约社会建设的起点，将来我们还需继续努力，推动节约观念深化，实现中国梦的伟大旅程。

**光盘行动心得体会篇三**

光盘行动是中国政府于202\_年提出的一项重要活动，旨在鼓励人们减少浪费和消费，弘扬节约精神。我参与了光盘行动，并深受启发和感动。在这个过程中，我体会到了浪费的代价，并意识到了自己在日常生活中的不良消费习惯。下面我将分享我在光盘行动中的心得体会。

首先，光盘行动使我更加关注食物的价值。以前，我常常盲目追求美食的口感和刺激，忽视了整个食品在经济和生态层面的价值。但在光盘行动中，我看到了大量的食物被浪费的场景，那些被扔掉的食物不仅是对劳动和资源的浪费，更是对自然环境的破坏。每次我看到这些浪费的画面，我都会深感内疚，并下决心要从自己做起，做一个节约的人。

其次，光盘行动教会了我合理安排食物。在光盘行动中，我学会了合理估量自己所需食物的量，避免过量的摄入。我意识到，适量的摄入食物既能满足自己的需求，又能减少浪费。我会在点餐时注意菜量是否过大，尽量点适合自己食量的菜品。并且，我还会控制自己的食欲，不吃自己无法消化的大量食物。通过这些努力，我成功地减少了自己的食物浪费。

再次，光盘行动让我见识到了节约的重要性。光盘行动提倡的不仅是减少食物浪费，更是要倡导一种节约的生活方式。在光盘行动的过程中，我了解到了资源有限、环境有限的事实，同时也明白了节约是一种责任与担当。我会尽量减少购物时的浪费，并且在生活中创造出更多的节约机会。比如，我会携带环保购物袋以减少塑料袋的使用，使用节能灯以减少能源消耗等。通过这些实际行动，我正在逐渐培养起自己的节约习惯。

最后，光盘行动使我认识到了浪费的代价。在光盘行动中，我亲眼目睹了大量食物被丢弃的场景，我感受到了浪费带来的不仅仅是对经济的损失，更是对社会资源的浪费。我明白，每一粒饭、每一片菜背后都有无数的劳动和资源投入，我们应该倍加珍惜。同时，光盘行动也让我看到了贫困地区人民为了一点点食物而苦苦奋斗的事实，我深感自己在浪费中享受的同时也带来了不公平，这让我意识到节约的力量是多么的伟大。

光盘行动是一个充满意义的活动，它教育了我们珍惜粮食、节约资源的重要性，激发了我们的责任感和担当精神。通过参与光盘行动，我从浪费中找到了节约的美好，更坚定了自己以身作则，积极践行节约理念的决心。我相信，只有我们每个人从自己做起，才能共同为建设节约型社会贡献力量。

**光盘行动心得体会篇四**

为了践行“厉行勤俭节约，反对铺张浪费”的重要批示精神，树立“节约粮食，文明用餐”的良好风尚，我们青年马克思主义者培训班第七组的同学们来到了东北师范大学北苑食堂，开展了以“践行十八大，光盘你我他”为主题的实践宣传活动。

实践活动中，小组成员深入食堂一楼用餐区，观察调研同学们点餐与剩饭情况及剩饭原因，记录中午用餐高峰期剩饭收集处收集来的剩饭量，并对同学们进行“光盘行动”的宣传与倡议。实践调研发现，在同学们用餐情况中，浪费现象较为严重，剩菜现象尤为明显，主要原因是多数女同学饭量较小（一般二两），但为了满足多种菜式搭配，一般要点两个菜，每份菜的量较多，所以导致所点的菜没有办法吃完。但是值得一提的是，我校同学都有较好的觉悟，对“光盘行动”都表示愿意支持，并将在今后的用餐中尽量做到节约粮食。

对实践结果，小组成员提出以下建议：

（一）食堂相应减少每份菜的份量与价钱，以便同学们可以营养均衡又不浪费。

（三）在党员、团员中开展学习实践活动，使广大马克思主义者能够起到先锋带头作用，以先进带后进。

经历了这次事件活动，我感到受益匪浅。餐桌文明应该首先从“光盘”开始，因为铺张浪费远远谈不上文明。“锄禾日当午，汗滴禾下土。谁知盘中餐，粒粒皆辛苦。”这首耳熟能详的诗歌，每个人都能体会到个中真意，但在当前，由于传统习惯和面子问题，各种铺张浪费在却屡见不鲜，铺张浪费之气毫不掩饰。因此，推动“舌尖上的文明”就需要从拒绝餐饮浪费开始，真正让“厉行节约，反对浪费”在全社会蔚然成风。作为点菜者，应该量力而行，屏弃传统的“光盘失面子”的观念，切实把厉行勤俭节约、反对铺张浪费体现在日常细节上、落实到实际中。

作为我们青年马克思主义者，我们是共产主义精神的\'践行人，是同龄人当中的先行者，我们应该充满使命感与责任感，更要严格要求自己，努力学习十八大传达的精神，并用自己的行为实践带动身边的同学，让马克思主义的伟大思想感染每一个有志青年，让勤俭节约的光荣传统发扬光大。通过这次实践我深深体会到“光盘行动”的意义颇大，希望我们的活动也能影响到更多的同学，让“厉行节约，反对浪费”成为一种习惯，让“勤俭朴素，餐桌文明”成为一种风气。

**光盘行动心得体会篇五**

自从在报纸上看了别人家的光盘行为，我们决定展开一次光盘行动，向别人学习。

大年初三的晚上，姐姐来我姐吃饭，饭前，妈妈问：”你们都想吃什么呀，说出来听听。“姐姐便接着说：”现在不是流行“光盘”吗，咱们也得学习。我也跟着说：对啊，“谁知盘中餐，粒粒皆辛苦。”嘛。于是，妈妈又把菜量改小了点。

吃饭的时候，大家都抢着吃，生怕吃不够，几盘菜一会就被吃的精光了。我简直不敢相信自己的眼睛，菜竟然被吃光了，原来节省这么简单呀!

**光盘行动心得体会篇六**

一、遵守餐桌礼仪，礼貌用餐，礼让他人，遵守用餐秩序，爱护用餐环境，谈吐文雅，不吵闹、不喧哗。

二、讲究科学饮食，注重营养，追求健康，不酗酒，不暴食，摒弃不良饮食陋习。

三、坚持合理消费，珍惜粮食，杜绝浪费，剩菜打包，不求奢华，不讲排场。

四、珍惜生命，遵规守法，拒绝酒驾，开车不饮酒，酒后不驾车。

五、遵守行业规范，真诚服务干警，严把食品安全关。

六、推广餐桌文明礼仪，倡导绿色餐饮行为，尽量减少一次性餐具使用，提升食堂服务品位，营造文明节约的良好机关风气。

让我们都行动起来，从我做起，从现在做起，做到“合理饮食、文明用餐、光盘行动、避免浪费”。让我们身体力行，与文明握手、与陋习告别，吃出文明的修养，吃出安全、理性、健康的生活方式！

**光盘行动心得体会篇七**

光盘行动，是近年来中国推行的减少浪费、保护资源的环保行动之一。参与光盘行动，不仅仅是一种环保的意识，更是一种生活方式的改变。通过精心安排餐食、合理存储冷藏食品、合理利用食物残渣等方式，我深感到光盘行动真正让我追求节约而不是浪费，爱护环境的意识不断地内化于我的日常生活当中。

首先，光盘行动教会了我如何合理安排餐食。在参与光盘行动之前，我常常在食物摆放时无意间放了太多，而且经常会有一些食物剩下来因为无法食用而浪费。但是，当我了解到光盘行动的时候，我意识到，只有合理安排餐食才能避免浪费。于是，我开始根据需要准备食材，制定合理的菜谱，避免摆放太多食物。通过这样的方式，我的餐食浪费小了许多，食物的利用率也得到了提高。

其次，光盘行动教会了我如何合理存储冷藏食品。在过去，我常常会将剩下的食物直接放进冰箱冷藏，然后过几天再拿出来食用。但是，通过光盘行动的引导，我学会了将剩余的食物进行适当的处理和存储。比如，将餐馆剩余的菜品进行适度的包装之后，放入冰箱冷藏，这样能够延长食物的保鲜期，减少食物的浪费。在实践过程中，我发现这种存储方式不仅可以减少食物的浪费，还可以更好地保持食物的新鲜度和风味。

再次，光盘行动教会了我如何合理利用食物残渣。在饭店用餐时，我们经常会将餐桌上的食物残渣直接扔进垃圾桶，这也是一种对食物的浪费。参与光盘行动之后，我开始关注食物残渣的利用。比如，将剩下的米饭用来制作粥，或者将剩下的蔬菜放入汤中。这样，原本被当作垃圾的食物残渣也得到了有效的再利用，减少了食物的浪费和环境污染。

最后，光盘行动让我深刻理解到了节约的重要性。在日常生活中，我们常常会因为随意、大意而产生大量的浪费。而参与光盘行动之后，我不仅仅是在改变吃饭的方式，更是在改变思想和生活方式。光盘行动教会了我充分理解节约的意义，不仅仅是节省资源，更是一种保护环境、关爱他人的表现。我开始逐渐将节约贯穿到生活的方方面面，无论是购物、用水、用电，我都努力做到合理利用，避免浪费。

光盘行动，通过改变我们的生活习惯和行为方式，让我们更加懂得珍惜每一口食物，减少浪费。通过合理安排餐食、合理存储冷藏食品、合理利用食物残渣等方式，我们不仅仅是在改变自己的生活方式，更是在保护环境、减少资源浪费。正是因为光盘行动的呼吁和引导，我学会了如何合理利用食物，尊重食物，为创造美好的环境贡献自己的力量。我相信，只要每个人都能参与光盘行动，我们就能共同守护地球家园，为未来的世界留下绿色的希望。

**光盘行动心得体会篇八**

在一个宁静的夜晚，我和家人们正在饭店吃着年夜饭，点了许许多多的饭菜，一家人都吃得肚子像个圆球似的，最后却还是剩了很多饭菜。爷爷说：“把饭菜都倒掉吧！”我制止了爷爷，抬起头，望着爷爷说：“老师对我们说过每个人都要做到‘光盘’行动，因为我们点了太多的饭菜，导致吃不完，但可以打包回家，明天再吃。如果把粮食全部倒掉，那就是错上加错了。一粒米就需要三滴汗，那我们倒掉的这些粮食就要流跟河一样多的汗水，那些农民伯伯要多辛苦呀！”爷爷听了我的话后，频频点头，让服务员打包。

突然，一旁的弟弟睁着大大的眼睛，好奇地问我：“哥哥，为什么现在龙川到处都在宣传‘光盘’行动呢？”我拉起弟弟的手，仔细地说：“现在我们中国每年浪费的粮食已经超过了52万吨，其实还有很多贫困地区和国家，根本都吃不饱肚子，如果把省下来的粮食捐赠给贫困地区，让更多的人能吃饱，就更加有意义，所以现在龙川开始宣传‘光盘’行动。”家人们听后，脸上顿时震惊起来。

同学们，我们一起行动起来，不要浪费粮食，响应“光盘”行动的号召。

光盘行动从我做起心得体会篇光盘行动，就是吃光盘子中的食物。这个行动其实是想提醒我们每一个人：珍惜粮食，杜绝浪费。

我们学校也开展了轰轰烈烈的光盘行动。今天在食堂，我看见大队辅导员徐老师在称量我们班的“倒剩桶”，旁边还有一个老师在拍照。不久，就听说隔壁班级被扣分了。

我知道，这个行动和近年来我们国家的浪费现象严重紧密相关。

我们很幸运，生活在一个高度繁荣发展的繁荣国家，很多贫困地区也慢慢地富裕了起来，浪费现象也跟着水涨船高。据网上数据显示，我国餐桌上一年可浪费亿元人民币，而这些钱足够支撑2亿人一年的口粮。

撇开这些触目惊心的数据，我们每个人都知道，粮食是农民伯伯辛勤劳作的成果。每年夏天，是所有农民最辛苦的一个季节。爸爸跟我说过他小时候参加过的“双抢”——抢收早稻，抢种晚稻。在最热的夏天，凌晨3：00，农民伯伯就必须起来收早稻。清晨露水重，弯腰劳作不一小会儿，身上便湿透了，但是这已经顾不上了，而且进入水田后，必须速战速决，速度必须快，必须弯腰速割，且置蚊虫、蚂蝗不理，一刻不停地劳作，直到太阳升到头顶才能休息。在树荫打个盹，便又要继续劳作，直到太阳下山。

想想热浪灼人的夏天，想想自己不愿出门的暑假，我想起了这句古话：一粥一饭，当思来处不易；半丝半缕，恒念物力维艰，真是“粒粒皆辛苦”啊！

光盘行动从我做起心得体会篇清朝的朱用纯曾经说过“一粥一饭，当思来之不易；半丝半缕，恒念物力维艰。”节约粮食是中华的优秀传统美德，但是在现代，节约粮食似乎成了一种奢侈品，浪费粮食的现象随处可见。

有时候，我们自己也在不知不觉中浪费粮食。当我们吃自助餐时，看到自己喜欢的菜便会不自觉地拿很多，以为自己能够大快朵颐一番，但是到最后，却剩下很多。在学校里，浪费现象也在发生。有的同学打饭打的很多吃不完，只好倒掉；有的同学有些挑食，觉得饭菜不太可口，只吃了一点点就倒了，这样就造成了浪费。

有人统计过，中国每年浪费的食物加起来共有15亿千克，这些足够2亿人吃一年。因此我倡议，在外面吃饭，遇到自己喜欢吃的菜可以少量多次地点；在学校里打饭，应当按需所取，不可贪心。

节约是中华的优秀传统美德，但现代人却慢慢忘却。所以我们要呼吁光盘行动，拒绝浪费。而我们身为新时代的少年，更应当从自身做起！

**光盘行动心得体会篇九**

各位同事：

“一粥一饭，当思来之不易；半丝半缕，恒念物力维艰。”小小餐桌，传承了中华民族的优秀文化和尊重劳动、珍惜粮食的传统美德。文明就餐，不仅是个人良好素质的体现，更是一种勤俭美德的塑造。为了进一步弘扬中华民族勤俭节约的美德，大家一起来向舌尖上的浪费说\"不\"，我们向公司上下发出倡议：

1、树立节约光荣、浪费可耻的思想观念，厉行节约，反对浪费；

5、在饭店用餐时，倡导“够吃就好、剩余打包”的理念，主动要求饭店对剩余饭菜打包；

6、鼓励自带筷子，节约水电消耗，杜绝使用一次性用具，实现环保与节约双赢；

7、从现在起，从自身做起，从细节做起，与文明握手、向陋习告别，吃出文明和修养。

各位同事，节约是美德，节约是品质，节约是责任，我们不能忘记“勤以修身，俭以养德”的古老训诫。让我们从自身做起，从现在做起，从爱惜每一粒粮食、珍惜每一滴水、节约每一度电做起，躬行点滴，践行低碳，同心协力，做勤俭节约风尚的传播者、实践者、引领者，让“我光盘，我光荣”的理念蔚然成风，用文明演绎我们的生活，用行动展示我们的形象！

倡议人：\_\_\_\_\_\_。

时间：\_\_\_\_\_\_\_\_年\_\_\_\_月\_\_\_\_日。

**光盘行动心得体会篇十**

光盘行动是近年来我国提倡的一项重要活动，旨在减少浪费，提倡勤俭节约。通过光盘行动，我们可以有效降低餐饮浪费，节约粮食资源，在保护地球环境，实现可持续发展方面发挥积极作用。我参与了这项活动，并有幸获得了一些心得体会，下面我将就此展开讨论。

首先，光盘行动让我认识到了浪费的严重性。在参与光盘行动之前，我总是对食物浪费问题表现得漠视，对剩饭剩菜抛弃抱有一种习以为常的态度。然而，通过参与光盘行动，我才意识到在粮食缺乏的背景下，浪费的行为是多么不可思议。每一粒米饭背后都耗费了大量的人力、物力和财力，而我却在每顿饭后把许多美味可口的食物轻易地扔掉。这种行为的浪费不仅仅是对食物的不尊重，也是对劳动和资源的不珍惜。

其次，光盘行动让我改变了惯有的消费观念。在过去，我们常常把吃饱饭作为一种享受，而不是将其看做一种满足生理需求的行为。于是，我们总是下意识地点菜过多，享受美食的过程。然而，光盘行动告诉我们，浪费食物并不能给我们带来真正的快乐，反而给我们的内心带来了一种不好的负罪感。通过改变以往的消费观念，我学会了根据自己的实际需求点菜，尽量少点多次，避免因大量剩余而造成的浪费。

再次，光盘行动让我深刻体会到了学会珍惜的重要性。珍惜是一种美德，也是一种勤俭节约的行为。当我们珍惜每一次用餐机会的同时，也学会珍惜那些被浪费掉的物质资源和劳动成果。正是因为我们学会了珍惜，才能让我们的国家更加富裕，我们的地球更加美丽。在以后的生活中，我将时刻牢记“珍惜”二字，将勤俭节约的理念贯彻到生活的每一个细节中去。

最后，光盘行动激发了我对环保事业的热情。通过参与光盘行动，我深刻认识到食物浪费对地球环境造成的巨大影响。废弃的剩饭剩菜会产生大量的垃圾和臭气，对环境和空气质量造成污染。光盘行动的启示让我明白，只有我们每个人都积极行动起来，才能改善我们的环境状况。因此，我决心以一个环保行动者的身份，为保护地球环境尽一份力量，并号召更多的人加入到光盘行动中来。

总而言之，参与光盘行动对我来说是一次非常有意义的经历。这次活动让我认识到了食物浪费的严重性，改变了我消费的观念和行为，让我珍惜每一次用餐的机会，并激发了我对环保事业的热情。相信通过我们每一个人的共同努力，光盘行动必将在全社会产生更大的影响，并促进勤俭节约的价值观在全民间得到广泛传播。让我们一起行动起来，为光盘行动添砖加瓦，为创建节约型社会贡献自己的力量！

**光盘行动心得体会篇十一**

随着当今社会经济的不断发展，人们的生活水平不断提高，吃饭的口味也越来越讲究，餐馆、超市等食品销售渠道越来越多元化。但是，餐桌上的浪费也越来越严重。为了减少这种浪费，各地也纷纷开展了一系列光盘行动，志愿者光盘行动就是其中之一。今天我就来分享一下我在参加志愿者光盘行动中的所得所感。

第二段：行动前的准备。

我作为一名志愿者，在参加此次光盘行动前，先进行了相关的培训。培训包括了浪费食物的危害、光盘行动宣传方法等内容。同时，我们志愿者还搜集了一些光盘行动工具，如口号标语、光盘餐具等。这些准备为我们顺利参加光盘行动提供了保障。

在光盘行动中，我们志愿者们穿着统一的志愿者服装，站在学校、商场、超市等公共场合，向过路人布置标语、宣传光盘行动，劝说顾客不要浪费食物。途中遇到了吃剩的面包、米饭等，我们也在单位里收集到了一些餐厅餐馆浪费食物。我们被那些光盘痕迹渐渐减少的“盘子”所触动，也为能够为社会做出一些贡献而感到高兴。

第四段：收获。

通过参加此次光盘行动，我深刻意识到食物浪费的严重性和改变这种现状的必要性。不论是从环保、节约资源、还是从人道主义角度出发，减少食物浪费都是迫在眉睫的大问题。同时，也通过这次活动提升了自己的意识，更加注重节约食物，减少浪费。

第五段：总结。

总之，志愿者光盘行动是一项非常有意义的活动，对于我们社会的可持续发展、环保意识以及人文关怀方面都有很大的意义。我们身为志愿者，应该在日常生活中加强这方面的意识，提高节约资源、减少浪费的意识，让我们的日常生活更加节俭，让我们的社会更加绿色、更加美好。

**光盘行动心得体会篇十二**

。

成由节俭败由奢，奢侈浪费是败家败国的祸根。厉行节约、反对浪费，是中华民族的传统美德，是我们党的优良作风。然而，随着物质条件的改善、生活水平的提高，一些党员、干部淡化了节俭意识，助长了浪费之风。有的认为，勤俭节约是过去艰苦岁月的特殊要求，现在提倡这个过时了；有的认为，是否节约是个人私事，只要不差钱，奢侈几把、阔绰几回没什么大不了；有的认为，时下国家提倡拉动消费，即使浪费一些，也是为经济建设做贡献。这些观念无疑是错误的。当我们抱怨空气污染、沙尘暴频繁、生存环境越来越恶劣的同时，何不从自己做起，从身边做起，从一点一滴做起，节约一度电、一滴水、一张纸&&如果我们不重视节约，那么，地球上的最后一片叶子就将是我们的食物，地球上的最后一滴水就是我们的眼泪珍惜资源，崇尚节约是我们必须共同承担的责任。

厉行节约、反对浪费切中要害，舌尖上的浪费不仅花费金钱、耗费精力，也丧失了大量思考工作、研究问题的时间。首先必须防止嘴上腐败，警惕舌尖上的浪费。特别是公款大吃大喝、公款奢侈浪费，损毁了党员、干部的自身形象，浪费了国家资源能源，加重了各级财政的负担，滋生了各种腐败，侵害了公众利益，败坏了党风政风。有百害而无一利，必须狠刹这股歪风。如果听任这种奢侈浪费之风蔓延，我们中华民族富不能淫，贫不能移，威武不能屈的气节和精神支柱就会被摧毁，我们党先天下之忧而忧，后天下之乐而乐、吃苦在前，享受在后的先进性和纯洁性就会丧失，最终危及我们的宏伟大业。这种错误倾向是必须坚决抵制和反对的。

厉行节约、反对浪费，务必从现在抓起，才能让人民群众从良好会风中感受到新变化、新气象。节假日，往往是公款吃喝、铺张浪费的高峰期。只有防微杜渐，才能从源头上堵住不正之风；只有在全社会大力倡导节约理念，坚持移风易俗、文明过节，才能杜绝各种铺张浪费行为。只有简化包装，杜绝礼尚往来才能够充分体现节约清廉。

节约是一种美德，节约是一种智慧，节约更应该成为一种习惯和风气。建设节约型社会。

需要全社会的共同参与和共同行动，找回失去的节约意识，从节约一滴水，节约一度电，节约一张纸，节约一粒米开始，持之以恒，在建设节约型社会中，将节约这个传家宝进一步发扬光大。全民行动，推行光盘，身体力行，杜绝浪费！

**光盘行动心得体会篇十三**

同学们：

我国是一个食物资源紧缺的国家，节约粮食是我们每个人的义务。节约粮食不能仅仅是一句口号，我们还要时时刻刻注意。有些同学打了许多饭菜却总是浪费，吃到一半就倒掉。

当前，随着人们生活质量的升高，“舌尖上浪费”现象也日益严重，浪费粮食的情况在我们身边比比皆是。餐桌文明是人类文明的缩影，餐桌虽小，却传承了人类自古以来文明有礼、节俭惜福的优良传统。

我们都是社会的一分子，希望同学们和家长们一起从现在做起，从生活习惯开始，从细微处做起，从节约粮食做起，争做节约粮食的传播者、实践者和示范者，用实际行动参与到节约粮食的行动中来，让节约引领风尚，共同为建设文明、和谐、环保的社会环境作出应有的贡献！现在向全校师生发出如下倡议：

1、珍惜粮食，适量用餐，避免剩餐。

2、不攀比、以节约为荣，以浪费为耻。

3、吃饭时吃多少盛多少，不留剩饭剩菜。

4、提醒身边的同学和朋友，积极制止浪费粮食的现象。

倡议人：

20xx年xx月xx日。

本DOCX文档由 www.zciku.com/中词库网 生成，海量范文文档任你选，，为你的工作锦上添花,祝你一臂之力！