# 2024年大学生勤俭节约心得体会 心得体会节约水(实用18篇)

来源：网络 作者：紫芸轻舞 更新时间：2024-12-28

*当我们备受启迪时，常常可以将它们写成一篇心得体会，如此就可以提升我们写作能力了。心得体会对于我们是非常有帮助的，可是应该怎么写心得体会呢？以下我给大家整理了一些优质的心得体会范文，希望对大家能够有所帮助。大学生勤俭节约心得体会篇一水是人类赖...*

当我们备受启迪时，常常可以将它们写成一篇心得体会，如此就可以提升我们写作能力了。心得体会对于我们是非常有帮助的，可是应该怎么写心得体会呢？以下我给大家整理了一些优质的心得体会范文，希望对大家能够有所帮助。

**大学生勤俭节约心得体会篇一**

水是人类赖以生存的重要资源，没有水，地球就不可能存在生命。然而，随着全球人口的不断增长和经济的快速发展，水资源变得越来越紧张，需求与供给的矛盾日益尖锐。节约用水成为当今重要的主题，而自己在学习、生活中的一些实践让我深刻体会到了节约水的重要性。

第一段：顺应潮流，节约用水的重要性。

随着社会的进步和技术的发展，人们对水资源的需求越来越大，而水的供应则在不断减少，这导致了日益严峻的水资源危机。而且，许多地区由于污染和过度开采等问题，水质和水量也受到了严重的威胁。因此，我们必须时刻保持对节约用水的高度关注，顺应潮流，从日常生活的点点滴滴做起，共同保护和节约水资源。

第二段：学校节约用水活动的意义。

学校是培养学生良好生活习惯和形成正确观念的重要场所。为了提高学生的水资源意识，我校组织了一系列的节约用水活动。在这些活动中，我们学生深入了解了水资源的重要性和紧张程度，从而增强了对节约用水的认识和理解。明白了每一滴水都是来之不易的，我们主动参与到行动中，积极推广节约用水的理念。在每位师生的共同努力下，学校的用水量明显下降，水资源得到了极大的节约和保护。

第三段：改变生活习惯，从小事做起。

改变生活习惯是节约用水的关键。在日常生活中，我们可以从点滴之处作起，比如洗脸时利用放水过程中洗手而不是一边洗脸一边放水；洗菜时使用洗菜盆接水，水可以重复利用；洗澡时控制用水时间，避免长时间浪费等。此外，修理漏水设备、收集雨水和合理利用废水等也是节约用水的有效措施。这些小小的改变看似微不足道，但却能在全体师生共同努力下，积少成多，节约出大量的水资源。

第四段：倡导节约用水的重要性。

作为一名学生，我深知自己肩负着传播节约用水理念的重要使命。为了深入倡导节约用水，我积极参与学校和社区的宣传活动。我们进行了宣传海报的设计制作，并在学校和社区公共场所进行了张贴。此外，我们还开展了上台演讲，向听众普及了节约用水的知识和重要性。通过这些宣传活动，我们积极呼吁更加重视水资源的节约和保护，号召大家共同参与行动。

第五段：与家人共同推行节约用水。

要让节约用水成为一种习惯，需要家庭的共同努力。我回家后，与家人分享了我在学校学到的节约用水的知识和经验。为了让家人更加积极参与，我亲自示范了一些节约用水的实践方法，并定期监督和提醒他们。家人们也逐渐意识到了水的珍贵，主动改变了使用水的习惯。通过家庭的共同努力，我们节约了更多的水资源，同时也对环保理念有了更深的认识。

总结：以自己为起点，以学校为阵地，以家庭为依托，我在落实节约用水行动中有了深刻体会。通过这样的实践，我明白了每个人的力量都是节约用水事业中不可或缺的。只有每个人都行动起来，大力倡导节约用水的理念，我们才能共同保护和节约水资源，让未来世界拥有更美好的生态环境。

**大学生勤俭节约心得体会篇二**

节约是一种美德，而随着社会的进步和环境问题的日益复杂，节约也成为了一种必须遵循的原则。作为一个现代人，我们需要在日常生活中不断提高节约意识，积极参与节约行动，保护地球和我们的未来。在我看来，节约的核心在于减少浪费，识别有价值的东西并善加利用。下面，我将分享一些个人关于节约用心得体会。

第一段：节约的目的和意义。

为什么需要节约？其实，答案十分简单——节约能够让我们节省时间、金钱和资源。它是在当今社会中共同应对环境问题和气候变化的一种方式。此外，通过节约行动，我们可以增强自己的绿色意识和责任感，为未来创造更好的生活环境。总之，节约是一种有益于我们、有益于地球和社会的化繁为简的行为。

第二段：节约用水的方式。

众所周知，水是生命之源。随着人口的增长和城市化的不断发展，水资源的负担正在加重。因此，我们需要在日常生活中节约用水。有一些简单的方式可以帮助我们减少浪费，如每次洗手以及洗菜时关掉水龙头，使用节水浴头等。在户外活动时，我们也需要注意如何使用水资源。一旦使用过的水需要经过净化后才可以再次使用。总之，节约用水不仅可以帮助我们减轻环境负担，还可以为我们节约成本。

第三段：节约能源的方式。

随着工业和技术的不断发展，我们也需要投入越来越多的能源。因此，节约能源也变得至关重要。我们可以通过采用一些简单的方法来实现这一目标，比如及时关闭电器和灯具，选用高效节能的家电和灯具。在出门前，也记得关闭或调低空调等家用电器。此外，电视、电脑等家电也有微电子待机功能，如果不用时及时关掉，也可以为我们节省大量不必要的能源开支。

第四段：节约食物的方式。

食物浪费是目前社会中普遍存在的问题。在日常生活中，我们也可以通过节约食物的方式来减少浪费。通常，我们需要控制好食物的分量、均衡膳食结构，及时吃下剩余的食物。此外，我们也应该在选购食品时注意质量和数量的选择，购买优质易储存的食物，及时安排食材。因此，节约食物不仅可以为我们节省开销，也可以推动存货回收和食品安全。

今天的生活方式充满的浪费和过度消费，从而导致产生大量垃圾。而我们可以通过节约用品来启动环保行动。我们可以购买重复使用的购物袋、食物容器、杯子和瓶子等。在购买个人洗护用品，如肥皂、浴液、牙膏和洗发水等时，不使用包装过于复杂的产品，避免无谓的垃圾堆积。总之，选购耐用、绿色环保的用品，不仅可以保护环境，还可以为我们节省成本。

结尾：

综上所述，节约是一种美德，也是一种责任。在日常生活中，我们应该努力倡导节约、创新、资源共享和绿色发展的理念。通过这些小举措，每个人都可以参与到保护地球的任务中去，让我们的未来更加美好。所以，做到“不浪费、不崇拜、追求适度”的生活，打造一个可持续、绿色的未来！

**大学生勤俭节约心得体会篇三**

电力的消耗现在已经成为了我们生活中必不可少的一部分。但是随着人口的不断增长，对电力的需求也在不断增加，从而导致了电力的匮乏和不断加剧的能源压力。因此，我们需要采取一些措施来节约电力，从而减轻压力，减少能源的浪费，保护我们的环境和地球。本文将分享一些有效的节约电的体验和体会。

第二段：降低电的用量。

首先，我们可以通过降低我们使用电的总量来有效地节约电费。我们可以减少电器物品的使用时间，例如洗衣机、冰箱、电视机等，特别是在天气较热时，我们可以尝试减少空调、风扇、烤箱等的使用时间和频率。此外，在室内加入一些植物进行装饰，不仅能美化室内环境，还可以起到减少空调使用和提高空气质量的效果。这些措施虽然看似微不足道，但长期来看，却可以在家庭电费上省下不少的开支。

第三段：选择节能电器。

其次，我们可以通过选择节能电器来减少电的浪费。可以选用能耗级别较高的电器设备，以减少电器设备的能耗，例如比较常见的有LED灯泡、节能型电热水器等等。这些电器设备虽然相对价格较高，但是能够持久地使用，而且能够为我们节省大量的电费，使我们的生活更加健康环保。

第四段：合理使用电器。

我们也应该注重合理的使用电器。当我们使用电器时，妥善使用电器的按钮开关是非常重要的。我们应该根据实际使用需求，合理使用电器，避免浪费电的情况发生。暂时停用电器，关闭电源开关，避免浪费电力。另外，如果在炎炎夏日使用空调，应该注意室内温度的设定，不要设置过低的温度，否则可能会影响身体健康。

第五段：养成节约习惯。

最后，培养节约电的习惯是非常重要的。养成合理用电的习惯可以使我们的生活与节约资源更加环保和健康。我们可以从平日生活中的小事做起，例如在室内使用电器时，尽量集中使用同一台电器设备的功能，避免反复开启，从而减少不必要的能源浪费。或者我们可以关掉电器设备的不必要的音响和灯光，以减少额外的能源消耗。尝试逐渐储存出一定量的电力，以便节省在特殊时间的能源资源。

总结：

节约电力不仅关乎我们自身的经济利益，更是我们每个人为环境做贡献的一份力量。本文所述的节约电的体验和体会并不是全部，但是将这些措施变成我们日常生活的一部分，相信我们可以让更多的电力被节约下来。

**大学生勤俭节约心得体会篇四**

在现代社会，节约成为了一种重要的生活方式。人们开始意识到节约的重要性，并且不断探索更多的节约方法。在我的日常生活中，我也尝试了很多节约用的心得和体会。今天，我想和大家分享一下我的一些经验，希望能够对大家有所帮助。

第二段：节约水。

水是我们生活中必不可少的资源之一。在日常用水中，我们应该切实做到节约用水。比如，刷牙时可以用水杯接水，洗脸时可以将水龙头关上，洗衣服时可以利用洗衣机的节水模式等等。这些小小的改变可以帮助我们省下一大笔水费，并且保护了环境。

第三段：节约电。

在家庭生活中，电费也是一项不可忽视的开销。为了节约用电，我们可以尝试使用节能灯泡，关掉不需要用到的电器，使用电器时尽量选择能耗低的，不用的电器及时拔掉插头等等。这些方法都可以有效地减少电费的支出，同时也减少了对环境的污染。

第四段：节约食物。

节约食物也是一种重要的生活理念。我的一个做法是，清理冰箱和厨房的时候，将近期即将过期的食物清理出来，重新规划安排食用计划。另外，在购买食物时尽量选择当季的新鲜食物，少买包装复杂、加工程度高的食品，避免造成浪费。

第五段：总结。

总的来说，节约不仅仅是一种生活方式，更是一种责任和担当。我们每个人都应该从自己做起，履行节约的责任，共同为美好的环境和未来贡献力量。通过节约用水、节约用电、以及节约食物的实践，我们可以形成良好的生活习惯，实现生活的可持续发展。

**大学生勤俭节约心得体会篇五**

本文目录。

通过对《厉行节约反对浪费——重要论述摘编》的学习，使我深刻体会到中央和省、市关心群众生活、注重改善民生的为民情怀。

这样的警醒有醍醐灌顶之感，深刻直白地告诫我们：作风问题绝对不是小事。狠刹奢侈浪费之风，没有余地;大兴勤俭节约之风，没有退路;务必使厉行节约、反对浪费在全社会蔚然成风。同时，我们必须把此作为正党风、促政风、带民风的大事要事，把此当做加强党风廉政建设的重要一环，紧抓，实抓，狠抓。各级、各部门必须要按照上级的具体要求和部署，不折不扣地抓好贯彻落实。

奢侈浪费，是滋生腐败的温床，是低级庸俗的诱因，是耍弄特权的舞台，是伤害民心的利刃。虽然我们的党政干部队伍的主流是向上的，但我们自身存在的问题也是显而易见，不容忽视的，而且在一些领导干部身上，有非常严重地讲排场比阔气、讲享受比消费、讲条件比待遇的习气作风。他们吃要山珍海味，住要楼堂会所，行要高档轿车，玩要烟花秀色。这些问题尽管是个别人、个别事，然而，个别现象如果不狠抓、不狠刹，往往会演变成为普遍现象，其影响也就更加恶劣。因此，我们的领导干部们，人人都要对照重要批示精神和十八届中纪委二次全会的讲话精神，严格要求自己，自检自查，有则改之，无则加勉，务必狠刹奢侈浪费之风，这无所谓官职高低，没任何情面可讲。对于存在侥幸心理的人，一经查实，决不姑息，严惩不怠。现在的信息传播速度超乎想象，全媒体时代的社会监督无处不在，任何奢侈腐败现象都逃不过群众的眼睛。要想人不知，除非己莫为;所以我告诫存在侥幸心理的人不要自欺自人，玩火自焚。

勤俭节约，不仅仅是中央发出的号召和作出的要求，更是我们中华民族的传统美德，是当今时代的客观要求和大势所趋。不能否认的是，我们的社会发展了，各方面的条件优越了，很多人就开始铺张浪费起来了。但是我们要清醒的看到我们的发展还处于低水平、不均衡阶段，财力物力和物产资源浪费不起，就是真正富裕发达了，勤俭节约也决不能丢失。一方面，财力和资源的浪费无法挽回、不可弥补，而我们的发展一线、建设一线、基层一线还需要大量的财力和资源，我们的贫困地区、贫困家庭、流浪人员还需要有饭吃、有衣穿、有住处、不挨冻。另一方面，勤俭节约精神不是物质上的占有能够替代的，它是价值观念、人生追求和行为作风的体现。奢侈结出的恶果，不仅仅是物质的浪费，更重要的是精神的颓废、意志的消沉和事业的衰败。两个方面无论从哪个方面权衡，勤俭节约都一时不可忘却，一日不可脱离。

节俭是维持人类生存的必需;节俭是持家之本;节俭是安邦定国的法宝;勤劳节俭有利于防止腐败;节俭能降低社会生产成本。节俭更是一种美德，是一个人有教养的体现，也是我们每一个不可或缺的优良品质。如果一个社会奢靡之风蔓延，无论物质上如何发达，也难免会造成巨大的浪费，难以实现可持续发展，甚至使社会风气败坏。如果奢侈豪华、骄奢淫逸成为一种“时尚”，那就是一种悲哀了。

成由勤俭败由奢。狠刹奢侈浪费之风，大兴勤俭节约之风。不论职位高低，不论岗位差异，都必须身体力行：从我做起，从现在做起，从具体事情做起，广大党员干部更是要率先垂范。

返回目录。

通过对《厉行勤俭反对浪费——重要论述摘编》的学习，使我深入体会到中心和省、市关心群众生活、重视改善民生的为民情怀。

这样的警省有醍醐灌顶之感，深入直白地告诫我们：作风题目尽对不是小事。狠刹奢侈浪费之风，没有余地;大兴节约勤俭之风，没有退路;务必使厉行勤俭、反对浪费在全社会蔚然成风。同时，我们必须把此作为正党风、促政风、带民风的大事要事，把此当作加强党风廉政建设的重要一环，紧抓，实抓，狠抓。各级、各部分必须要依照上级的具体要求和部署，彻彻底底地抓好贯彻落实。

奢侈浪费，是滋生腐败的温床，是低级庸俗的诱因，是耍弄特权的舞台，是伤害民心的利刃。固然我们的党政干部队伍的主流是向上的，但我们本身存在的题目也是不言而喻，不容忽视的，而且在一些领导干部身上，有非常严重地讲排场比阔气、讲享受比消费、讲条件比待遇的习惯作风。他们吃要山珍海味，住要楼堂会所，行要高级轿车，玩要烟花秀色。这些题目虽然是个他人、个别事，然而，个别现象假如不狠抓、不狠刹，常常会演化成为普遍现象，其影响也就更加卑劣。因此，我们的领导干部们，人人都要对比重要批示精神和十八届中纪委二次全会的讲话精神，严格要求自己，自检自查，有则改之，无则加勉，务必狠刹奢侈浪费之风，这无所谓官职高低，没任何情面可讲。对存在侥幸心理的人，一经查实，决不迁就，重办不怠。现在的信息传播速度超乎想象，全媒体时代的社会监督无处不在，任何奢侈腐败现象都逃不过群众的眼睛。要想人不知，除非己莫为;所以我告诫存在侥幸心理的人不要自欺自人，自取灭亡。

节约勤俭，不单单是中心发出的号召和作出的要求，更是我们中华民族的传统美德，是现今时代的客观要求和大势所趋。不能否认的是，我们的社会发展了，各方面的条件优越了，很多人就开始浪费浪费起来了。但是我们要苏醒的看到我们的发展还处于低水平、不均衡阶段，财力物力和物产资源浪费不起，就是真正富裕发达了，节约勤俭也决不能丢失。一方面，财力和资源的浪费没法挽回、不可弥补，而我们的发展一线、建设一线、基层一线还需要大量的财力和资源，我们的贫困地区、贫困家庭、流游勇员还需要有饭吃、有衣穿、有住处、不挨冻。另外一方面，节约勤俭精神不是物资上的占有能够替换的，它是价值观念、人生寻求和行为作风的体现。奢侈结出的恶果，不单单是物资的浪费，更重要的是精神的颓废、意志的低沉和事业的衰落。两个方面不管从哪一个方面权衡，节约勤俭都一时不可忘却，一日不可脱离。

节俭是维持人类生存的必须;节俭是持家之本;节俭是安邦定国的宝贝;勤劳节俭有益于避免腐败;节俭能下降社会生产本钱。节俭更是一种美德，是一个人有教养的体现，也是我们每个不可或缺的良好品质。假如一个社会奢糜之风蔓延，不管物资上如何发达，也难免会造成巨大的浪费，难以实现可延续发展，乃至使社会风气败坏。假如奢侈奢华、骄奢淫佚成为一种“时尚”，那就是一种悲痛了。

成由节约败由奢。狠刹奢侈浪费之风，大兴节约勤俭之风。不论职位高低，不论岗位差异，都必须身体力行：从我做起，从现在做起，从具体事情做起，广大党员干部更是要率先垂范。

返回目录。

当《舌尖上的中国》在全国风靡的时候，当官员们把享乐、奢靡当做自己官位高低的一向指标的时候，却在《网民呼吁遏制餐饮环节“舌尖上的浪费”》材料中作出指示，表示要厉行节约、反对浪费，全党以及国家工作人员乃至全社会都应该行动起来，逐渐培养这种良好品格!

作为一名党员，代表的始终是广大人民群众的利益，所以在各个方面应该起模范带头作用，尤其是关乎资源方面。资源的极度浪费是目前党内“四风”的一个表现方式，如形式主义工程导致城市贫民不得不背负豪华广场，享受主义和奢靡之风更是和浪费息息相关。然而，在某些领导干部浪费的背后，是许许多多人民群众利益的受损，甚至是生活变得更加艰难。若是长此以往必将会阻碍中国梦的实现。因此，我们要坚决贯彻习总书记所提出的“厉行节约反对浪费”，从党内抓起，从干部抓起，从一把手抓起，从娃娃抓起!

去年习总书记提出了八项规定，其中“精简文件简报、出访活动严格控制随行人员”等要求明显贯彻了节约的精神。节约是一个国家得以长久发展的原则，开源节流我们说了很多年，但实际行动上却依然不够令人满意。

从今年四月份开始，在全党内部开始自上而下地进行党的群众路线实践教育活动，推出了一系列活动，这些都隐隐包含着厉行节约、反对浪费的精神，如从纪检委开始进行会员卡清退活动，或者是党政机关和国家企事业单位不得再建豪华楼堂会所，不符合《关于党政机关停止新建楼堂馆所和清理办公用房的通知》规定的办公用房和办公楼必须予以清理、清退或作其他相关处理。这些都表明了新一届领导班子对扫除我党内部不良风气的坚决与重视，受到了民众的极大赞赏。但这些做得依然还不够，上有政策下有对策在我国依然“风行”。想要让社会风气焕然一新，既需要国家的引领，更需要每个公民的自觉。

目前，我身肩一职，这个岗位虽然平凡，但只要脚踏实地真心为民众办好事办实事，就是对群众的最好交代。在厉行节约、反对浪费的行动上，我觉得自己应该从这样几个角度来贯彻、执行该原则：

根据所在岗位特点和工作内容，制定相关规定来约束自己，如：

坚决不收受百姓以及其他人员的礼物或钱财，做到更透明化办公;下基层走访或调研时，不麻烦当地办事人员或民众，不接受任何形式的豪华酒宴或到豪华套房中居住;杜绝用公款吃喝的现象，严格要求自己与身边同事;制定《厉行节约反对浪费。

倡议书。

》，让人民群众自觉行动起来。

在生活中同样不放松、不放纵自己，做群众身边的好党员。

不少党员涉及工作问题比较严谨，但在个人生活上却对自己格外宽容。这既是两面派作风，又可能会因自身某些不当言行而使得民众对党的印象大打折扣。因此，既然主动自愿加入了中国共产党，就要有一定的心理觉悟和行为规范，在生活中同样严厉。而具体到厉行节约、反对浪费的行动上，则有许多行为都需要我们去推广，比如：

节约用水，不浪费每一滴水资源，如淘米水可以洗碗;节约粮食，能吃多少买多少、炒多少，尽量食用新鲜的食物，以免造成不新鲜食材的浪费;家中能用的电器或其他物件，没有安全隐患不需要换新的可以不买新的;若是空调、冰箱等物件不得不买新的或换购的话，就可以购买节省电、对空气污染少些的;尽量不使用一次性筷子、饭盒，不适用塑料袋等，这些都是我们力所能及的。

习总书记所提出的“厉行节约反对浪费”不仅仅是一种约束，一种修养的体现，更是带领我们尽早更快实现“中国梦”的一种积极向上、吃苦耐劳的精神!让我们带着节约去追逐自己的“中国梦”吧!

“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!

厉行节约，反对浪费是我们中华民族几千年来的优良传统和美德。唐代大将郭子仪将书皮上多余的纸裁下来重复使用;宋代苏轼每日计划开支，注意节俭;周总理一生也保持着勤俭节约的好习惯。古往今来各种节约的典型更是数不胜数。然而反观当下，铺张浪费的现象却屡见不鲜，对于厉行勤俭节约，反对浪费的提倡更是迫在眉睫。

我们要从自己的日常生活做起，从自身的生活习惯开始抓起，做到勤俭节约。从身边做起，从一点一滴做起，每天记得关电脑节约一度电;每天记得关好水龙头，节约一滴水;上完课记得关好教室里的灯，平时对于要用的纸张重复利用,吃饭的时候尽量做到一人一餐一个碗，吃多少要多少等等。古语说，积少成多，滴水石穿。这些看起来很微小的小举动，如果每个人都能做好的话，带来的会是巨大的资源价值。

作为一名中共党员，我们除了要从自身基本的做好以外，还要努力带动身边的人。要切实改进工作作风，挠骨树立艰苦奋斗，勤俭节约的思想。深入实际，深入基层，深入群众，坚决反对大手大脚，铺张浪费，从实际行动中，践行全心全意为人民服务的根本宗旨。在生活中，要多向身边的同学宣讲勤俭节约的重要性，每时每刻从身边做起。

通过这次的学习，我学到了许多，感慨也颇多。中国正处在一个高速发展，经济转型的阶段，要想把这座大厦建的牢固，那么我们每个人都是其中重要的参与者，我们必须把我们自己这块基石打牢，积土成山，才能屹立更久。

返回目录。

勤俭节约，不仅仅是中央发出的号召和作出的要求，更是我们中华民族的传统美德，是当今时代的客观要求和大势所趋。不能否认的是，我们的社会发展了，各方面的条件优越了，很多人就开始铺张浪费起来了。但是我们要清醒的看到我们的发展还处于低水平、不均衡阶段，财力物力和物产资源浪费不起，就是真正富裕发达了，勤俭节约也决不能丢失。

一方面，财力和资源的浪费无法挽回、不可弥补，而我们的发展一线、建设一线、基层一线还需要大量的财力和资源，我们的贫困地区、贫困家庭、流浪人员还需要有饭吃、有衣穿、有住处、不挨冻。

另一方面，勤俭节约精神不是物质上的占有能够替代的，它是价值观念、人生追求和行为作风的体现。奢侈结出的恶果，不仅仅是物质的浪费，更重要的是精神的颓废、意志的消沉和事业的衰败。两个方面无论从哪个方面权衡，勤俭节约都一时不可忘却，一日不可脱离。

作为老师，又是党员，担任着教书育人的重要责任，更应该以身作则，从身边小事做起，从实际出发，从细节入手，积极行动起来，把节约的精神真正地落到实处。节俭经费，节约材料，提高办公用品的使用效率，切实做到物尽其用。毛主席也说过：“贪污浪费是极大的犯罪!”我们不能做罪人，要爱惜每一粒粮食，珍惜每一滴水，节约每一度电，每一张纸，养成节约办公的好习惯。同时也要通过实际行动来潜移默化影响学生，培养学生勤俭节约的优良品质。让我们为了人类，为了国家，也为了本身，从我做起，从现在做起，反对浪费，厉行节约。

**大学生勤俭节约心得体会篇六**

和往常一样，我的碗里又剩了许多饭菜，妈妈唉声叹气，爸爸则怒气冲冲地命令我把碗里的饭菜吃干净。我没有理会，用写作业的理由搪塞着，跑回了自己房间。

其实在更小的时候，我一点不挑食也不浪费，身体很强壮，几乎没有生过病。自从不再吃光碗里的饭菜而喜欢吃一大堆零食后，我变得越来越胖，体质也下降了，感冒生病是常事。爸爸妈妈都在为我想办法，可我就是不听他们的劝告。

又是一天，我不出意外的再次剩了饭菜，但这次妈妈没有唠叨，爸爸也没有生气。原来是爸爸妈妈为我不爱吃饭感到奇怪，现在反倒变成我奇怪了。奇怪了没多久，我便兴奋起来。但兴奋也没有持续多久，吃完饭的妈妈把我拉进房间，讲了一个故事。

一个城市里，住了一名小女孩。这个小女孩经常浪费粮食，从原来的强壮变成了现在的弱不禁风。她每天能吃到许多好吃的，她的妈妈总能烧出香喷喷的饭菜，但她仍然浪费着。

在一个村庄里，也住了一名小女孩。她的家里很贫穷，经常为一日三餐而发愁。她只有年迈的奶奶照顾，自己每天还要天不亮就起来割草喂家里唯一的牛，好让它耕地。她如果能吃上一些肉，已经很不得了了。

城里的小女孩每天浪费着，村庄里的小女孩却连饭也吃不饱。

故事讲完了，妈妈语重心长地看着我，说：“知道那个城市里的女孩是谁吗？”

我惭愧地低下了头，不用说，那就是我。

“锄禾日当午，汗滴禾下土。谁知盘中餐，粒粒皆辛苦。”妈妈背出了一首诗。

我急忙说：“我背过！”

“那你真的懂了吗？真的做到了吗？”

我再次低下了头。

**大学生勤俭节约心得体会篇七**

如今，节约电已成为人们日常生活中的重要课题。在电能危机日益严重的情况下，大力推行节能减排已成为我们每个人的责任。作为一个普通人，我也开始重视节约电的意义，并且逐渐摸索出了一些节约电的小窍门，想和大家分享一下，希望大家也能从中受益。

第二段：理解节能减排的重要性。

首先，让我们来了解一下节能减排的重要性。随着人们生活水平的提高，电力消耗也在不断上升。而电力生产是一项能源消耗大、污染较重的行业，过度消耗电力将会导致大量的二氧化碳排放，加剧全球气候变化。因此，我们要意识到保护环境的重要性，尽自己的一份力量来降低能源消耗和减少二氧化碳排放。

第三段：节约电的小窍门。

下面我将分享一些节约电的小窍门。首先，我们可以购买一些低功率的电器，比如LED电灯、节能空调等，这样即可以减少电能的使用量，还可以节省开支。其次，我们可以在家里设置定时开关，明确规定每个电器的开启时间和关闭时间，避免浪费。另外，我们也可以多利用自然光线，节约使用室内电灯的时间。最后，我们要遵守养成良好的家庭用电习惯，不随意使用电器，由此形成一种节约的文化。

第四段：自己的实践经验。

在实践过程中，我也收获了很多经验。首先，我利用太阳能充电板为我的手机、平板电脑等设备进行充电，既环保又能为我省下零花钱。其次，我采用电子邮箱而不是纸张来传输文件和信件，避免使用过多的打印机和纸张，从而达到节约的目的。最后，在水、电、气等方面，我都加强了每种资源的使用量的管控，减少了浪费。

第五段：小结与展望。

通过对节约电的认知、积极的实践以及小窍门的分享，我相信大家已经对“节能减排”的意义有了更深刻的了解。同时，我们也要有一个好的心态，用自己行动为保护地球贡献一份力量，让爱护环境的理念在生活中深深植根，将节约用能、保护环境、低碳生活作为自己的生活方式，共同营造一个美好的地球。

**大学生勤俭节约心得体会篇八**

吃着香香的米饭，吃着可口的菜，我不知不觉得想起《悯农》这首古诗。

“锄禾日当午，汗滴禾下土。谁知盘中餐，粒粒皆辛苦”。这首诗告诉我们每一粒饭都包含着农民伯伯的汗水，告诉我们要节约粮食，不挑食，把碗中的米饭都吃光。我们的粮食来之不易，全是靠农民伯伯冒着寒冷和炎热辛辛苦苦中出来的，所以我们要节约粮食，我以前也是不节约粮食，后来我是看了一个电视节目，我才知道要节约粮食，节目里放的是一个小孩，他父母已经过世了，留下他一个人，他在路边看见了包子，快乐极了，老板问他有没有钱，他说没有钱，那个老板脸色一下子就黑了。说：“没钱还不快滚。”把那个小孩赶跑了，接着来到了烤鸭店门口，看见那烤鸭直流口水，可那老板连闻都比给他闻，就把他轰出去了，路上，他看见地上有包子，正当用手去那的时候，一只狗把包子抢走了，最后，这个孩子饿死了。看了这个节目，让我知道了要节约粮食。

所以，当我们吃着香香的米饭时，就要想起《悯农》这首诗，想起节约粮食。

古人说的好：“日省一把米，月节一斤粮”。凡事贵在坚持。节约粮食，从一粒米开包子，正当用手去那的时候，一只狗把包子抢走了，最后，这个孩子饿死了。看了这个节目，让我知道了要节约粮食。

所以，当我们吃着香香的米饭时，就要想起《悯农》这首诗，想起节约粮食。

古人说的好：“日省一把米，月节一斤粮”。凡事贵在坚持。节约粮食，从一粒米开始。如果中国13亿人口都能做到节约一粒米，那将是数量和价值不菲的粮食。

而今时，我们从解决温饱问题到逐渐迈向小康生活，农民伯伯付出了多大的艰辛，国家献出多少力量。有些同学把剩下的饭菜一股脑的倒掉了。你可知，含在我们嘴里的已不再是一颗颗小饭粒，而是农民辛勤劳作而流下的汗珠。“锄禾日当午，汗滴禾下土。谁知盘中餐，粒粒皆辛苦。”耙地、播种、插秧、浇水、杀虫、除草、收获，每一个环节都蕴含着农民多少辛勤的劳动，我们怎么忍心把那用汗水浇灌的粮食随手扔掉呢。你可知，这些饭菜消耗了农民伯伯多少精力，而现在我们竟不珍惜粮食，枉费了农民伯伯为我们流下的汗珠。想想吧，如果我们国家像一些遥远山区和非洲的某些国家一样。人口多，粮食少甚至没有，灾害频频发生。在那种绝境下，我们还会浪费粮食吗?现在，人们抛弃了粮食，最终粮食也会离我们远去。在我们看来，极不好吃的`饭菜，也许是对他们来说也是饕餮盛宴，是他们做梦也想不到的。

每当我看到一碗一碗的剩饭被倒掉，仿佛能听见那些米粒在我耳边哭泣，在痛斥，在抱怨……如果我们再不珍惜粮食，以后我们还有饭吃吗?到那时，想想当初，我们为什么浪费粮食?又有什么资格浪费粮食!先辈们为我们打下了让我们吃饱的根底，而我们现在浪费粮食。先辈们会想什么?如果现在让我们饿上一星期，让我们体会一下非洲人民的饥饿感，到那时，我会想浪费粮食的人会越来越少，甚至没有。现代生产的开展，社会财富的丰裕，不应当成为我们浪费的理由。

节约粮食，从一粒米开始，正如我国对待岛态度一样，中国绝不退让半步;节约粮食，从一粒米开始，正如不漏掉一个小数点，防止给国家和人民带来不可估量的财产损失;节约粮食，从一粒米开始，正如我们中学生节约每一分每一秒，学好每一门功课，为祖国的富强奉献自己的力量。

一粥一饭当思来之不易，半丝半缕恒念物力维艰。食先辈之力，而不知其中之劳辛，是可耻的。同学们，节约粮食，从一粒米开始。让我们从自身做起吧!

**大学生勤俭节约心得体会篇九**

节约电是一种环保的行为，也是一种优秀的文明习惯。我们知道，能源的消耗对于地球的生态环境和人类的身体健康都有着很大的影响。为了保护环境和我们的身体健康，我们应该养成节约用电的好习惯。

二、生活中的节约电。

节约电并不是说要完全不用电，而是要在使用电器的时候合理使用，不浪费。在生活中，我们可以从很多方面开始节约用电。比如说，关掉不需要使用的电器，调整电器的功率，使用时尽量集中使用，不要反复开机等。这些小小的行为，其实都可以累积起来，成为一种不浪费的形式。

三、电脑上的节约电。

对于经常使用电脑的朋友，要注意电脑的电源使用。普通的电脑屏幕、CPU、硬盘、光驱等设备的耗电量都十分显著。我们可以在设置里面进行相应的节能设置，例如调整电脑的亮度、进入低功率模式等。此外，我们还可以更换使用低功耗的设备。这些都是减少电脑功耗的好方法。

四、家用电器上的节约电。

对于其它家用电器，我们也可以采用相应的节能措施。比如说，使用LED灯泡代替普通灯泡，选择低面积限的电风扇，或选择低功率的空调等等。这些小小的变化，其实都可以直接反应到账单上。

五、家庭节约用电，人人有责。

家庭节省电是一项不需要投资，却收获非常明显的好事。我们应该加强节约用电的意识，从身边小事做起，教育家庭成员积极参与。只有每个家庭成员都能积极地控制自己使用电器的行为，才能够真正为环保和节省用电做出贡献。

总之，节约用电不仅是环保、节约资源，也是一种良好道德和行为习惯。我们需要在日常生活中，自觉维护节约用电的好习惯，让这种节俭节约的风气，得以在我们的家庭里、社区以及整个社会中不断推广，形成节约用电的良好氛围。

**大学生勤俭节约心得体会篇十**

粮食来之不易，我们要节约粮食。

以前姥姥还在的时候，就经常跟我说有关粮食的故事。那时候社会的经济还没有如今这般的发展，他们还只能靠天吃饭。每日里太阳还没有出山的时候，就已经披着晨露去干活了。他们要做的事情可多了。地里的活都在等着他们，还有那一不留神就冒出了老高的杂草都等着他们去除掉。

当时的他们哪有像现在人们这么悠闲，那时候一日三餐能吃上一次饭就已经很不错了。

我还清楚的记得姥姥说的一个事实，那是关于爷爷的事。有一天爷爷在餐桌前吃饭，拿起筷子吃得正香，结果手一抖，有几颗粒饭不小心掉到了地上，爷爷瞧着地上白胖胖的几粒米饭叹息了一声，然后弯下身，伸出手将地上的饭粒拾了起来。爷爷别有深意的瞧着手心的饭粒，感慨了一声：“粮食，怎么能浪费呢?”说着，吹了吹就将那几颗饭粒吃下肚。

在他们眼里，就算只有几颗饭粒都是不能浪费的，也是浪费不得的。粮食是用每一位农民辛勤的汗水浇灌的，浪费粮食更是对他们的一种不尊重。

现如今，有了杂交水稻，粮食的产量增加了许多倍，加之现在的科技发达，播种粮食更多的被机器所替代，人们没有之前那么的辛劳，但是也不要忘了，我们能够有如今，也是靠着先辈的努力才拥有的，粮食依旧来之不易，我们要懂得节约粮食。

并且，如今在我们看不到的角落里，世界上还是有许许多多吃不上粮食的人，他们忍受的饥饿，他们皮包瘦骨，也许只要一碗、或者半碗粮食就能救他们一命。光如此，我们就没有理由去浪费粮食。

节约粮食不仅是一种良好的个人品德，更是一种善举。

**大学生勤俭节约心得体会篇十一**

我是粮食战线上的一名新兵，2024年调入新单位。在领导的重视和亲自安排下，我和同志们一起进行了为期一个多月的业务技能学习。重点学习了《粮食行政执法实用手册》上下册《粮食流通管理条例》三本书，在学习中，我作了读书笔记，并就一些疑难问题请教了单位的老同志，然后进行了认真的思考和总结。

通过学习，我初步了解和掌握了一些粮食行业的基本知识和我国目前的粮食政策、法律、法规及相关的规定。逐步理解和认识到全面推进依法行政是粮食流通市场化改革的必然要求，也是粮食行政管理部门职能转变的关键。《粮食流通管理条例》赋予了粮食行政管理部门明确的行政执法职能。在粮食购销市场化改革不断深入的新形势下，认真落实好粮食流通监督检查行政执法工作，是粮食行政管理部门实现国家粮食调控目标、确保国家粮食安全的重要保证。

在《粮食行政执法实用手册》一书中，我主要学习行政执法与执法监督基础理论及粮食流通监督检查行政执法实务两大块内容以及粮食行政管理部门行政执法依据。通过第一篇的学习，我初步了解了什么叫行政执法（包括行政执法的特征及种类以及行政执法的基本原则），行政执法的依据（宪法、法律、法规、规章、条例等）；什么是行政执法的主体以及行政执法的特征和种类。接着我们又学习了行政执法的行为（行政许可、行政征收、行政处罚、行政强制）及行政执法监督（层级监督、行政复议、行政诉讼、行政赔偿）。通过第二篇的学习，我基本掌握了粮食流通监督检查工作程序，明确了我们粮食行政职能部门最终目标只有一个，就是确保国家粮食安全。为了实现这一总目标，粮食行政管理部门需要两个抓手，一是执行宏观调控的载体，包括企业和市场。二是实现政策目标的机制，包括发挥载体调控作用的机制和市场监管的机制。认识到新时期做好粮食流通监督检查的意义有以下五点：

一、维护粮食市场流通秩序，保护种粮农民、粮食经营者和消费者的合法权益。

二、打击不法经营者的违法经营行为，维护国家粮食法律法规的严肃性。

三、保障国家粮食宏观调控政策的贯彻落实，为确保国家粮食安全服务。

四、保证粮食流通统计数据的真实，为国家宏观调控提供可靠依据。

五、检验粮食流通法律、法规、政策效果和反馈完善政策的建议。

以上是我学习的一点粗浅的体会。

我愿和同事们一道继续努力学习，掌握过硬的行政执法技能，切实做到依法行政,文明执法。为下一步尽快的开展工作奠定良好的基础。

**大学生勤俭节约心得体会篇十二**

在当今社会，随着经济的快速发展，人们的生活水平也越来越高。不过，过度的浪费和消费，也加剧了环境的污染和气候变化。因此，作为一个有良好生活习惯的人，我们应该积极地去节约，保护环境，建立可持续的生活方式。本文将探讨一些关于节约的心得和体会。

第一段：减少浪费。

浪费是我们生活中最容易忽视的问题，它不仅造成了我们自己的损失，也加剧了环境问题。在我的生活中，我学会了让自己少买一些不必要的东西。从购物清单，到家庭生活用品的使用时间，我都会认真考虑。我发现，减少浪费，不仅让我的生活更加环保，而且也有利于我节约大量的钱财和时间，更满足我的精神需求。

第二段：珍惜资源。

珍惜资源，在我们的生活中也是非常必要的。想到能源，我们做到了节约用水、电、气，并尽量减少车辆的使用。此外，我们还尽量避免大量采购食品或其他用品，并尽可能的利用东西的所有部分。例如，我会用过的纸做成拼图和卡片，让整个家庭分享这样的活动。珍惜资源和物品是一个良好的习惯，不仅让我有更多的精力去满足需要，也当然使我的生活更加环保。

第三段：注意垃圾分类。

垃圾分类是另一个关乎环保的问题，是我们生活中必须面对的。为此，我们建立了一套垃圾分类的系统，从餐厨垃圾、可回收垃圾到有害垃圾，都快速按照规定分类好。当然，这些也都是我们日常生活中必须做到的，它不仅是一种环保的习惯，还对于整个地球蓝天白云的未来都有着很重要的意义。

第四段：选择绿色生活方式。

作为一个环保人士，我们会选择可持续的、绿色的生活方式。在买东西，包括食物、衣物、玩具等，我们会优先选择环保可持续的产品，并寻求可循环产品和电子化的应用。此外，我们还尽力支持当地的绿色产业，例如当地的蔬菜和水果，因为这样做既有助于环保，还有助于当地的经济和农业发展。

第五段：号召更多的人参与。

最后，我认为我们所有人的生活都可以尽量环保和可持续，但这并不意味着我们只是一个个为自己服务。更重要的是，我们要教育我们的家庭和其他人继续积极地参与，同样实现他们的环保目标和愿望。我们要告诉他们我们环保的原因，也要告诉他们我们做的好处。更多地参与和关注，我们将会得到更好的结果，从而保护地球和我们的生活。

**大学生勤俭节约心得体会篇十三**

节约粮食是国家和个人都要高度重视的问题。在日常生活中，我们每个人都可以从小事做起，用实际行动来节约粮食资源。我深有体会地认识到，节约粮食不仅是一种行为举措，更是一种生活态度和价值观。在实践中，我不断总结出一些心得和体会，希望与大家分享。

首先，对于节约粮食，我们首先要从自身的饮食习惯入手。我们要避免浪费食物，尽量按需取食。在我家，我妈妈每次做饭都会根据我们的饭量来煮饭，从而避免了浪费。而我在外就餐的时候，也会控制自己的食量，避免点菜过多导致剩余。我们要明智选择，尽量避免油腻的食物，多吃素菜，合理搭配蛋白质来源，提高饭菜的营养价值。

其次，科学储存也是节约粮食的重要环节。食物的保鲜和储存是避免浪费的关键。我们要正确存储食物，尽量减少食材的损耗。最近，我家购买了一个冰箱，我妈妈会把食物分门别类地放在不同的容器里，标明保存时间，这种有条理地分门别类的储存方式，不仅延长了食物的保鲜期，也方便了家人在烹饪过程中取用食材。

此外，我们还要善于利用剩饭剩菜，实现循环利用。剩饭剩菜是造成浪费的主要来源之一。我家每次剩下的米饭，妈妈都会加水再煮，做成粥或者炒饭，除了避免了浪费，还可以增加一种新鲜的口味。剩菜我们也不会丢弃，而是可用剩菜做炒菜或者菜汤，充分利用剩余食物，减少浪费。

在学校，我们开展了一系列节约粮食的宣传活动，进一步提高了同学们的节约意识。学校食堂对剩饭剩菜进行再利用，比如将剩下的米饭做成饭团，变成一道美味小食。此外，学校还组织了教师和同学参观当地的农田，了解粮食种植和生产的过程，提高了大家对粮食的珍惜和尊重。

最后，我们在日常生活中还可以通过其他方式来节约粮食。例如，合理安排就餐时间，避免吃太晚或者太早，以免因饥饿导致进食过多。此外，我们还可以利用饭菜剩余做成菜肴，丰富餐桌的口味。我们还可以通过控制过量购买，避免食材过度堆积，从而减少浪费。

总之，节约粮食是我们每个人的责任，也是为了保护地球资源和环境的需要。我们要从小事做起，从饮食习惯、储存方式和剩余食物的利用等方面着手，用实际行动来践行节约粮食的理念。只有每个人都立足于自己的实际行动，共同致力于粮食资源的节约和保护，我们才能够为社会的可持续发展贡献自己的力量。

**大学生勤俭节约心得体会篇十四**

勤俭节约是中国人的传统美德，小到一个人、一个家庭，大到一个国家、整个人类。古人云：“俭，德之共也；侈，恶之大也。”，但是现在却有许多人渐渐淡忘了这个传统美德。

我应该爱惜水，从现在做起。

于是我从早到晚用过的水就用来冲厕所，一个月又过去了，我们，来到交水的地方，叔叔说：“你们的水费是15元。”我们非常高兴，回到家，妈妈看见原来是我节约的水，知道我是个知错就改的好孩子。

在这一件事里，我学会了这样爱惜水和其它的东西

勤俭节约是我们中华民族的传统美德，无论家里的收入高低，再有多富裕，我们都应该勤俭节约，我们要从现在做起，从生活中的点点滴滴做起，养成良好的勤俭节约习惯。

有一件事我记忆犹心。那是去年春节期间的一天，爸爸要在家里请客人，中午的时候，家里来了许多客人，这下该我们忙活的时候到了。我为客人洗水果，爸爸就忙着现摆起他的茶艺来了。最忙活的就是妈妈了，不长时间，妈妈就为客人准备了一桌丰盛的午餐，他们都吃的津津有味，赞不绝口的夸妈妈手艺好，下午客人走了，我帮妈妈收拾吃剩的饭菜。我把饭菜倒进了垃圾箱，妈妈看见了严肃地对我说：“干嘛到掉了，物价这么贵，不要浪费粮食，况且我们吃的都是农民伯伯辛苦种植的，因该珍惜劳动成果，正所谓谁只盘中餐，粒粒皆辛苦。”从那以后，我懂得了节约饭菜。通过这件事我受到了深刻的教育。

勤俭节约是我们的传统美德，我们每个人都应该把它牢记心头！

让我们从现在做起，从每一件小事做起，养成勤俭节约的好习惯，让中华民族勤俭节约的美德从我们身上继续传承发扬下去吧！

**大学生勤俭节约心得体会篇十五**

节约用电，电是人类的伙伴，电是人类的必须品，有电才能拥有好多东西，好多工厂的正常运转，节约用电让资源留存。

虽然现在的各方面数据表明电力资源不是很缺，但也一定要节约，节约用电就是在为了社会节约能源，节约用电就是为了自己的生活更丰富多彩，是种风尚。

现如今有好多的风力发电入住每个山村和城市的山脉中，这些风力发电是大规模的，用的材料都是特殊的材料，维修起来费用会很高。在生活中的我们，如果每天节约用电，每天节约一点点电，那么就能让一个风力发电设备少运转一段时间。这样虽然是小小的行动。却能为了国家省去好多的维修费用。能让风力发电设备延长寿命。电在人的一生中是必须的，是必须要用的，每个家庭的用电虽然是少的，但是从日常就节约，那可不是一个小是数目啊。每个家庭的电话充电器如果充满了之后指示灯还在亮着那么就会浪费电，一家这样不要紧，如果好多家呢？那就会是一个更多的资源，更多的电力资源被浪费，更多的电在无意间被浪费了，这是一种很不值得的，是种可以避免的，那么节约就是关系到了每个人。

节约用电，让更多的电能被节约，这样是节省能源，更是为了国家做出贡献。

**大学生勤俭节约心得体会篇十六**

段一：引言（200字）。

品格节约是一种道德修养，是人们在日常生活中注重节约资源、精打细算的行为表现。我认为，品格节约是现代社会必不可少的一种美德。在过去的一段时间里，我深入思考并实践了品格节约的理念，为此我获得了许多体会和心得。在本文中，我将分享我对品格节约的理解和体会。

段二：资源节约（200字）。

品格节约首先表现在资源节约上。我们生活在一个资源有限的世界，严重浪费资源会导致资源短缺和环境恶化。因此，我们应该养成良好的消费习惯，尽量减少浪费。我个人喜欢用完所有的日常用品和食物，尽量不浪费。当我看到他人频繁地买新东西而不用旧物时，我会提醒他们珍惜资源。我还喜欢参与环保活动，如垃圾分类和自行车出行，来减少对地球的负担。

段三：经济节约（200字）。

品格节约也体现在经济节约上。我们生活在一个竞争激烈的社会，一个良好的节约品质不仅有助于培养个人的财务责任感，还使我们能够更好地规划未来。我喜欢制定严格的预算，并尽力降低生活开支。我发现，通过避免不必要的消费和积极寻找折扣和优惠，我能够省下大量的钱，用于更有意义的方面，如旅行或教育。我还鼓励他人养成良好的理财习惯，提醒他们自律和规划未来。

段四：时间节约（200字）。

品格节约还包括对时间的节约。时间是我们最宝贵的资源之一，我们应该珍惜每一分每一秒。我喜欢制定详细的日程安排，以充分利用我的时间。我避免长时间的无谓浪费，如无意义的社交媒体浏览和电视剧的过度追看。在我看来，时间节约不仅使我更加高效地完成任务，还为我提供了更多自由时间，用于个人发展和追求兴趣爱好。

段五：效益节约（200字）。

品格节约还表现在追求高效益的方面。我们应尽量避免做无济于事的事情，而集中精力和资源投入有意义的事情。我发现，追求效益节约可以使我更加专注和有动力，从而取得更好的成果。例如，我会在开始前制定计划，遵守时间管理原则，使我的工作或学习任务更有条理和效率。我还鼓励他人在自己的工作和学习中追求效益节约，以实现更大的成功和成就感。

总结（100字）。

品格节约是一种重要的美德，它涵盖了资源、经济、时间和效益的节约。通过贯彻品格节约的原则，我们可以减少资源浪费、规划经济、充分利用时间和追求效益。因此，我强烈建议每个人都积极地培养品格节约的品质，并将其融入到日常生活中。只有这样，我们才能实现个人和社会的可持续发展。

**大学生勤俭节约心得体会篇十七**

节约粮食是我们每个人应该负起责任来做的一项重要任务。粮食是人类生存的基本物质之一，而粮食资源却并不是无限的。为了保护和利用粮食资源，我们需要从日常生活中的方方面面做起，做出一些改变。在我长期的生活实践中，我积累了一些关于节约粮食的心得体会。以下是我在日常生活中所采取的一些措施来节约粮食，并希望通过与大家分享，能够一起为保护和利用粮食资源做出努力。

首先，合理规划餐食是节约粮食的重要一环。每当我准备进餐时，我都会根据自己的实际需求，适量盛取食物，并尽量避免浪费。我发现，如果一次性盛的食物太多，不仅会浪费，还容易增加消化负担。而且，如果盛取过多的食物，很大概率会剩下，而在饭前没有做好下次餐食的规划，剩下的食物就可能在后期发生变质而需要丢弃。因此，为了节约粮食，我一直主张合理安排餐食，避免食物的浪费。

其次，科学保存食物是我在节约粮食方面的一大心得。很多人并不重视食物的保存，觉得只要冷藏就足够了。但实际上，很多食物并不适合长时间的冷藏保存。对于日常所需的蔬菜水果，我习惯在购买后进行分类和储藏。新鲜的蔬菜可以晾晒干燥后放入冷库冷藏，果蔬则要视其是否可以避光来进行判断。这样做的好处是，既保持了食物的新鲜度和营养价值，又能够延长其保存时间，避免食物变质而导致浪费。

同时，合理搭配饮食也是我认为节约粮食的一个有效方法。营养学家一直强调均衡饮食的重要性，而我在追求均衡饮食的同时，也会通过合理搭配饮食，来节约粮食的消耗。例如，在早餐时，我会选择一些高热量和高营养的食物，例如全麦面包、鸡蛋和豆浆。这些食物不仅让我早上有足够的能量和营养，还能够让我在午餐时间少吃一些米饭等主食。这样一来，既达到了健康饮食的目标，又减少了粮食的消耗。

此外，合理利用剩餐剩菜也是节约粮食的一个重要途径。经常会有人认为剩餐剩菜不健康，完全丢弃是最佳选择。但实际上，只要正确利用，剩餐剩菜也可以发挥巨大的价值。比如，剩下的米饭可以晾晒成干，在炒菜或煮粥时添加，不仅可以起到添饱的作用，还能够增加食物的口感和营养价值。当然，前提是要采取合理而安全的保存方式，避免食物的变质。

最后，积极倡导社会共同参与节约粮食是节约粮食的一个重要环节。一个人的力量毕竟是有限的，只有让更多的人参与进来，才能够更好地保护和利用粮食资源。因此，我积极参与志愿者活动，与社区组织和学校合作，开展宣传节约粮食的活动。比如，我们组织了一些培训班，教授人们如何合理购买和保存食物，如何规划饮食等。通过这些活动，我们希望能够影响更多的人，让大家都参与到节约粮食的行动中来。

总之，节约粮食是一个涉及方方面面的复杂问题，需要大家都来关注和参与。通过合理规划餐食、科学保存食物、合理搭配饮食、合理利用剩餐剩菜以及倡导社会共同参与，我们可以在日常生活中采取一些改变，为保护和利用粮食资源做出自己的贡献。希望越来越多的人能够认识到节约粮食的重要性，并积极行动起来。

**大学生勤俭节约心得体会篇十八**

节约是一种美德，也是一种生活方式。在现代社会中，随着物质条件越来越好，人们依然需要节约的意识，以克制自己的浪费行为，保护地球资源。今天，在探讨“坚持节约心得体会”这个主题时，我将会从自身的经验出发，分享我对于节约的看法和实践方式。

第一段：节约意识开局。

节约意识是控制浪费行为的根本，也是世代传承的重要素质。从小我就被父母教育节约，当时由于自己的认知度不够，很多时候只是口头上说了几句，并没有形成固定的概念。长大后，经过复杂的人生经历，我逐渐懂得了节约意识的重要性和必要性。我对自己的生活方式进行了调整，将“节俭”作为最重要的生活视角，并以此作为指导思想，开展知识普及，并帮助大家建立和发展节约意识。

第二段：日常生活中的节约。

节约生活没必要过于强调压榨自己，关键是能够在日常生活中改变一些小习惯和行为，从而帮助环保。譬如，家中养成关灯关水关电等待省能源的习惯，这样不仅可以减少不必要的开支，还可以对环境产生积极的影响。

第三段：节约划重点的方针。

做好一个节约者关键是在节约的相关细则方面做到全面，譬如我在家里会制定经济预算，不浪费，只买需要的东西，并及时破弃过时的物品。在购物时，我会从长远利益出发，选择符合人文品质要求和考虑后续的回馈的商品。

第四段：公共场合的节约宣传。

除家庭日常生活中，节约事业也应该成为公共文明生活、人文环保的基本元素。公共场合节约宣传应该纳入提高广大人民思想水平和素养的政策系列，增加节约行动中的效果。举个例子，市内某单位组织中秋节晚会，从饮料供应到文化娱乐活动，无不体现着“节约”的主张，形成了节俭、文化和环保的良好的环保文明局面。

第五段：结尾总结。

总而言之，节约是一种崇高的品行，也是一种现代文明的生活理念，对于我们每一个人而言，都应该从自己做起，把节俭作为一生的修行。只要我们都能够行动起来，共同改变自己浪费的生活习惯，改变不良的消费方式，对环境贡献自己的力量，才能营造出一个温馨、美丽、和谐的生活环境。

本文档由范文网【dddot.com】收集整理，更多优质范文文档请移步dddot.com站内查找