

# 2023年交流了心得体会 党交流心得体会 会(汇总6篇)

演讲稿具有观点鲜明，内容具有鼓动性的特点。在社会发展不断提速的今天，需要使用演讲稿的事情愈发增多。我们如何才能写得一篇优质的演讲稿呢？下面小编给大家带来关于学习演讲稿模板范文，希望会对大家的工作与学习有所帮助。

## 勤俭节约的演讲稿篇一

大家好!我是四年级四班的，我今天演讲的题目是《以艰苦奋斗为荣，与节约文明同行》。

一提艰苦奋斗，有些同学就不屑地笑了，甚至嗤之以鼻：现在都二十一世纪了，即将进入“小康社会”，还提什么节俭？也不怕人家笑话！的确，我们现在的生活和原来相比，已经有了很大的改善。爷爷奶奶们“楼上楼下，电灯电话”的梦想早已成为现实，我们再也不必担心挨冻受饿乃至四处流浪了。可是，难道我们的物质生活富裕了，就不该提倡节俭了吗？作为21世纪的青少年，我们应该响亮地回答道：“不”。

节俭是关系到人类生存的一件大事，也许有的同学会说这是危言耸听。但这是无可争议的事实。就能源而言，地下储藏的煤炭、石油也只能供我们人类使用不到100年；森林资源呢？人类无节制的采伐，已经给人类的生存敲响了警钟。而我国的经济资源，除了劳动力资源以外，都较为稀缺。有一些资源现在已近枯竭。以水资源为例，华北平原的命脉——黄河曾经多次断流，倘若不节约用水，也许不久，我们的母亲河，只会剩下一条干涸的河道。

你千万不要抱着“我国地大物博、资源丰富”的念头，就以为浪费一些也无所谓。我们应该知道，我们的国家还不够强盛，我们的生活还不够富裕，特别是和发达国家相比，还有

很大的差距。

放眼世界各国，许多发达国家资源丰富，生活非常富裕，但是从政府、企业到每一个公民都具有很强的节约意识，节约是一种很普遍的价值观念。法国“节水警察”走上街头；德国利用新技术让每人每日节水10升；澳大利亚汽车销量已悄然落后于自行车……节俭其实是一种世界流行的生活方式。

诺贝尔被誉为“世界炸药之父”，拥有1千多万美元的资产，可生活却非常节俭，在临死之际，立下遗嘱，将其财产大部分作为基金开设了“诺贝尔奖”。而节俭也是一种高尚的人生态度。20xx年4月18日，世界首富比尔·盖茨家来了一位贵宾——中国国家主席胡\*\*。欢迎宴会上，他却仅给主席上了三道再普通不过的饭菜——前菜是珍珠鸡沙拉，主菜是牛排，最后的甜品是蛋糕。可也就是这普普通通三道菜，让我们感受到盖茨的吃喝哲学和人格魅力，给我们上了一堂生动的荣辱教育课。

今天，随着我们物质生活水平的不断提高，勤俭节约的精神内涵更加丰富。勤俭节约要从今天做起，古人的话仍值得我们借鉴：俭，德之共也；侈，恶之大也。如果我们从今天起，节约每一滴水，天长日久，我们就能节约一个江河；节约每一张纸，日积月累，我们就可能节约一片森林；节约每一度电，日积月累，我们就可能节约一座小型发电站。

亲爱的同学们，勤俭不是小气，而是一种文明，节约一分钱，文明迈大步！就让我们从今天做起，把勤俭节约的美德传承下去吧！让我们以艰苦奋斗为荣，与节约文明同行！

谢谢大家！

## 勤俭节约的演讲稿篇二

你们好！今天我演讲的题目是《勤俭节约，从我做起》。

曾几何时，伟大领袖毛泽东掷地有声的一句话：“浪费是极大的犯罪”，指引着几代人艰苦创业、自力更生。

今天，随着我们物质生活水平的不断提高，勤俭节约的精神内涵更加丰富。勤俭节约要从今天做起，古人的话仍值得我们借鉴：俭，德之共也；侈，恶之大也。如果我们从今天起，节约每一滴水，天长日久，我们就能节约一个江河；节约每一张纸，日积月累，我们就可能节约一片森林；节约每一度电，日积月累，我们就可能节约一座小型发电站。

就让我们从今天做起，把勤俭节约的美德传承下去吧！

谢谢大家！

## 勤俭节约的演讲稿篇三

大家上午好！

节约乃中华民族的传统美德，我们应该弘扬先辈们的节俭精神。节约是强大力量的储蓄。

节约一粒米。“谁知盘中餐，粒粒皆辛苦”道出了那来之不易的粮食里面饱含着农民点点滴滴的心血，我们应该珍惜他们的劳动成果。

节约一滴水。水是我们的生命之源，没有水我们的生命将无从谈起。同学们，在水房洗漱时，你随手关掉过水龙头吗？那哗哗的流水声中，你就听不见地球的哭诉吗？你可曾想过，你那小小的关水龙头的动作，就能拯救千万人的生命。同学们，从现在做起，从我做起，节约用水，拧一拧水龙头，不要让地球的最后一滴水成为人类的眼泪。

节约莫怠慢，积少成千万。同学们，让我们携起手来，从现在做起，从我做起，从小事做起，厉行节约，严禁浪费。

谢谢。

## 勤俭节约的演讲稿篇四

大家好！今天我演讲的题目是《勤俭节约从点滴做起》。

从古至今，“勤俭节约”都被视为中华民族的传统美德，古代许多贤人智士留给我们很多关于“节俭”的名言警句，不断的给世人敲响警钟。“静以修身，俭以养德”、“强本而节，则天不能贫”、“侈而惰者贫，而力而俭者富”，这些句子虽然简短，但经过历史的沉淀，意义深刻，它们给我们揭示一个道理：大到一个国家，小到一个家庭，都不能忽视节俭的重要性。

纵观当代社会，我们不由得担忧。随着我国经济的快速发展，人民生活水平的不断提高，物质生活条件的不断改善，“勤俭节约”似乎渐渐被人们淡忘，在如今的社会生活中包括一些公务活动中，不讲节俭、铺张浪费的现象时有发生。违规修建豪华办公楼、公务用车浪费、公款吃喝浪费现象有越演越烈之势，广大人民群众对这种铺张浪费现象深恶痛绝，所以建设“节约型机关”、“绿色机关”势在必行。

为了积极响应建设“节约型机关”、“绿色机关”的号召，我们财政局在平时就注意一些细枝末节，从我们工作中的点点滴滴做起，提高资源利用效率和工作效率，单位领导以身作则，身边同事也积极配合。现在您走进我们单位，会发现白天光线充足时，办公室的灯是不开的，且做到人走灯关；电脑不用时就关机，每天下班前确定关闭电源；平时上班我们尽量减少电梯和空调的使用。平时我们还注重节约用水，珍惜水资源，提倡水的二次利用，做到随时关紧水龙头，防止漏水、滴水。你们还会发现我们单位使用的资料、文件均采用双面打印或复印，在日常工作中尽量发电子稿，减少纸张的使用，节约使用办公用品，控制开支。我们更加强了对公务用车的管理，严禁公车私用；杜绝公款吃喝，缩减招待费，

积极实行“光盘”行动，不浪费粮食。这些看起来虽然都是日常的琐碎小事，可是日积月累节约可是一笔庞大的数字。

总之，勤俭节约的传统美德不能丢，更不从我们这一代被淡忘，作为80后、90后的公务人员，我们要向老一辈学习，把这一传统美德发扬光大，在细节上严格要求自己。其实做到勤俭节约并不难，我们可以从日常生活做起，多走路少坐车，节约资源，减少浪费。在日常工作中，减少能源的浪费，提高工作效率。个人进步一小步，社会进步一大步，“喊破嗓子，不如甩开膀子”，朋友们！让我们行动起来吧！从现在做起，从点滴做起，从在座的各位做起！

## 勤俭节约的演讲稿篇五

大家好！

今天我为大家演讲的题目是《勤俭节约，艰苦奋斗》。

古人云：勤俭可以兴国，逸豫可以亡身。古人云：俭，德之共也；奢，恶之大也。古人又云：勤俭永无穷，坐食山也空。

古人云了又云，意在告诉我们一个颠扑不破的道理：

勤俭节约是我们中华民族的传统美德。勤俭节约是我们的传家宝啊！

滚滚历史长河，多少古圣先贤。克勤克俭，如数家珍！

越王勾践，卧薪尝胆，励精图治，终成春秋五霸。

宋襄公，衣求蔽体，食求果腹。改革变法，鼓励农桑，而列战国七雄。

魏武帝曹孟德，布衣素食，劝妇耕织，扫平北方，纵横中原。

致使三分天下有其二。

恰恰相反，商纣王，酿酒为池，悬肉为林。横征暴敛，大兴土木。牧野之战，倒戈相向，终自焚于露台。

周厉王，穷奢极欲，千金买笑。百姓道路以目，诸侯八方烽起。最后社稷倾覆，暴尸于荒野。

唐明皇李隆基，“长安回望绣成堆，山顶千门次第开，一骑红尘妃子笑，无人知是荔枝来”终酿成安史之乱，而挥泪马嵬坡前。

科学节约就像一场竞赛，是和自己、和时间，和习惯势力的竞赛。这次以“科学节约，提升管理”为主题的学习活动，直指每一个人的内心深处。反躬自问，潜移默化。无须大刀阔斧亦能巧夺天工。因为我们都明白刻进血液里的才是制度！

我们相信，只要从我们企业的根本利益出发，从我们自身做起，从一点一滴做起，勤俭节约、艰苦奋斗，我们的企业必将走向更加繁荣昌盛的明天！

今年我们的企业同样面临着世界经济大衰退的考验，迎接着经济危机的挑战。但是只要我们一分一厘、集腋成裘。我就不相信积跬步不能致千里！我就不相信纳细流不能成江海！我就不相信成绩不是我们自己创造出来的！

我的演讲完毕，谢谢大家！

## 勤俭节约的演讲稿篇六

大家上午好

10月31日是世界勤俭日。勤俭是中华民族的传统美德，历来为国人所提倡。传统文化推崇勤俭，那是一种行为，更是一

种品德；贤哲伟人推崇它，那是一粥一饭，当思来处不易，半丝半缕，恒念物力维艰；现代文明推崇它，那是对有限资源的珍视，对过度消费的抵制。社会要进步，国家要发展，这一切都离不开资源的消耗，但这一切，更离不开人们的勤俭。勤俭，中华民族的优良传统，现代文明的内在诉求。勤俭，是一种操守，是一种品行，是一种素养，是一种美德。但随着人们生活条件的逐步提高，浪费现象也越来越严重，一些饭店、家庭、学校等浪费现象随处可见。而现代化的工业生产、人们的日常生活每天都要消耗比以往更多的能源，各种资源日益枯竭，节能减排迫在眉睫。

所以，在一周的开始，首先想和大家分享一个关于勤俭的小故事。

从前有一个农民，他一生勤俭持家，日子过得无忧无虑。临终的时候，他把一块写有“勤俭”两字的横匾交给两个儿子，告诫他们要想一辈子不受饥挨饿，就一定要按照这两个字去做。兄弟俩分家时，将匾一锯两半，老大分得了一个“勤”字，老二分得了一个“俭”字。老大把“勤”字恭恭敬敬高悬在家中，每天日出而作，日落而息，年年五谷丰登。然而他的妻子过日子却大手大脚，孩子们常常将白白的馍馍吃了两口就扔掉了。久而久之，家里就没有一点余粮了。老二自从分得半块匾后，也把“俭”字当作“神谕”供放中堂，却把“勤”字忘到九霄云外。他疏于农事，又不肯精耕细作，每年所收获的粮食也不多。尽管一家几口节衣缩食、省吃俭用，日子过得很是艰难。

有一年遇上大旱，老大、老二家中都已空空如也。兄弟俩恍然大悟，“勤”、“俭”两字原来不能分家，相辅相成，缺一不可。吸取教训以后，他俩将“勤俭持家”四个字贴在自家门上，提醒自己，告诫妻室儿女，身体力行。此后的日子过得一天比一天好。

“一粥一饭，当思来处不易；半丝半缕，恒念物力维艰。”

这句话的大概意思是说：即使是一顿粥、一顿饭，也应当想到它来得不容易；即使是半根丝、半根线，也要想到劳作的艰辛。同学们，我们中的大部分都在学校吃中午饭。大家要知道，其实我们吃的米饭，你看上去没有多少，但你细细的数过没有，我们每天吃的米至少有几千，几万粒。

勤俭节约是中国人的一种传统美德，是中华民族优良传统。小到一个人、一个家庭，大到一个国家、整个人类，都离不开“勤俭节约”这四个字。

那么，在我们平时日常的学习生活中，我们应该如何养成勤俭的好习惯呢？

我们不妨先从以下一些细节做起：

- 1、上体育课、活动课前自觉关闭电器，做到“人走灯灭，人离扇停”。
- 2、放学后自觉检查并关闭教室内的所有电器开关。
- 3、在天气晴朗、阳光明媚的日子，尽量不使用日光灯照明。
- 4、提倡节约用水，科学用水，用完水后，要及时拧紧水龙头，杜绝长流水。

“俭则可以成家，俭则可以立身”。勤俭不是小气，而是一种文明，应该被广泛传承。希望同学们都能够从自身做起，发挥勤俭之风，让中华美德渊源流传。

## 勤俭节约的演讲稿篇七

勤俭节约是中华民族的传统美德，建设节约型学校，不仅是全社会自身发展的需要，更是每个公民应有的责任。然而，在我们的学校中，水、电、粮食、纸张等浪费现象时有发生，



追求名牌、追求享受、过度消费等现象屡见不鲜。面对严峻的社会形势，广大师生应正确认识国情，增强节约资源的自觉性、主动性，大力营造“节约光荣、浪费可耻”的校园风尚。

一、转变思想，树立正确的价值观。崇尚节俭，合理消费，增强节约意识，做到身体力行，自觉杜绝浪费行为。

二、大力宣传，为建设“节约型校园”献计献策。各级部要积极宣传节约典型事迹，弘扬节约风气。教职员立足本职，从我做起；广大学生互相提醒，互相监督，人人争做节俭风尚的传播者、实践者、示范者，努力营造厉行节约的校园氛围。

三、落实行动、从身边做起、从点滴做起。

#### （一）节约用电

1、杜绝长明灯、白昼灯。办公室、实验室、图书馆、教室、宿舍等要做到晴天时不开灯，人少时少开灯，人走灯灭；楼梯、走廊、厅堂、会议室、卫生间等公共场所由专人负责开灯、关灯。

2、在能够使用节能灯具的地方尽可能地更换、使用节能灯具。

3、减少办公设备电耗和待机能耗。合理开启和使用计算机、打印机、复印机等用电设备，下班时必须关闭电源。

4、杜绝在学生宿舍、教职工宿舍、办公室、实验室等处私自使用电炉子、电暖气、电饭锅、热得快等大功率电器。

#### （二）节约用水

1、珍惜水资源，自觉养成节水习惯，洗刷不用“长流水”，

提倡使用容器洗手洗脸，洗涮拖把等不过量用水。

2、自觉做到爱水、惜水、节水，严格做到人走水断流，提倡废水利用，爱护节水设施，用水后要拧紧水龙头，发现水龙头滴水要主动拧紧。

3、按需用量打开水。开水原则上只用于饮用；剩下的开水次日可倒入相应的容器内，以便于二次充分利用。

4、加强用水设备的日常维护管理，严禁跑、冒、滴、漏，坚决避免长流水现象的发生。

### （三）节约办公用品

1、办公用纸尽量双面使用，提高利用率；提倡网络办公，减少宣传用纸的数量。

2、办公室的复印纸等耗材必须由指定专人管理，严格控制。

3、尽量少用一次性纸杯，提倡自带水杯。

4、爱护办公设备，提倡修旧利废，对易耗物品实行以旧换新、提倡使用钢笔书写，减少圆珠笔或一次性签字笔的使用量。

### （四）节约粮食

1、在食堂就餐时，要杜绝剩饭剩菜，珍惜并节约每一粒粮食。

2、食堂工作人员要强化节约意识，在食品制作过程中厉行节约、杜绝浪费。

### （五）爱护公共财物

1、爱护学校公共财物，发现损坏的办公设备及教学用品要及时报修。

- 2、不在墙壁上乱涂乱画、不在课桌及设备上乱刻乱写。
- 3、不随意移动、拆卸床、课桌、教学设施等设备。
- 4、遇见损坏公共财物的行为加以劝阻，并想办法制止。

“历览前贤国与家，成由勤俭败由奢”。节约是美德，节约是品质，节约是智慧，节约是责任，节约更是境界。希望全校师生行动起来，继承和发扬勤俭节约的优良传统，坚持从我做起，从现在做起，从一点一滴做起，珍惜每一滴水、每一度电、每一张纸。

老师们、同学们，让我们行动起来吧！