# 最新光盘行动的心得感悟 光盘行动模范心得体会(大全9篇)

来源：网络 作者：九曲桥畔 更新时间：2025-04-19

*我们得到了一些心得感悟以后，应该马上记录下来，写一篇心得感悟，这样能够给人努力向前的动力。大家想知道怎么样才能写得一篇好的心得感悟吗？以下是小编帮大家整理的心得感悟范文，欢迎大家借鉴与参考，希望对大家有所帮助。光盘行动的心得感悟篇一近年来，...*

我们得到了一些心得感悟以后，应该马上记录下来，写一篇心得感悟，这样能够给人努力向前的动力。大家想知道怎么样才能写得一篇好的心得感悟吗？以下是小编帮大家整理的心得感悟范文，欢迎大家借鉴与参考，希望对大家有所帮助。

**光盘行动的心得感悟篇一**

近年来，随着数字化的快速发展，网络购物、在线教育、在线娱乐等活动日益频繁，光盘的作用逐渐减弱，该如何处理废旧光盘？光盘行动模范心得体会，成为关乎环境保护的重要话题。在这里，我想分享自己的心得体会。

第一段：全面了解光盘行动模范

首先，要了解光盘行动模范的内容和目的。光盘行动模范是一个普及废旧光盘环保概念、引导公民有意识参与环保行动的公益活动。此活动旨在倡导绿色消费观念，提倡环保生活，引导全社会关注环保，从个人做起，保护我们的地球家园。

第二段：如何鉴别废旧光盘

除了了解光盘行动模范的目的，还需要了解如何鉴别废旧光盘。通常情况下，我们可以从光盘的外观特点和光盘的使用痕迹来判断光盘是否是废旧光盘。例如，如果光盘表面已经出现裂缝或划痕，或者已经失去光泽，那么这个光盘很可能已经成为废旧光盘了。

第三段：如何正确处理废旧光盘

正确处理废旧光盘是一个环保生活的重要环节。一般来说，处理废旧光盘的方法有三种：回收、复制和销毁。其中，回收是最环保的处理方式。有专门的公益组织，比如“光盘行动模范”等促进公民参与废旧光盘回收行动，这对于促进社会环保大有裨益。复制是将一张废旧光盘变成另一张光盘的过程。而销毁，则是利用机器将光盘进行粉碎、烧毁，但这种方式不利于环保。

第四段：分享个人体会

我个人对于废旧光盘的处理，更倾向于回收。首先，回收可以有效地减少环境污染，保护环境；其次，回收也是从个人做起环保的具体行动，有利于营造绿色消费环境。我们可以将废旧光盘送到回收箱里，或者交给专业回收机构处理。

第五段：总结与启示

通过参与“光盘行动模范”，我意识到废旧光盘的处理不仅仅是一个个人的行为，更是全社会共同关注环保问题的具体举措。只有每个人都养成废旧光盘正确处理的好习惯，才能真正推动环保事业的发展。

**光盘行动的心得感悟篇二**

现在很多小孩子都喜欢吃零食，比如肯德基、麦当劳等等，都不喜欢吃饭，就算吃也不会光盘，这样既不利于他们的身体健康，也造成很多不必要的浪费，我们要进行“光盘行动”。

“光盘行动”提出的背景是中国日益严重的“舌尖上的浪费”现象。活动的主题是：从我做起，今天不剩饭。光盘行动，即指在饭店就餐时，倡议人们将吃不完的饭菜打包，“光盘”离开饭店。这一行动是由北京市一家民间公益组织推行的公益活动。

那么现在我告诉你怎么光盘吧！所谓光盘，就是吃光盘子里的东西。首先，吃饭不能讲话。其次，你能吃多少添多少，不够又添，不能挑食。然后，地上不能掉米粒，掉了要捡起来放在桌子上。最后，饭后要收拾餐具。这样你就可以光盘了。

为了能让每个人都进行光盘行动，我还想让你知道光盘行动的口号：有一种节约叫光盘，有一种公益叫光盘，有一种习惯叫光盘。

让我们每个人都进行“光盘行动”，珍惜每颗粮食。

**光盘行动的心得感悟篇三**

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。

**光盘行动的心得感悟篇四**

我国自古以来，不浪费粮食是中华民族的传统美德。现在他又一个时尚的名字叫“光盘”。

今天，我的一个亲戚家的小孩刚满月，请我们去一家餐馆吃饭。开饭啦！服务员端来了：炒牛肉，菊花鱼，鸽子肉……还有一些山珍海味我连名字也叫不出来。不一会儿就摆满了整整一桌。

在对小寿星的祝贺声中，我们开怀畅饮，又吃又喝，直到撑得肚饱腰圆，客人们才一个个挺着大肚子离开了餐厅。

妈妈叫来服务员，拿来几个打包袋准备打包。我像个小偷似的向四周望了望，还好宾客都走了。于是，我便对妈妈小声说：“我们走吧！不要吃别人剩下的`食物，这太没面子了。”这时有个服务员听到我和妈妈的对话，还没等妈妈开口，她就说：“孩子，你应该感到光荣，社会现状提倡珍惜节约粮食，反对浪费，光盘行动，从我做起的口号。”

我问服务员：“什么是光盘行动呀？”服务员笑着回答：“光盘就是把自己盘中的食物吃完，即使吃不完，也要打包带回去吃。”

妈妈语重心长的说：“是啊！小小的一粒米，都是农民伯伯用汗水换来的，来之不易啊！”

爸爸抚摸着我的头说：“中国食物浪费超乎想象，一年倒掉两亿人口粮，我们要珍惜粮食啊！”奶奶唠叨着说：“你难道忘记了我教过你的谁知盘中餐，粒粒皆辛苦吗？”爷爷叹了口气：“唉！你太幸福了，我们小时候没吃的，饿的慌，有时还吃树皮和草根呢！”这时，我的脸刷的一下红了，像熟透了的苹果一样。心里非常惭愧。

有一种节约叫光盘，有一种公益叫光盘，有一种习惯叫光盘，有一种美德叫光盘……向浪费说不，向奢侈告别，不要让光盘只是一个传说。

**光盘行动的心得感悟篇五**

疫情下的光盘行动是一项倡导垃圾分类与节约粮食的社会活动，它旨在提高人们的环保意识和营养意识，减少浪费，为我们的城市建设和环境保护做出贡献。在这个特殊的时期，我也积极参与了这项活动，本文就是我对于疫情下光盘行动的心得体会。

第一段：关于疫情下的光盘行动

疫情下光盘行动是一项从社区开始、凝聚全社会力量的活动。在这个特殊时期，通过海报、宣传栏、微信群等途径，让更多的人了解到该活动的意义。光盘行动不仅提起了人们垃圾分类和环保意识，而且同步引导人们注意节约粮食、抑制餐厅浪费现象。

第二段：对于餐饮浪费的深刻认识

通过诸如“人人有责，莫让食物浪费”、“光盘行动，幸福餐桌”的宣传语，使我从餐饮浪费这个现象有了一个更加深刻的认识。餐厅无论是餐盘、还是食物都要经过很多的加工才能变成美味的食物，这其中耗费了一定的人力物力财力。而我们为了求速效、求舒适，却随意浪费美食，这是对于劳动和美味的不尊重。

第三段：家庭中也要充分利用剩餐剩菜

利用剩餐剩菜，是我们从小就应该明白的道理。每一个中国人都应该学会节约粮食，千里之堤毁于蚁穴，身处家庭中的人也要互相督促、鼓励，提高对剩余食物的利用率、避免浪费。同时，也要知道怎样储存、处理剩餐剩菜，以防引发卫生问题。

第四段：光盘行动为环境和资源的保护贡献力量

疫情下光盘行动的意义不仅体现在减少浪费减少污染方面，还体现在节约资源和保护环境方面。我相信，在我们推广这项活动的同时，也会得到媒体、政府和社会的更多关注，这有利于形成全民节约粮食的大气候。

第五段：个人应该多做贡献

身为一个公民，我们需要充分认识到自己是社会中的一份子，需要从自身做起，积极参与各项社会活动，做好垃圾分类、光盘行动、防疫等方面的工作，同样也要督促周围的朋友、家人共建环保家园。因为环保并不是一天两天能办成的，需要大家的持续贡献和努力。

总结：

疫情下的光盘行动，是我们学习节约粮食和环保意识的好机会。当我们身处餐桌上，注意光盘行动，减少浪费，就是在为城市的建设和环境保护贡献一份力量。相信在更多人的加入与长期努力下，未来一定会形成一种新的环保文化。

**光盘行动的心得感悟篇六**

节约是我们中华民族的传统美德。随着光盘行动的开展，越来越多的人都投入到光盘行动中来，作为新时代的小学生，节约粮食，文明用餐是我们义不容辞的责任。

所谓光盘，就是吃光你盘中的饭菜。这些微小的事情都体现你的公益爱心。在光盘行动中，我们要反对浪费，从我做起。

在学校里我们似乎都有这样一种感觉：食堂的饭菜好难吃。于是学生浪费粮食也成了一种常态。我们经常看到有的同学嫌饭菜不可口，就随意倒掉，于是剩饭的桶里是白花花的米饭和馒头，看着真让人痛心。

也许你觉得浪费一点点不算什么，可是如果我们每个人都浪费一点点，那加起来是多少呢？是不是很惊人啊！

我要当光盘行动的践行者；从我做起，从小做起。

**光盘行动的心得感悟篇七**

“志愿者光盘行动”是指倡导公民节约用餐、光盘（不浪费粮食）的一项公益行动。此活动旨在引发人们节约食物的意识，减少浪费，保护水资源，实现绿色发展。作为一个受到全社会广泛关注的问题，我们心存责任，志愿参与其中。

第二段：活动策划及执行过程介绍

作为一项公益活动，须要有严密的策划及执行过程。因此，在活动开始前，我们的组织者需要对活动的目标、过程、安全等方面进行详细的计划。在活动正式开始后，志愿者们积极地将标语海报、光盘宣传单等张贴在学校、商超及其他公共场所，向市民宣传光盘行动的有关信息，同时主动劝告大家合理用餐，减小浪费。同时，在一些大型场合，志愿者们还分发免费水瓶等资料，呼吁市民喝更多的水，避免冷饮等高热量饮品助长过量饮食的不良习惯。

第三段：志愿者心得及感受分享

多数志愿者对光盘行动有了深刻的认识。通过用行动来宣传绿色环保理念，自己不仅仅得到了收获，更让每一次光盘的坚持成为一种健康的生活方式。“就我来讲，在做了这个志愿者后，我更加珍惜食物，也会更加珍惜生活，将健康贯穿于生命始终”，志愿者小陈说道。 对于志愿者来说，行动就代表着贡献、体验、认可和传递，志愿者们在所参与的活动中，不仅仅能实现自我价值的延续，而且能够促进社会的共同进步和发挥社会的积极参与的作用。

第四段：光盘行动的意义及影响

减少浪费、保护环境、传承文明，这些都是光盘行动所追求的目标。其实，光盘行动的意义不仅止于这些，而是通过活动的不断持续，让更多的人在接受生活本质的同时，拥有身体的健康、心态的健康及环境的健康，从而实现更丰富的价值。是的，光盘行动不仅是一个简单的环保理念，更是一个生活方式，是对我们可以生活得更好、更有自由、更有意义的一种尝试。

第五段：未来展望及个人承诺

作为参与者，我们意识到，一个良好的社会环境需要我们每个人的参与和共同努力。因此，我们承诺在未来的生活中，将一如既往地支持并参与光盘行动，将其转化为我们的生活习惯和生活方式。同时，我们希望更多的人能够加入到保护环境、可持续发展的行达中，以实际行动为行动理念注入更多印记，为美好未来出力，为特别的我们贡献力量。

**光盘行动的心得感悟篇八**

说起“光盘”，很多人都以为是vcd碟片。而我所说的“光盘”其实是指珍惜粮食，把饭菜吃完，杜绝浪费。

“光盘”行动是去年由网友发起的。一时间，“光盘行动，从我做起”的“光盘”行动就像一股清风，吹遍了整个中国，当然也刮到了我们学校。这不，食堂墙壁上张贴了“珍惜粮食”“节约光荣”等标语，负责分饭菜的阿姨们小心翼翼地盛着饭菜，每个班里还专设了“光盘”行动管理员。

“这不是存心为难我吗？为什么要开展这样的活动呀？”我望着盘子里的肉串和白菜抱怨着。因为学校里的饭菜没有一样是我喜欢吃的。于是，我想偷偷倒掉。我端起饭菜正想离开，忽然，脑海中闪过在电视上看到的非洲孩子那饥饿而瘦弱的样子。他们每天只有很少的粮食可以吃，有的甚至吃草根和树皮，经常饿肚子。和他们相比，我是多么的幸福啊！

“一粥一饭，当思来之不易”。看着食堂墙壁上张贴了的标语，我又不禁想起了一幅反映湘西农村小学生生活的画面：冒着炊烟的厨房边，扎小辫的女孩高兴地说：“我有午饭吃了”……孩子们对午餐的热盼，折射出“光盘行动”的现实意义：我国仍有超过1亿的贫困人口，全世界饥饿人口超过10亿！每年因饥饿死亡的人数达1000万，每6秒就有1名儿童因饥饿而死亡。看来，“舌尖上的浪费”理当再少些。

“谁知盘中餐，粒粒皆辛苦”是外婆教我的第一首诗，小时候我也帮助父母做过一些农活，可是哪里知道粮食来之不易？如今长大了，就应该自觉成为一名“光盘族”了……让我们都拒绝浪费，懂得珍惜。

我为“光盘行动”叫好，也不禁由此深思：拒绝浪费并不难，只需从吃饭开始。那种“浪费点不算什么”的观念只有及时改变，餐桌上的文明才能形成。

“光盘行动”之所以引来广泛共鸣，正因为它承载着现代公民的\'责任担当。从这个角度看，吃光盘中餐，不仅是一种美德，更是一种责任。

一粒粮食，一滴汗水，浪费的是粮食，丢掉的是中华民族勤俭节约的传统美德。让我们发扬中华民族的优良传统，“光盘”，从我做起！

古人云：一粥一饭，当思来之不易；半丝半缕，恒念物力维艰。也说：厉行勤俭节约，反对铺张浪费。节俭是一个人应有的修养，也是治理国家的重要原则。这不，为了提倡节俭，我们家就来了个“节俭总动员”行动。快和我一起来体验一下吧！

早上，我们就开始了节俭行动。爸爸刚往杯里装满水准备刷牙，就被我阻止了。“爸爸，注意要节约用水哦！”我一本正经地说，“您的牙杯里装满了水，稍微一摇晃就撒出水，以后水不能装太满，不能超过八分满！”“是是是，我一定改。”爸爸一边赶紧认错一边将水往洗手盆里倒。“停停停！”我突然大叫，“您这样还是会浪费水，您还是把水倒进桶里擦地板用吧！”节俭第一战：节约用水成功！我暗暗想道。

吃饭了。我和爸爸刚走出卫生间，妈妈就做了满满一桌香喷喷的早餐。“妈妈，您可要节约粮食啊！虽然饭菜美味，但实在太多吃不完，以后可要注意！”我又开启了“说教”模式。妈妈听了，不以为然地撇撇嘴：“那就把一半饭菜留到中午呗……”“到了中午，饭菜可就不新鲜了，这样对身体也不好啊！”爸爸也来“增援”了。“好吧好吧，我知道了！”妈妈只好投降。嘿嘿，既然要节俭，咱们可不能放过任何“浪费虫”哦！好啦，跟着我继续为节俭而战吧！

这时，我正在街上买东西。走着走着，我看到了我一直都想要的编绳。漂亮的编绳在我眼中闪闪发光，但转念一想：真的要买吗？我一想到大家一直倡导的节俭，咬咬牙，不买！我自己控制了自己，真正落实了节俭，虽说没有得到编绳，但我却十分满足。

经过大家的互相提醒和自我管理，“节俭”得到了很好地落实。会想到今天的一场场“节俭战”，我感到愉快和满足。节俭是一种清新的绿，让人感到美好；节俭是一种有益的美德，让人回味无穷；节俭对我们来说，重要而不可失去。我为节俭喝彩，为节俭，加油！

**光盘行动的心得感悟篇九**

疫情对于全球经济和人民生活产生了深刻的影响。在这种情况下，落实光盘行动，减少食物浪费，是我们必须做出的努力。作为一位重视环保的社会成员，我认为光盘行动不仅仅是个人的责任，同时也是一个社会的责任。在经历了一段时间的光盘行动后，我对于个人未节约食材所带来的后果，对于社会共同应对浪费食材的重要性，形成了自己的观点。

第一段：疫情下光盘行动的提出

在疫情期间，虽然一部分餐厅暂时关闭，但是上门外卖也变得更加方便。但是，由于很多人不自觉地多点易过剩的食物并在食用过程中浪费了它们，在这种情况下，采取光盘行动成了我们必须要做的事情。当想到疫情给我们带来的严峻形势时，减少浪费是每个人都需要参与的全社会活动。 营业额下降的餐厅也使用各种办法，制定了更加合理的定餐量，促进提高了消费，提高饭菜品质降低浪费，改善服务品质，提高客人的感官体验和消费有益区域的景观。

光盘行动背后的信息是：如果我们每个人能够从自己做起，遏制食物浪费，这将大大降低粮食短缺，保护环境，帮助更多的人。

第二段：光盘行动对于个人的影响

在光盘行动的加入下，我明确感受到，我们每个人都能够通过遵循一些基本的原则来节约食物，减少浪费。首先，我们需要量化我们所需的食物量，尽量不要超量。其次，我们要懂得如何合理安排剩余的食物，作为下一顿即食的办法。在平时，我也良心吃完了菜肉饭菜，或者把留作热汤，让家中先生随时享用。所以不仅仅是疫情期间，光盘行动应该是长久地实施的。何况，一些节约食物的误解是：这样可以减轻餐厅的成本负担。不过，事实上，这些浪费的食物的成本已经很高了，并不仅仅是因为食材本身的成本。更为重要的是，这些浪费的食物是在劳动力、能源和其他方面的资源费用方面引起的浪费。

第三段：光盘行动对于环境的影响

光盘行动对于环境的影响也是不容小觑的。据统计，全世界平均每年有1.3亿吨食物被浪费，这些食物直接导致世界气候变化和环境恶化。这不仅改变了全球的温度和气候模式，还造成了极端天气等 形势，对人民生产和生活产生了巨大的影响。防止食物浪费不仅是个人的责任，也是环保的重要行动，能够有效地保护生态环境和生命系统，提升全球的生态意识和环境共治意识。

第四段：光盘行动对于社会的意义

在光盘行动的加入下，良好的餐饮文化习惯也将得到推广。餐饮行业是我国发展比较快的文化产业，也是一种特殊的文化载体。光盘行动的推广有助于发展文化产业，促进食品安全和饮食文化的发展，营造良好饮食和基环境的文化氛围。如果我们每个人都能够充分认识到去浪费食物的重大意义，以此作为日常行为的方式，慢慢地就能够成为广泛的共识和社会习惯。通过环保的观念和文化产业的融汇，这是一种利大于弊的事情。

第五段：小结

疫情下的光盘行动，希望以此引领人们要有良好的节约食物习惯。这样，不仅为地球的生态环境保护做出了微不足道的贡献，也促进了国家的粮食自给率和人民生产生活水平的提高，是一项有益于社会共同利益而不单单是各个个体自身的行动。营造光盘行动的文化氛围并不是简单的口号戴帽子，它需要我们全社会积极参与和不断深化，携手力爱地球！

本文档由028GTXX.CN范文网提供，海量范文请访问 https://www.028gtxx.cn