

# 2023年增强体质发言稿(通用10篇)

在日常学习、工作或生活中，大家总少不了接触作文或者范文吧，通过文章可以把我们那些零零散散的思想，聚集在一块。那么我们该如何写一篇较为完美的范文呢？下面是小编帮大家收集的优秀范文，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。

## 增强体质发言稿篇一

这次酒店广泛开展合理化建议活动，引导职工牢固树立“我靠酒店生存，酒店靠我发展”的思想观念，踊跃为企业节能降耗降本增效工作献计献策，力争能够实现5%节约。我们每一个员工对酒店节能降耗的解决都有义不容辞的责任。因此，在这次活动中，员工们为酒店献计献策，我本人也为酒店提出自己的看法。

首先，我们要打造出一家具有绿色环保节能的酒店，让每一个顾客来这里都能感到，在我们酒店里住是放心的，而且感到这是一家具有绿色环保节能的酒店。我们要营造一个环保节能的氛围，让顾客也有节能降耗意识，共同为我们酒店实现5%节约的目标。

其次，我们应该要有节能降耗增效的观念，履行节约的习惯。从我做起，从点滴做起，注意每一个节约的环节，堵住每一个浪费的漏洞，尽自己所能节约每一点资源，抵制铺张浪费的不良风气，让铺张浪费的习惯转变成为生活上的勤俭节约。在酒店管理上，从五个方面来做好人人讲节约的良好局面。

一、节电。客房是客人停留时间最多的地方，很多客人认为我花了钱，想怎么用就怎么用，于是就会出现很多浪费的现象。比如客人在使用卫生间的时候，会有意无意的不关灯；把换气扇打开之后长期不关，认为这样空气才会流通；出门的时

候不拔取电卡。这些情况都会造成能源方面的浪费。对于这些现象，我们系统处理方法是：通过红外线探头，做到有人时，卫生间灯光自动开启，人离开的时候灯光自动熄灭；根据房间的大小和换气扇的规格，来确定换气扇在自动开启多少分钟之后延时自动关闭，用最少的电达到换新风的目的；另外系统可以通过红外线探头和门磁等设备判断客人是否还留在房间内，如果判断出客人已经外出，就会对这个房间进行断电处理，并且在客人重新回来房间的时候，自动供电。通过我们系统这样的处理，就可以有效的杜绝这些浪费，从而达到一个节能的目的。我们能应用自动化开关进行高效的管理也是一种节能降耗的好方法。

二、节冷暖气。空调是我们酒店的能耗大户，客人在使用空调的过程中也会出现一些不良的使用习惯。比如在夏天的时候，很多客人在进房间以后，为了使室内温度尽快降低，会把空调的温度设定到最低，比如16摄氏度。但是16摄氏度并不是他需要的温度，当室内温度真正降低到16摄氏度的时候，他可能会觉得有点冷，甚至是手脚发凉，这个时候有些人才会想到去修正空调的温度。但是更多的人，会采用加衣服，盖被子等方式来御寒，而不会想到去修正空调温度。这对于我们来说，是一种什么样的浪费呢？因此给客房服务员增加了压力，在给客人整理房间时把空调的温度给予适当的调整。也有的客人在退房时常常忘了关闭空调，这就要求我们服务员在查房时及时关掉空调和室内的照明灯具，以此达到节能的目的。同时，建议空调机上安装节电装置，这样每月可多节约电耗5%，实现我们的节电目标。

三、节水。马桶漏水是酒店宾馆都会遇到的情况，而如果漏水情况不严重，就不容易被发现，但是积少成多，对我们来说也是一种浪费。我们的系统可以精确检测出客房的任何一个环节的漏水情况，并且发出警报，以便及时的进行检修堵漏，防止能源浪费。控制用水量。建议酒店在洗手盆水龙头上安装了节水器，节水龙头就是为了控制出水量，避免客人盥洗时把水龙头调到最大而浪费打开水龙头，看到出水量比

普通龙头要小。

四、回收。房低值易耗品的使用和回收也同样能达到节能降耗的目的,例如:客房报废的布草及棉织品用来做抹布杯布和客吧袋.废弃的浴肥皂和手皂可以回收到洗衣房或其它需要的地方使用,可以用在卫生间做为洗涤剂。建议客房使用的纸杯垫可以改为布垫,洗衣袋只用布袋.另外,建议客房使用环保卡,当客户有搁置环保卡的就说明客户需要换洗床单,否则为不需要换。对于能自觉合作搞好节约的顾客,我们酒店给予一定的小奖品纪念,让我们酒店上下都能体现出一个绿色环保节能的酒店。这样的操作一定程度上避免了不必要的浪费,同时也省去了不必要的浪费。

五、改进。事事要从我做起,自己带头发现节能降耗的新技术、新窍门和新工艺,努力用一些好的方法来为我们的酒店服务,为酒店实现节能降耗做出应有的贡献。另外,我们要对自己所要接触的设备 and 设施给予爱护,按时保养,这一习惯也是具有节能效果,同时,建议配合工程部使用网络办公平台进行无纸化办公,节约办公用品,体现大酒店管理的现代化。

回顾一下从身边流走的每一滴水:在你我洗盘刷碗、洗脸刷牙、洗发洗澡、冲洗厕所的时候,你我可曾想过,节约每一滴水?在你我使用电灯、电话、电脑、空调、饮水机、复印纸、公文纸的时候,我们做到节约了吗?请记住:你与我都节约一滴水,无数滴水汇聚起来,会是澎湃汹涌的浪涛,才有波澜壮阔的大海!一个人的力量有限,但无数个有限组合起来,便是无限。

## 增强体质发言稿篇二

大家好!

降本增效,这是一个古老而又永恒的话题,承载着企业的发

展与兴衰，降本增效是一种责任，更是一种精神，一种境界。在当前严峻的市场形势下，更需增强人人降本增效的热情，汇聚出万众一心渡难关的强大合力。人人当家理财，降本增效，是我们国家实行社会主义市场经济体制以来，挺立潮头的力量所在，已成为企业文化的优秀元素，时至今日，强调人人降本增效，旨在进一步唤起我们的市场意识，竞争意识，特别是成本意识，唯有人人降本增效，战胜市场挑战才会有更加广泛、坚实、有力的行动基础。唯有产品质量优、价格低、才有竞争优势，即使企业规模再大、装备再先进、产品再精良，都忽视不得降低成本提高质量这条生产物美价廉产品的市场法则。

近一年来，由于全国钢铁行业市场持续疲软，钢材价格直线下降，给公司的经营管理带来了严峻的考验，在这万人惊慌的时刻，程总果断提出了“近身肉搏、兵刃相见、刺刀见红、你死我活”十六字方针，犹如给金特人注射了一支强心剂，又如给忐忑不安内心惶恐的人们吃下了一颗救心丸，给身处绝境的人们指引了一条光辉大道。让人们能冷静的面对当前的不利局势，忧公司之所忧，急公司之所急，集思广益，为公司的降本增效出谋划策。在我工段就有许多降本增效的例子：维修工利用闲暇时间，对报废的电器设备、接触器，钢渣车主备动轮进行分解、打磨，拼凑，更换轴承，重新组装，成为可以利用的新设备。对容易磨损的电缆线外皮加装防护层，使电缆线的使用寿命延长，对报废变形的炉体，进行挖补，使其可以再次投入生产等等。

随着集团公司不断发展壮大，广大职工身处其中，亲身感受到了企业发展的辉煌成果。这是我们广大干部职工辛勤付出的结果，让我们倍感欣慰。然而，在企业发展的同时，在一些职工中成本意识淡化的现象有所抬头。有些职工认为，成本抠得松一点，这不是什么问题。出现了“家大业大浪费点没啥”的苗头。“静以修身，俭以养德”古人视勤俭节约为修身养性的基本原则之一，更视为治国安邦的至理名言。“民生在勤，勤则不匮”，“历览前贤国与家，成由勤

俭败由奢”，这些经典的语句无不展现着节约的力量！在经济飞速发展的今天，节约又被赋予了新的使命，节能降耗已成为全社会共同关注的话题，也是我们必须思考的问题。有人会问：“我只是一名普通职工，我能做什么，我该怎么做？”答案其实很简单：从我做起，从自身岗位做起！这是时代赋予我们的要求，也是我们责无旁贷的使命。节能降耗，从我做起。首先要从思想上、意识上崇尚节俭，思想是行动的先导者，只有从思想上真正树立起节约的意识，节约才能成为一种主动、自觉的行为。

不简单，就是将简单的事做千遍万遍做好；不容易，就是将容易的事做千遍万遍做对。我们也常说，细节决定成败，节能降耗也同样需要从细节做起，从工作、生活中的点滴做起。滴水可以成河，聚沙可以成塔，集腋可以成裘，“勿以善小而不为，”工作中尽己所能，节约每一颗螺母、每一根焊条；生活中做到随手关灯、关闭水笼头，杜绝长明灯，长流水。让节约成为一种习惯、让习惯促进节约。“不要问公司能为我们做什么，先要问自己能为公司做些什么”。这句话很好的阐述了员工对公司，对岗位的责任。我们要从点滴小事做起，节约式降成本。从小处着手，时时处处算细帐、降成本。要优化耗电等设备运行方式，或者在开机时间和程序等方面在进一步的完善，同时实行“避峰就谷”措施，力争少用电，减少电费支出与浪费。要大力治理设备“跑冒滴漏”，堵塞漏洞。要厉行节约，减少非生产性支出。如果将公司比喻为大海，那么我们平凡的岗位就是流入大海的一条小溪，我们每一位员工可视为这条溪中的一滴水，无数滴水汇聚起来才会有汹涌澎湃的浪涛，才会有波澜壮阔的大海。一个人的力量是有限的，但无数个有限组合起来，便是无限，便会形成无坚不摧的力量！“合抱之木，生于毫末；九层之台，起于累土”。只要人人降本增效，我们就一定能够再次夺取生产经营新的辉煌业绩，为更理想的目标而前进。

谢谢大家！

## 增强体质发言稿篇三

大家晚上好！我叫饶xx是矿山部的一名技术员，今天我要演讲的是 现今社会，成本的含义 以及降本增效的一些方法，进一步讲述作为一名地质 技术员，我们可以从哪些方面做到降本增效。

在现今的市场经济条件下，“成本” 已成为人们经济活动的广泛用语，人们根据不同的经济目标，以及对成本信息的不同需求，对成本 也有了多种不同的组合，如：采购成本、开发成本、工程成本、经营成本、劳务成本 和时间成本等等，可以说，今天，仅用“成本”一词，已经很难使人确切地理解其含义。只有在“成本”一词前 加上定语，说明指的是什么成本时，它才有特定的内容和意义。

与此同时，人们也清楚地认识到 降低成本 是提高企业经济效益的 重要手段。然而，如何降低成本，是企业经营乃至一般经营时刻关注 而难解的问题。降低成本的方法也有很多。努力降低各种能耗，在材料管理上采用旧物回收 翻新再利用是降低成本；依靠科技进步，改进生产工艺 是降低成本；增添新型设备，使设备运行 达到最佳配置状态 是降低成本；合理分配时间，加强部门间交流，协调配合提高办事效率，也能降低成本。 在我们的实际工作中，降本增效的方法还有很多，下面结合具体的部门 和岗位，我将从工程成本、时间成本等方面，来提出一些的方法。

首先要做到统筹安排，编制科学合理的施工计划。根据工程总进度，及时编制工程分部施工计划。充分采用交叉施工、流水作业等手段，科学安排施工的各要素，并严格落实，减少窝工、停工等现象，具体来说，就是加强现场管理，合理化通风落矿时间，组织安排好工程施工进度、地质编录、取样和井下支护等工作，使其交叉进行，做好各项工作的衔接，做到均衡施工，这样就能很大程度上地提高生产效率。

接下来，就是改变巷道设计，缩小探矿巷道断面规格、合理布置巷道位置；能用坑内钻孔等成本较低方法时不动用巷道工程。这两种方法，在达到工程目的的同时，对降低成本有立竿见影的效果。

小的方面，我们建立了地质信息和矿山部信息共享平台，及时上传各项资料，在响应公司号召，推进无纸化办公的同时，做到一人通告，大家知晓，改进了资料更新进度慢，传阅时间长，需要多次打印等缺点，有效节约了各项成本。

再者，矿山部员工都直接参与成本核算，了解了各自的工作，以及公司运营的每一项内容所需的成本，提高了成本意识，也就提高了主观能动性，明确从哪些方面可以更好地降低成本，增加效益，为实际工作中的降本增效提供了方向。

另外，创新是降低成本和增加效益的源泉，例如改变思路，探矿巷道可以同时兼具多种功能：只要做到合理调整位置和规格，巷道除了能起到探矿作用外，还可以用于倒车，作为躲避硐室，进入采矿阶段后还可以重复利用，这样一个巷道就有了至少四种用途，大大节约了工程量，缩减了工期，增加了效益。

谢谢大家，我的演讲完毕！

## 增强体质发言稿篇四

你们好，我的演讲题目是《降本增效》。

参加本次演讲比赛，我非常荣幸。围绕价值创造这个热门话题，我第一个想到了降本增效，而最早让我体会到降本就是增效的人，就是胡晓武经理了。

一次，我随同他一起到长江口南岛堤削顶半圆体施工现场，在前面走的好好的，他突然蹲下身来往半圆体泄压孔里跳，

不知就里的我赶忙过去拉他，但他却示意我赶紧喊开交通船的大宏过来。原来，他的对讲机挂绳不知怎的断了，对讲机掉进了黑漆漆的半圆体泄压孔里，他担心一旦潮水涨起来这部价值800元的对讲机进了海水就废了。然而直径50公分的泄压孔只能勉强下到底，蹲不下来就无法从石块缝隙里拿出对讲机了。于是，他想到了身材瘦小的大宏，大宏也果然不负众望地捞起了对讲机，胡经理高兴的拍着大宏的肩膀，说晚上多加个菜犒劳一下他。不得不说，这么一个项目经理情愿为一台价值800元的对讲机而火急火燎地跳进半圆体泄压孔里的画面，非常具有视觉冲击力。他在要求我们的同时，自己也一直在做着榜样该付出的行动，以至于我也想为降本增效出一把力。

我想到了首先想到的便是食堂剩饭剩菜问题。大厨常说，每天最爽的事情，就是看到自己做的饭菜被大家吃得一干二净。不得不说，这确实是个非常棒的理想状态！要知道众口难调，每餐吃干净的菜肴肯定是大多数人都喜欢的，反之亦然。每天剩下的即便下一餐再热还是一样会剩下，热两次再剩下的出于健康考虑便只能选择倒掉，一两次如此就罢了，天天如此就是不可饶恕的浪费！一想到真金白银买来的东西要白白倒掉，我就有种骚包到烧钱玩的滑稽感觉。改变必须付诸行动。我决定先做好“热销”菜品的摸排、统计工作，然后在qq群公开、执行点餐机制。历经1个半月时间，相关工作顺利结束。拿到综合办新鲜出炉的“热销菜单”王大厨非常高兴，每次买菜他只需要根据“热销菜单”进行荤素搭配后就可以照单购买菜蔬了。因为都是喜爱的食物，剩菜剩饭的情况果然有所好转。看着只剩下汤汁的盛菜盆，我在高兴之余也看到了活动qq群的好处！然而好景不长，改善了一段时间的剩菜剩饭情况又出现了反复。我不禁有些烦恼，都是大家喜欢吃的，口味也没变化，更没出现卫生状况，问题出在哪里呢？经观察，是就餐人数常常发生变化造成的。本来以为这样很好解决，不过是工作原因而无法准时就餐，饭前需要离开的或者是饭后才能回来的要么给我打个电话要么在qq上



给我留言都行，我们定会将热腾腾的饭菜会打包装好放进保温舱，静候你的归来。然而，我还是想简单了，现场施工的不确定因素太多，要求留饭的不见得会回来，确定不回来的不见得不回来，时不时还是会出现做多剩的多做少了不够吃的情况。

王书记的一句话切中了要害：只有服务没有遏制，再好的方法也不会起作用。于是，征得同意后，我决定使用好qq机器人的这个功能。什么？你留了信息但是饿过劲了不想吃？不要紧□qq机器人虽不是全智能，但是综合办的统计工作可没有停下，将相应信息输入后qq机器人会“贴心”提示你：对不起有qq留言为凭证，你的“忽悠”次数超过两次，恭喜你，你已被综合办评为“浪费达人”，一个星期内你将处于禁止留言状态，不再享有任何相关服务资格；什么？没来得及赶回就在外面解决了，反正你又没有监控怎么会知道？别逗了，不吃没关系，你可千万不要拿当天的餐票报销哦，否则你一样不可避免地要收获“浪费达人”的称号。

虽然这样四个月干下来，我节省的现金开支并不多，但是经过合理的调配浪费情况正在逐渐改善。浪费少了下次买菜就可以少买点，支出少了就是节约就是在降本增效的道路上前进了一小步。花点时间花点小钱就能办到，我想没有理由拒绝这个聚沙成塔、集腋成裘的机会，我相信我一定会继续坚持下去的！

我的演讲结束了，谢谢大家！

## 增强体质发言稿篇五

大家下午好！

我今天演讲的题目是“降本增效，有你有我有大家”。公司从去年始就开展降本增效活动，在日常工作中我们都能很明显的感觉到全体员工从思想到行动都已经融入到这项活动中

去，公司的日常宣传报道始终贯穿着降本增效这根主线，一件件事例无不是员工在实际工作中落实降本增效活动的体现，如餐厅用餐时倒掉的饭菜减少了，长明灯熄灭了，下班不关电脑的现象消失了，固话费减少了，复印纸的背面又在废物利用了，查找出来的缺陷越来越少了这是推行降本增效的结果，这是公司全体员工共同努力的结果，是团队的力量！

我是一名普通的管理人员，我的岗位是劳资人事管理，我也问自己，在降本增效工作中我能做些什么呢？我没有雄心壮志，也没有宏伟计划，我的想法很简单，从自身岗位工作出发，从小事做起，脚踏实地，勤勉工作，认真完成每一项工作任务，不断提高岗位业务技能，提高工作效率，围绕岗位工作内容尽可能的挖掘降本点，我认为这也是降本增效在管理工作中的具体践行。我是这么想的，也是这么做的。

例如，公司员工每年的工服成本也是一笔不小的开支，再加上员工流动更增加了工服费用支出，看着员工离职退回的还能穿的工服，我就想能否继续利用呢？于是，我针对不同的岗位就工服的使用期限进行抽样调查，根据调查结果我建议公司对员工工服的发放实行以旧换新制度，这样，即保证了员工工作穿着的需要，又减少了工服费用的开支。

又如，员工工资是人力成本的一个重要组成部分，公司每年需支付的员工工资及负担的各类保险也是一笔很大的成本支出，因此，科学合理的确定各岗位尤其是技术工种岗位的工资显得尤为重要，一方面能为公司招聘到适岗适用的员工，另一方面也能控制人力成本，我通过各种渠道了解、调查周边单位乃至太仓、昆山地区的相关岗位工资水平、工作强度、岗位工作内容、对所需技能的要求等等，另一方面，结合公司现有的相关岗位工资水平，仔细研究、推敲，同时，在员工招聘时详细了解、评估应聘人员的岗位胜任能力和水平，针对不同岗位不同专业水平确定合理的岗位工资，尽可能的做到适岗适才适薪，同时，发挥岗位职能管控作用，对现有岗位员工的工资水平进行动态管控，使公司的人力成本尽可

能控制在合理的范围之内。

以上列举的只是本岗位的两个工作实例，相信我们每个天创的员工这样的例子都能随手拈来，因为我们都把公司当做自己的家，把降本增效工作视为己任，你、我、大家都是这大家庭的一员，一个人的力量有限，但是无数的有限力量结合起来就是无限的力量，我们已经感受到了这力量的强大，我相信这力量还会无限的发挥，因为：降本增效，有你有我有大家！

我的演讲完了，谢谢大家。

## 增强体质发言稿篇六

大家好！

说到降本增效，工作态度是一个很关键的因素，但制定合理制度才是降本工作的重心，只有建立合理的激励与约束机制，才能杜绝资源浪费及拖沓、窝工现象，真正实现降低成本。

我想，首先强化每个员工的节约成本意识，从源头进行成本控制，比如从节电、节水、节约低值易耗品、爱护劳动工具这些小事情做起，从节流降耗中提高企业利润。其次每个人都要有危机感，我们要本着精兵简政的原则，做好每一个工作程序和在此情况下完成它所需要的时间和人员数，具体到“砍人、砍机构”方面，让每一个人有竞争意识。将现有资源灵活化，严格控制固定资产的购入及库存的保有量。根据库存决定采购计划，以免造成因原材料积压导致货物过期浪费的现象。另外大力缩减采购费用及减少一切不必要的开支，原材料采购是招待所的根本成本，要通过询价制度，争取降低成本为招待所获得更大利益。我们要以更加科学合理的方法使用，变相的减少企业的支出。不开没有质量和没有实际意义的会议，减少出差费用，减少维修费用，及不必要的办公用品购置。

人都是向往自由的，谁能在无监督的情况下一如既往地努力工作？好逸恶劳是人性固有的缺点。有个典故叫做“悬梁刺股”，它充分证明了一个道理：要达到既定目标，就要通过严格的外在条件去克服人自身的缺点。所以，依靠我们自己去节约成本，这是永远的理想。要想实现降本增效，就必须依靠制定出一个严格合理的管理制度。严格管理，就是要让优秀员工的工作方式得到肯定，让其他人学习模仿；严格管理，就是要让一些不良习惯和工作方式受到惩罚，受到大家的指责。

当前，降低成本是维系企业生存的紧迫任务。只有降低成本，企业才能维系生存。就如同已经签订的《经济目标责任书》一样，招待所必须不断的制定有效的管理制度并严格兑现奖惩，奖励勤奋的，惩罚懒散的；奖励节约的，处罚浪费的。

我相信自有一股支持着向前的力量在，当前虽然困难重重，但企业的精魂在，冲出困境的信心在！只要制定了合理的制度并严格执行，我相信我们招待所不但能够保住生存，还会有美好的明天。

## 增强体质发言稿篇七

你们好，我的演讲题目是《降本增效》。

参加本次演讲比赛，我非常荣幸。围绕价值创造这个热门话题，我第一个想到了降本增效，而最早让我体会到降本就是增效的人，就是胡晓武经理了。

一次，我随同他一起到长江口南岛堤削顶半圆体施工现场，在前面走的好好的，他突然蹲下身来往半圆体泄压孔里跳，不知就里的我赶忙过去拉他，但他却示意我赶紧喊开交通船的大宏过来。原来，他的对讲机挂绳不知怎的断了，对讲机掉进了黑漆漆的半圆体泄压孔里，他担心一旦潮水涨起来这部价值800元的对讲机进了海水就废了。然而直径50公分的泄

压孔只能勉强下到底，蹲不下来就无法从石块缝隙里拿出对讲机了。于是，他想到了身材瘦小的大宏，大宏也果然不负众望地捞起了对讲机，胡经理高兴的拍着大宏的肩膀，说晚上多加个菜犒劳一下他。不得不说，这么一个项目经理情愿为一台价值800元的对讲机而火急火燎地跳进半圆体泄压孔里的画面，非常具有视觉冲击力。他在要求我们的同时，自己也一直在做着榜样该付出的行动，以至于我也想为降本增效出一把力。

我想到了首先想到的便是食堂剩饭剩菜问题。大厨常说，每天最爽的事情，就是看到自己做的饭菜被大家吃得一干二净。不得不说，这确实是个非常棒的理想状态！要知道众口难调，每餐吃干净的菜肴肯定是大多数人都喜欢的，反之亦然。每天剩下的即便下一餐再热还是一样会剩下，热两次再剩下的出于健康考虑便只能选择倒掉，一两次如此就罢了，天天如此就是不可饶恕的浪费！一想到真金白银买来的东西要白白倒掉，我就有种骚包到烧钱玩的滑稽感觉。改变必须付诸行动。我决定先做好“热销”菜品的摸排、统计工作，然后在qq群公开、执行点餐机制。历经1个半月时间，相关工作顺利结束。拿到综合办新鲜出炉的“热销菜单”王大厨非常高兴，每次买菜他只需要根据“热销菜单”进行荤素搭配后就可以照单购买菜蔬了。因为都是喜爱的食物，剩菜剩饭的情况果然有所好转。看着只剩下汤汁的盛菜盆，我在高兴之余也看到了活动qq群的好处！然而好景不长，改善了一段时间的剩菜剩饭情况又出现了反复。我不禁有些烦恼，都是大家喜欢吃的，口味也没变化，更没出现卫生状况，问题出在哪里呢？经观察，是就餐人数常常发生变化造成的。本来以为这样很好解决，不过是工作原因而无法准时就餐，饭前需要离开的或者是饭后才能回来的要么给我打个电话要么在qq上给我留言都行，我们定会将热腾腾的饭菜会打包装好放进保温舱，静候你的归来。然而，我还是想简单了，现场施工的不确定因素太多，要求留饭的不见得会回来，确定不回来的不见得不回来，时不时还是会出现做多剩的多做少了不够吃

的情况。

王书记的一句话切中了要害：只有服务没有遏制，再好的方法也不会起作用。于是，征得同意后，我决定使用好qq机器人的这个功能。什么？你留了信息但是饿过劲了不想吃？不要紧□qq机器人虽不是全智能，但是综合办的统计工作可没有停下，将相应信息输入后qq机器人会“贴心”提示你：对不起有qq留言为凭证，你的“忽悠”次数超过两次，恭喜你，你已被综合办评为“浪费达人”，一个星期内你将处于禁止留言状态，不再享有任何相关服务资格；什么？没来得及赶回就在外面解决了，反正你又没有监控怎么会知道？别逗了，不吃没关系，你可千万不要拿当天的餐票报销哦，否则你一样不可避免地要收获“浪费达人”的称号。

虽然这样四个月干下来，我节省的现金开支并不多，但是经过合理的调配浪费情况正在逐渐改善。浪费少了下次买菜就可以少买点，支出少了就是节约就是在降本增效的道路上前进了一小步。花点时间花点小钱就能办到，我想没有理由拒绝这个聚沙成塔、集腋成裘的机会，我相信我一定会继续坚持下去的！

我的演讲结束了，谢谢大家！

## 增强体质发言稿篇八

日前，国务院常务会议专门听取中央企业关于深化改革瘦身健体工作汇报，强调要立足以改革促发展，坚持企业主体，充分发挥市场配置资源的决定性作用和更好发挥政府作用，促进央企瘦身健体、提质增效。

国有企业对于促进国民经济和社会发展贡献巨大，但是国企“大而不强”的问题长期存在，且不少国企属于产能过剩行业。面对经济下行压力，主业弱、冗员多、效率低等突出问题更加严重，亏损企业扭亏增盈、化解过剩产能、处

置“僵尸企业”等任务更加艰巨。

提质增效不是以牺牲改革来寻找权宜之计，把经营业绩的数字搞上去，而是要以改革促发展，以创新促进步，坚持企业主体，充分发挥市场配置资源的决定性作用。去年国企改革重大政策文件陆续出台后，今年成为国企改革落地的重要一年。只有深化国有企业改革，不回避重点难点问题，敢于啃硬骨头，才能解决制约国企发展的深层次问题，真正提质增效，让国企更健康。

深化国企改革首先要解决计划经济留存的办企业大而全、小而全、产业链条过长、分布布局过广的问题。这需要加大供给侧结构性改革力度，优化国有资本布局结构，着力推进结构调整，瞄准提高国有资本运营效率和企业经营效率这个目标，着力提高核心竞争力。

其次要减少企业亏损点，根治企业出血源。开展困难和亏损企业专项治理，抓紧淘汰钢铁、煤炭等行业落后产能，加快“僵尸企业”的重组整合和市场出清。中央明确积极稳妥引入各类社会资本参与和支持国企结构调整与重组，这涉及打破行业垄断与推进国企混合所有制改革，这也是下一步较为重要的改革内容。

三是要压缩管理层级，精简机构人员，提高运营效率，真正把企业打造成市场的主体。这就需要推进规范董事会建设，建立起科学有效的公司治理机制，推进降本增效。

此外，还要推进国资监管机构职能转变，监管权力清单和责任清单要理清，充分激发改革的活力和动力。真正做到政企分开，该管的要科学管理，坚决到位；不该管的要退出来，让企业作为市场竞争的主体，该放下去的一定要放到位，该取消的一定要取消。

国企改革面临的困难和挑战，主要还是处理好国有企业激发

活力与加强监管相结合的关系问题。特别要说明的是，通过改革提质增效不是要国有企业从竞争性领域退出，而是要集中资源、攥紧拳头，切实增强国有企业的活力、影响力、控制力和抗风险能力，更好做强做优做大。

## 增强体质发言稿篇九

我们作为永昌事业的接班人，感谢永昌铅锌的拓荒者们创造了如今的辉煌。我们接过前辈们手中的接力棒，继承和发展伟大的永昌事业是我们义不容辞的责任。但是我们面临着如今铅锌市场低迷，生产成本居高不下，资源日益减少的困难，降本增效已成为公司谋划发展的重要保障。

各行各业的众多企业中，我敢说没有一个企业不提倡降本增效。大到国家发展，小到家庭的运营，勤俭节约，降本增效，都至关重要。公司也不例外，更何况是在我们挑战困难的关键时刻。因此需要我们更加努力，发扬前辈们艰苦奋斗，勇于担当的创业精神，把降本增效做得更好，我们必定在挑战中赢取属于我们辉煌。

降本增效，必须深入意识，重在行动，关键在于每个员工都要有担当精神。只有有担当的人，才会从点滴的工作中去节能降耗；只有有担当的人，才会提高工作效率；只有有担当的人，才能在困难中勇往直前。国学大师翟鸿燊说：“企业只有营销才能实现利润，其他的都是成本，企业最大的成本就是不懂得营销的员工”。但是我想说：“没有担当的员工同样是企业浪费的最大成本”。降本增效，就先从勇于担当做起。

也许你会说我是一线职工，都是听从领导安排，降本增效，我们不能做什么。那么我就来算个小账，我们在工作中每天每人节省一块钱，公司按一千个人来算，一年365天，我们将为公司节省365000元。365000元不是个小数目，在我们钻探队可以买一台全新立轴钻机了！每天节省一块钱难道做不到



吗？只要我们每个人都有担当，我们绝对能做到。就算是每人每天节省10块也不成问题。“海不择细流方能成其大”，我们一线员工是企业的大多数，是工作的执行者，降本增效不能光靠领导，更重要的是我们广大的员工勇于担当的执行。

我们钻探队还有很多很多勇于担当的故事。上个月我们机组进入井下工作以来，同事们的表现也让我感动。虽然我们公司井下通风条件已经很好，但毕竟是在井下，我们工作的地方只要站着不用干活也闷热的汗流浹背。而我们的王家成队长、机修人员、安全员，每天都和我们一起到井下亲自指导我们建钻塔，和我们一起干活，他们不会因为工作分工不同而袖手旁观。因为降本增效我们都勇于担当，我们最终按照要求如期开钻，节省了工作时间也就是提高了工作效率。哪怕节省一天的工期，算上电费、施工费等费用，节省的钱也比每人每天一块多得多。孔内涌水，从上班到下班我们劳保都是湿的，但是我们的职工没有一个人退缩，体现了我们钻探队从队长到员工力争把份内工作做得出色，份外工作做得惊喜的担当精神。

降本增效我们必须勇于担当起来。我相信只要我们有担当，工作中每个环节我们都可以做得更高效，我们遇到的所有问题都将不是问题。五十七年风雨路程我们走过来了，债转股、兼并改制我们挺过来了，肩挑马驼我们熬过来了。我们把茅草屋变成规模宏大的现代化矿山。只要我们齐心协力，降本增效，人人勇于担当，我们每个人微小的力量就会凝聚成一股扭转乾坤的力量！五十七年的大风大浪我们都走过来了，难道还怕眼前的小沟小坎？我们要相信永昌铅锌一定可以像怒江雄鹰一样飞跃峡谷，走向更加宽广的未来！

## 增强体质发言稿篇十

大家上午好！

很荣幸能有机会参加今天的“节能降耗，降本增效”演讲比

赛。我演讲的题目是《节能降耗，降本增效，从我们身边小事做起》。

今年3月，国务院总理温家宝在七届全国人大五次会议中提出□20xx年没有实现年初确定的单位国内生产总值能耗降低4%左右的目标。这个约束性指标是一件十分严肃的事情，不能改变，必须坚定不移地去实现!一时间，节能降耗的浪潮席卷了全国各个领域、各个行业。

节能降耗，降本增效，深入意识。燕山钢铁有限公司作为迁安大型钢铁企业，勇立潮头，责无旁贷地扛起了节能降耗的大旗，企业义无反顾，积极响应并坚决贯彻落实国家“关于钢铁行业节能降耗政策”的精神，先后召开节能降耗，降本增效动员会，调动一切力量积极参与，决心打赢“节能降耗”这场攻坚战!

节能降耗，降本增效，重在行动。有一天接班没多久，就看见磅长李建国和班长李卫秦分别拿着榔头和钉子走进磅房，我还没明白是怎么回事，只见班长拿起已经掉落的抽屉底和抽屉，磅长随手就往上钉钉子，我很不解，便问道“都破成那样还修干什么，换个新的不就行了吗?燕钢这么大，也买得起。”磅长笑了笑说：“磅房常用物件，像电脑、打印机、纸张、印泥、桌椅这样的办公消耗品。虽然相比之下不值多少钱，但是小数怕长记，时间一长钱就多了。一个公司的利润就在于它的创收减去它的成本，给公司节约了，就等于给公司创收了。我们这样做就是变相给公司创收。同时节约也是一种美德，更是我们对公司的一种责任与义务。时刻记住在燕钢一天就要以主人公的身份履行我们的使命。”磅长的这段话始终记在我心里，因为他让我知道了为什么燕钢能从小厂子发展成为一个大公司：每一位领导都身体力行，言传身教。使我更明白：应该用实际行动为公司尽自己的绵薄之力!

节能降耗，降本增效，从我做起。生活中做到随手关闭水笼

头，杜绝长流水，避免滴漏现象发生，生活水循环利用，合理使用水资源，节约每一度电；工作中尽己所能，节约纸张、修旧利废、变废为宝都是我们的份内之事。作为普通一线员工，节能降耗，降本增效对我们来说不需要高深的理论和高超的技艺，需要的只是举手之劳。

节能降耗，降本增效，从我们身边的小事做起。

从节约每一滴水做起：各磅房一直以来把洗手水积攒到水桶里，供擦桌子和拖地使用，实现了合理用水。有一次中磅房外边的自来水龙头坏了，有滴漏现象。在磅长李建国的指导下，同事丁庆佳用废矿泉水瓶改装了一个，这个问题得到了解决。

从节约每一度电做起：北磅房处于阴坡进入冬天以来没有阳光直射，而且窗户为活动的，为落实公司节能降耗提倡不用空调的精神，在班长到领下，由同事刘斌用胶条把窗缝粘住，有效地防止冷风进入。超细粉磅房现在车辆较少，在没有车的时候，会关闭显示器。东磅房充分利用自然光照，把冷水晒温。各个磅房都在为节能降耗，降本增效做着自己的贡献。

从节约每一张纸做起：各磅房之间电脑是连网的，可以自由查询数据；磅房办公室、自动化办公室和各磅房通过共享传输文件，两者都节约了纸张，实行无纸化办公。自动化部把积攒的过期磅单集中粉碎，再送到纸厂，实现了纸张的变废为宝。

今天，我们欣喜地看到周围的一切都在发生着变化：废矿泉水瓶改装的水龙头；报废打印机零件组合的打印机，毡子鞋垫做的印泥盒??以上这些都是磅长李建国指导和班长李卫秦带领下，班组在执行“节能减排，降本增效”活动中取得的成果。

我们常说，细节决定成败。节能降耗也同样需要从细节做起，

从工作生活中的一滴一滴做起。如果我们每一个人都能从自我做起，从小事做起，自觉养成节能降耗的好习惯，那么将形成具有燕钢特色的人人自觉遵守的节能降耗，降本增效的行为文化。

涓涓细流可以汇成滔滔江海，片片绿叶能够造就莽莽森林。让我们一起行动，与企业同呼吸、共命运，为迁安年底实现钢铁行业节能降耗的目标贡献自己的力量！

谢谢大家！