# 捡垃圾心得体会作文(精选11篇)

来源：网络 作者：夜色温柔 更新时间：2025-03-11

*捡垃圾心得体会作文1昨天放学的时候，老师告诉我们说：“明天穿校服，因为我们要集体去捡垃圾。”同学们顿时叽叽喳喳起来，这是我们第一次去捡垃圾呢，心想着一定很有意思吧。早上起来，我赶紧叫妈妈把校服给我找出来，早早的来到了学校，我看到同学们也比平...*

**捡垃圾心得体会作文1**

昨天放学的时候，老师告诉我们说：“明天穿校服，因为我们要集体去捡垃圾。”同学们顿时叽叽喳喳起来，这是我们第一次去捡垃圾呢，心想着一定很有意思吧。

早上起来，我赶紧叫妈妈把校服给我找出来，早早的来到了学校，我看到同学们也比平时早到了呢。8点钟的时候，我们三年组的全体同学一起从学校出发，我们班分的路段是从林业局到新星商厦。外面的天气有一点点阴，一些云在天上轻轻地飘着，还有一丝丝风吹拂着我们的脸，同学们兴奋地走在路上，像一群放飞的小鸟。不一会儿，我们走到了林业局，班主任老师李老师对我们说：“这是我们第一次出来捡垃圾，要把地上的纸、石头、玻璃、路灯上贴的小广告都要捡起来扔到手中的袋子里，路过垃圾箱的时候，就把垃圾倒掉。同时，还要注意安全，不要把手划破了。”老师说完，我们就开始行动了，尽管我们很累很渴，但是同学们都没有叫一声苦，只是默默地认真地在草地里捡着，草地上已经有一些小草冒出了头，我们经过的时候会小心地跳过它们，因为老师说过，不要踩踏小草，它们也是有生命的，小草会给我们带来清新的空气，带来绿色的世界。小草在风中轻轻的摇着，好像在对我们说：“谢谢同学们来帮我们清理垃圾，让我们有个干净的环境，呼吸新鲜的空气。”

经过一个多小时的辛勤劳动，我们终于把所有的垃圾清理干净了，同学们擦擦头上的汗、手中的灰，看着干净的草地都开心的笑了，知道了整洁的环境是要靠我们共同来维护的，也知道以后不要再乱扔垃圾了，做个守护环境的小使者。

**捡垃圾心得体会作文2**

今天早晨，一缕阳光从东方冉冉升起，我和爸爸妈妈一起在小区门口散步。

走着走着，我看见路旁一棵棵高高的树木，撑开碧绿碧绿的叶子， 空气是那么的清新。我们一边说着一边锻炼着。

再走过一看，“呀，你们看，地上有香烟盒、塑料带、面巾纸……垃圾桶旁边还有水果皮、包装袋……怎么回事？现在人们还这么乱扔垃圾，难道不想让世界更加美好，更加干净吗？”爸爸叫喊到。妈妈说：“那我们一起来把看到的垃圾捡了吧？”我嘟着嘴说：“不，太脏了，我不干。”爸爸严厉的说：“你看，清洁工叔叔阿姨不管是刮风下雨，还是赤日炎炎，每天起早摸黑的扫垃圾。多累呀！我们偶尔出来锻炼，捡几次垃圾，又没事。”我红着脸说：“那好吧。”

开始捡垃圾了，我们先来找一个袋子，再把一件一件的垃圾放进袋子里，接着把它倒进垃圾桶里。忙了一小会儿，我们顿时头上冒汗，汗水从发根流出，在一起拧成汗水，流过眼角边。终于捡完了，我们气喘吁吁地坐到座位上，静静地休息。我感觉到了清洁工叔叔阿姨为了让城市变得干干净净，每天忙忙碌碌的，扫来扫去真辛苦。我真希望大家为了自己的家园，请不要乱扔垃圾。

**捡垃圾心得体会作文3**

通过对社会一个小角落垃圾的处理，唤起同学们共同维持校园环境的意识；宣传垃圾（尤其是一些比较难处理和的垃圾）的污染的危害和垃圾分类的知识。同时本次的志愿活动也令我有一些心得体会。

8月30日，我们俩集合在一起，开始分批处理校园垃圾。对主要为白色垃圾的校园污染物进行了彻底的清理，并对校园内的垃圾桶贴上了标签（原来的几乎都已经被损坏或字迹已经模糊），使同学们在分类投放垃圾时不会盲目乱扔；下午，我们俩对垃圾处理和电池处理有关方面的知识进行了宣传，得到了同学们的好评和支持。

虽然进入大学以后，同学们自我约束的能力都有所提高，因此随手乱扔垃圾的现象几乎是不存在的。但近来我们发现同学们在处理垃圾时还存在着很多弊端，如不分类投放，将电池直接投入垃圾桶等。下面我将对校园垃圾的危害进行分析：

（1）污染环境。固体废物含有各种有害物质，处理不当可直接污染土壤、空气和水源，并最终对各种生物包括人类自身造成危害。

（2）传播疾病。垃圾含有大量微生物，是病菌、病毒、害虫等的滋生地和繁殖地，严重地危害人身健康。

（3）污染土壤和水体。垃圾渗出液改变土壤成分和结构，有毒垃圾会通过食物链影响人体健康。垃圾破坏了土壤的结构和理化性质，使土壤保肥、保水能力大大下降。垃圾中含有病原微生物、有机污染物和有毒的重金属等，在雨水的作用下，它们被带入水体，会造成地表水或地下水的严重污染，影响水生生物的生存和水资源的利用。

（4）污染大气。细小固体废物会随风飞扬，加重大气污染。在大量垃圾露天堆放的场区臭气熏天，老鼠成灾，蚊蝇孽生，有大量氨、硫化物等有害气体向大气释放，仅有机挥发性气体就多达100多种，其中含有许多致癌致畸物。而实行垃圾分类处理的意义又何在？

我们每个人每天都会扔出许多垃圾，您知道这些垃圾它们到哪里去了吗？它们通常是先被送到堆放场，然后再送去填埋。垃圾填埋的费用是高昂的，处理一吨垃圾的费用约为200元至300元人民币。垃圾增多的原因是人们生活水平的提高，各项消费增加了。据统计，1979年全国城市垃圾的`清运量是2500度万吨，1996年城市垃圾的清运费是元/吨，是1979年的4倍。

目前，被西方国家广泛应用的另一种垃圾处理方法就是焚烧。经过高温焚化后的垃圾虽然不会占用大量的土地，但它不仅投资惊人，并且会增加二次污染的风险。二恶英这令人谈“恶”色变的剧毒致癌物质，就是垃圾焚烧后产生的主要气体成分之一。

此外，无论填埋还是焚烧，都是对资源无谓的浪费，我们不断地把有限的地球资源变成垃圾，又把他们埋掉或烧掉，我们将来的子孙在哪里生存？

难道我们对待垃圾就束手无策了吗？其实，办法是有的，这就是垃圾分类。垃圾分类就是在源头将垃圾分类投放，并通过分类的清运和回收使之重新变成资源。

垃圾分类的好处是显而易见的。垃圾分类后被送到工厂而不是填埋场，既省下了土地，又避免了填埋或焚烧所产生的的污染，还可以变废为宝。

这场人与垃圾的战役中，人们把垃圾从敌人变成了朋友。有人曾经把垃圾比喻成放错地方的资源。让我们到宣武区再生资源分拣站看一看，垃圾一旦回到应有的位置，会有什么样的用处？

每天被我们丢弃的可乐瓶和被称为白色垃圾的塑料袋、一次性塑料餐盒，属于高分子聚合有机物，如果埋在地下的话，就是100年200年也烂不掉，它还会使土壤板结，降低土壤的肥力，甚至使土壤失去耕种的能力。在我们的生活中，经常会扔掉各种各样的废塑料。废塑料处理后还可制成纽扣、笔筒等用品。废塑料也是炼油的好原料。有人曾经形象地将它们比作“二次油田”。1吨废塑料至少能回炼600公斤的汽油和柴油。在回收站，我们看到各种各样的废纸被送到这里，包括这些不起眼的小纸片。我们知道，好的纸张是用木材造成的，一吨的废纸可再造700公斤好纸，可少砍17棵大树，还能减少生产纸浆过程中的水污染。

中国有着回收废品的历史传统，我们过去回收废物，或许只是受贫困经济制约的不得已手段；在逐渐富裕的今天，我们回收废纸，则是保护环境的自觉意识和行动。因为我们清楚的知道，我们所捡回来的不止是一张张的废纸，那是我们的子孙安身立命的森林和河流。

垃圾，只有在混在一起的时候才是垃圾，一旦分类回收就都是宝贝，就连那种被成为微型杀手的废电池也是可以被化害为利的。在这个不起眼的照相馆，我们看到这样的废电池回收箱。而我们生活中用的电池，一般都含有汞或镉等有毒的重金属，这些重金属如果留在地下就很容易通过雨水的淋溶，进入到地下水当中。

通过本次志愿活动，一方面，我们锻炼了自己的团队合作能力，在实践中成长；另一方面，我们为保护环境做出了自己的贡献。环保是我们经常挂在嘴边的话题，但是能真正做到的又有几个人呢？只有从观念上解决这个问题才是我们根本出路，否则环保将只是拿出来装点门面的话题。

其实环保和学习是有很多相似点的，一时兴起而为之是没有任何意义的，只有从点滴做起并坚持不懈，才会取得令人满意的成果。

环保活动，换一个通俗易懂的词语就是捡垃圾。可是有时人们往往喜欢在表面上说说这个活动，很少有人真正愿意弯下腰去捡垃圾。很多人都是这样想的，包括我以前也是这样。捡垃圾是件很让人丢面子的事，甚至觉得它是一件让人感到羞耻的事。可是，我参加了捡垃圾的环保活动后，我的想法全部转变了，也许是因为长大了，也许是亲身经历过了，也许······我投入之间觉得，捡垃圾变成了意见光荣而神圣的事。当许多人在看我们捡垃圾的时候，我看到了他们的眼神不是鄙视与不屑，而是一种油然而生的钦佩和感激的眼神。

我们小组在某周五下午就及时赶到了佘山，下车之后就马上开始了这次的义工劳动，我们每人都发了一个大的垃圾袋，然后分头行头，做起来就会发现其实路边垃圾很多很零散，令原本优美的环境变得失去了格调。大家不嫌脏、不怕累，也没有任何的抱怨和委屈地捡了起来。还记得舍友看到掉在地上的冰激凌筒，冰激凌洒了一地她先是眉头一皱，估计在想这要怎么收拾呢？但两秒钟之后便从包里拿出一个小塑料袋，她套在手上，拾起了冰激凌筒，然后用手一点一点抹起来的这样难题就轻松解决了。我们其中的某些舍友想去伸手够草丛中的垃圾，可是够不到，结果她就真的趴下去了，裤子脏了也只是傻傻一笑。而我呢，手提一个大的垃圾袋儿，跟着舍友们跑来跑去，到处收集垃圾。我们偶尔也会借用一下清洁工大爷大妈的的扫帚帮助清洁，完工后，大伙儿有的把垃圾直接扔到了垃圾桶，有的就直接放到了大爷大妈的清洁车中。大伙儿干的热火朝天，时不时的还会传出阵阵笑声，我想劳动之后的笑声才是最快乐的笑声吧。看着被我们收拾干净的小广场，心里有种莫名的满足。

我们以义工劳动的形式去真正地服务于社会，奉献于社会。这次义工劳动给每一位同学都留下了深刻的印象和感受。通过这次劳动，我们互帮互助，团结一致，感受到了劳动的乐趣，奉献和爱心把大家凝聚一起，都很快乐，都有成长的收获！只有做过这个活动，我奉献我快乐的感觉才深刻，那种自豪才会油然而生。捡垃圾这件事虽小，但是它带给我们的意义是很大的。人们一定不愿意看到自己的家园到处是垃圾，到处脏兮兮的，所以加强环保意识就变得尤为重要了。当有的路人对我们不屑一顾时，当有的人们对我们这种行为嗤之以鼻时，我们没有觉得自己做作，反而觉得这种义工活动办得更加必要了。如果人们都不加节制地乱扔垃圾，不注重环境的净化，那么久而久之，我们的家园就会变得令人触目惊心了。相信并不是所有的人们都会看不起我们的活动。

此次捡垃圾的活动既有意义又能在过程中得到锻炼，赠人玫瑰，手留余香，大家都十分热情认真；另一方面也反映出市民在游玩过程中乱丢乱扔垃圾的不文明现象并非少见，我们的环保活动也是宣传环保意识，呼吁社会都来关注身边的环境，强化自己的文明意识，有环保才有健康啊！

另外，我觉得要从根本上提高环境质量，需要依法治理，全民共同参与环保运动的实践，从小培养孩子的环保意识，但这是一个长期的工程，需要我们大家的努力来慢慢地来达到这个目的，我们还可以像一些环保方面做的比较好的国家取经，比如说德国，在德国许多旅馆的卫生间里都贴有一行醒目的提示语：“亲爱的客人，环境保护从点滴做起，为了节约能源，减少毛巾的更换次数，您是否可以重复使用毛巾？”从这个小小例子可以看出德国在环保方面的努力和成效。我个人觉得政府可以适当加大破环环境所应受到的惩罚，但是要想从根本上解决问题就得提高人们的环保意识。

我们是大学生，更是志愿者，所以我们有能力也有信心去感染所有的市民，让大家体会到共同爱护我们的家园，让城市变的整洁、干净是多么的美好。劳动可以净化心灵，热爱劳动是一种美德，渴望劳动是一种时尚。美好的生活是需要大家共同为之努力的，环保与劳动是分不开的，我想这是我们最大的收获吧。

**捡垃圾心得体会作文4**

垃圾在我们的生活中随处可见:小巷、胡同、商场、住宅和路边...就是因为人类随意扔垃圾，破坏环境，使得很多动物急剧减少，比如水里的鱼，土壤里的蚯蚓，森林里的梅花鹿...所有这些都是由于人类缺乏保护环境的责任造成的。

看这张图，是一个老人戴着草帽，穿着雨衣，手里拿着鱼竿，坐在船头钓鱼！但是他钓了很久也没钓到一条鱼。他一直在想:鱼为什么不上钩？今天发生了什么？他不知道这条河里全是垃圾、废瓶子、工厂污水，最重要的是，这条河沉淀了人们破坏环境的心！这些东西杀死了水中所有的鱼和植物，这使得老人没有鱼可抓。即使老人不抓鱼，没有收入，我们也吃不到鲜鱼，但是你看，你随便扔的垃圾都是方便面，你却要为别人着想！就算你不在乎他们，你也要想想，当你扔的垃圾堆积成山的时候，你该怎么办。地球生态平衡被破坏了怎么办？到时候会危及人类。我该怎么办？饥饿？你可能会说:“这不是很夸张吗？一块垃圾就让食物没了？”我肯定地回答你:“是的！你知道吗一个游客在天然野林里到处扔包，却因为这个，一只梅花鹿和三只小鹿还在妈妈肚子里被打死了！因为鹿妈妈误食了袋子，袋子刚好卡在她的食欲里，让她吃不下，导致小鹿在鹿妈妈肚子里饿死！一袋打死四只动物多惨啊！鹿妈妈怎么了？她肚子里的小鹿怎么了？

“都是垃圾造成的！”肯定有人会这么说。其实不是垃圾，是人类！你认为人类如果不到处乱扔垃圾会失去生命吗？没有！因此，我们应该共同努力保护环境，保护我们的家园，让动植物和人类共存的家园更加美丽！

**捡垃圾心得体会作文5**

“请全体大队委到队室开会。”广博响了起来。我听见了，飞快地跑向队室，边跑边想：今天又会开怎样的会议呢？

到了队室，我发现缪老师手中有一卷垃圾袋，心想：不会是要去捡垃圾吧？果不其然，缪老师给我们分成四组，我、朱子萱，还有四3班的泮奕成、苏果分为一队，我们来到食堂附近，话不多说，开始徒手捡垃圾了。

别小瞧我们人少，“战利品”可不少呢！其中，令我最深刻的是那包不起眼的辣条。

正当我们在花坛边全力搜索的时候，只听苏果叫了一声：“哇，辣条哎！”我们连忙跑过去，想看个究竟。只见那包辣条和平常的没有区别，有什么大惊小怪的呢？苏果神神秘秘地说：“你闻一下。”我半信半疑，好奇地凑过去闻了闻，啊，真的是辣条的味道，很香！却被人当成垃圾了。我的口水都忍不住要流下来了，恨不得咬一口。可是，老师说过，垃圾食品不能吃，最终我们将它扔进垃圾袋。

之后，我们又捡了不少垃圾，垃圾袋从空着扁扁的肚子，一下子就“吃”得饱饱的，挺着圆滚滚的肚子。

通过这次的捡垃圾活动，我深刻地体会到环卫工人工作的艰辛。最后，希望大家能靠自己的双手把校园变得更整洁更美丽！

**捡垃圾心得体会作文6**

每当我看义工在街头义卖我十分希望自己也是一名义工。现在，我也已经是一名义工了。我第一次参加的活动是去方山捡垃圾。

到了指定地点，组织的人分发了工具后我们就上山了。刚开始，我们没有看到垃圾，到后面我们在石缝里找到了许多的垃圾，组织活动的人说：“现在的人，垃圾都不捡在路上而是塞在石缝里了。”听了他的话我心想：“既然不想污染环境就应该把垃圾捡进垃圾桶，你把垃圾塞在石缝里跟捡在路上不是一样吗？”一路上我们捡了不少垃圾，到悬崖边上的凉亭时，我发现悬崖边上用围栏围起来的`外面犹如一个垃圾场，有许多垃圾，几个大人尝试了一下也只能捡几片，最后组织的人对大家说：“这样太危险了，还是让专业人员来打扫吧！”

在他们在悬崖边捡垃圾时，我一直在里面的凉亭里捡垃圾，凉亭里也有不少垃圾我在凉亭边上的石缝里还掏出了许多垃圾，还有一个小垃圾袋呢！

后来我们来到了一个免费景区，里面的垃圾虽然不是很多，但也不少。我们捡了一个下午。我己经累得不行了。

这次活动虽然很累，但我还是很高兴。

**捡垃圾心得体会作文7**

今天上午，老师对同学们说：下午最后一节课不上了，然后集中到学校门口去捡垃圾，下午要带的东西是一双筷子和一个塑料袋。听完老师说的这句话时，我们全班的同学心理都很高兴，有的同学在议论着为什么我们要去捡垃圾呢？老师对同学们说：因为今天是雷锋日，所以同学们要向雷锋一样为社会做出一点儿贡献。

到了下午，每一个同学都带了一双筷子和一个塑料袋，圆满完成了老师给我们布置的事情，终于到了最后一节课老师对我们说：赶紧下楼，排好队，听到老师的这一句话，我就急得像热窝里的蚂蚁快速的下了楼，后来我们全体四年级都在那里，程老师说几班的卫生区在哪儿，听程老师说我们班的卫生区在工商局以北，家属院以南的地方，我们走出了学校，程老师带领着女生在学校旁边的那个小花园里去捡垃圾，李老师带领着我们男生，把我们分成了3个队，我是第三队的，老师对我们说：你们可以去捡垃圾，我看到了一个垃圾，正要去捡起时，有人跟我抢那一片纸，我们俩就争先恐后的抢着那片纸，我俩谁都不让谁，最终让我给抢到了，我的垃圾已经很多了，没有一儿，老师让我们把捡到的垃圾放到垃圾筒里面，回到学校去。

在我们周围深入开展学习雷锋活动，勤奋学习，爱岗敬业，乐于帮助人等。

**捡垃圾心得体会作文8**

   妈妈带我到临风居委会参加社会实践活动。居委会阿姨先叫我们签名，再叫我们戴上手套，拿上火钳。一切准备就绪后，出发。       我们到了九区，看见草坪上躺着许多垃圾，大家都觉得很恶心。但是没办法，既然来了，就要一鼓作气把垃圾捡完。   我用火钳来夹纸屑，虽然很慢，可妈妈说我命中率很高，我也很高兴。不一会儿，我捡了许多垃圾，我觉得很累。妈妈说：“要是我们家有那么脏，那可活不了了。”我也这么认为。“这些人也真是的，怎么这么不爱护环境？”我忿忿不平地说。         捡啊捡，我足足捡了两袋垃圾。你说垃圾多不多？这次捡垃圾的体验让我懂得了：“保护环境”不是挂在嘴上的空口号。

**捡垃圾心得体会作文9**

我们五（6）中队在秦老师的带领下利用思品课时间在校园内检纸屑，寻找垃圾死角。

当看到地上有垃圾时，同学们总会弯下腰去捡。在图书馆一楼的一个偏僻的地方，就是我们找到的死角，同学们都争先恐后地进去捡垃圾纸屑。只见同学们一见垃圾，就像猫见了老鼠，都立即去捡，他们不管那些垃圾有多么脏，不管捡得累不累。花坛那边也是一个死角，同学们个个钻进去捡垃圾，出来后觉得很痒，应该时小虫子进去了吧，但是他们真是很努力的在捡垃圾了的！

就在这一节课，同学们捡了很多垃圾，个个抢着垃圾袋去仍垃圾。

这种行动很少很少，但是希望大家都能立即行动起来自觉增强保护教室环境的意识，做校园环境卫生的小卫士，做文明的石小学生。人人都渴望拥有一个美好的家园，人人都希望生活在人与自然和谐发展的文明环境里，我想说：“同学们，你们是学校的主人，请爱护着个大家庭吧！”

**捡垃圾心得体会作文10**

我因为家离的远，所以寄宿到他人家里吃住，在我所寄宿的那个家，前几天走了一个中国老奶奶和一位美国老爷爷。

这俩位老人是再婚，他们刚到北京的一些景点和云南的一些景点玩过。就在他们要走的前一天晚，我让这位美国友人加深了对中国的好印象。

那天晚上阿姨请这俩位老人吃完了临行酒，因为饭菜很合胃口，所以吃的有些过饱。为了不添加身负担，所以我就与美国友人出去人出去溜弯，我们边走边说，虽然我们互相能听明白的语言不多，但是我们表达的意思是一样的。就是中国美国互帮互助，永远和平，当我走着好好的时候，我看到地上有许多垃圾，我顿时感到无地自容，我连忙捡起垃圾放到了离的很近的垃圾箱内。可是没走多远又有很多的垃圾，我实在是看不下去了，便拿起地下的袋子捡垃圾。美国友人看到我捡起垃圾，而且还那么认真。就对我举起了大拇指。然后跟我一起捡。

我们在捡垃圾的路上感化了不少人，有位女士把一张废纸扔到了地上，我看到了随手捡了起来，那位女士看到了脸上马上超红无比。加快了脚步走了，我看到小摊前的垃圾食品包装袋，马上捡了起来。小摊老板连忙拿出打扫器具，把摊前的垃圾清理干净。

现在回想起来，我觉得不用做志愿者也可以为北京奥运做出贡献，只要你我他都能这么想，那更快！更高！更强！的奥运会也就不远了。

**捡垃圾心得体会作文11**

人需要快乐，快乐的来源多种多样，但奉献的快乐却是其他快乐不能比拟的。志愿服务就是一种生活态度，选择做志愿者就是一种生活方式。“送人玫瑰，手有余香”，在奉献的同时，收获着精神上的愉悦与满足

我总会问自己：志愿是什么?其实答案很简单。志愿就是奉献，就是无论何时何地，都毫无保留、不求回报地向需要帮助的人伸出热情的双手。北京奥运会留给世界的决不仅是中华民族五千年的神韵、新都市的华彩，也一定还有你我的热情和真诚的微笑

志愿服务是奉献社会、服务他人的一种方式，是传递爱心、播种文明的过程。对被服务对象而言，它是感受社会关怀、获得社会认同的一次机会。对社会而言，它是提升社会文明风气、促进社会和谐的一块基石

咱们中华民族自古就有尊老、敬老、爱老、助老的优良传统，敬于心而孝于行。在做志愿者的过程中，我总是努力去帮助老人，给他们提供方便。我想，由此及彼、由我及你，当大家都来做了，帮扶老人就会成为我们自然而然的行为，更多的老人包括我们的父母双亲就能感受到爱心的帮助。一点一滴的付出，构成和谐的洪流，当我们不再年轻，我们也可以自豪地分享曾经亲手培栽的文明之花。

每一次志愿服务都是充满了挑战和劳累，但是细细回想，却是幸福和快乐的记忆占据了脑海的大部分空间。志愿服务的感觉，就像加了糖的咖啡，初尝是苦的，涩涩的，但不久之后，就会感到沁人心脾的醇香。

愿为社会奉献所有的光和热。虽然亮度不够强，虽然卡路里不够多，而这热啊，能暖人心底，这些光哟，也能照亮一个很大的角落!

我们利用自己的时间、自己的技能，不为报酬，自愿为社会和他人贡献自己绵薄的力量。点点滴滴的善行义举是炎炎夏日的一缕缕微风，是潜入静夜的细雨，润物无声，默默点缀我们的生活，陶醉我们的心灵

在志愿服务过程中，我自己也得到提高、完善和发展，精神和心灵得到满足。志愿服务既是“助人”，亦是“自助”，既“乐人”，也“乐己”

一个人的微笑是个人的表情;千百万人一起微笑就是一座城市、一个社会的表情。真诚地希望所有的人都来当快乐的志愿者，用发自内心的微笑和热情的服务，共同营造温馨和谐的社会环境。

咱们中华民族自古就有尊老、敬老、爱老、助老的优良传统，敬于心而孝于行。在做志愿者的过程中，我总是努力去帮助老人，给他们提供方便。我想，由此及彼、由我及你，当大家都来做了，帮扶老人就会成为我们自然而然的行为，更多的老人包括我们的父母双亲就能感受到爱心的帮助。一点一滴的付出，构成和谐的洪流，当我们不再年轻，我们也可以自豪地分享曾经亲手培栽的文明之花。

每一次志愿服务都是充满了挑战和劳累，但是细细回想，却是幸福和快乐的记忆占据了脑海的大部分空间。志愿服务的感觉，就像加了糖的咖啡，初尝是苦的，涩涩的，但不久之后，就会感到沁人心脾的醇香。

愿为社会奉献所有的光和热。虽然亮度不够强，虽然卡路里不够多，而这热啊，能暖人心底，这些光哟，也能照亮一个很大的角落!

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