# 有关厉行节约杜绝浪费汇总

来源：网络 作者：落梅无痕 更新时间：2025-04-02

*有关厉行节约杜绝浪费汇总一“勤以修身，俭以养德”。勤俭节约是一种传统，是一种美德，是一种习惯，是一种力量。在餐桌浪费现象严重、铺张奢靡之风盛行的今天，党的报告明确提出了“全面促进资源节约”的要求，也专门做出了“厉行勤俭节约，反对铺张浪费”的...*

**有关厉行节约杜绝浪费汇总一**

“勤以修身，俭以养德”。勤俭节约是一种传统，是一种美德，是一种习惯，是一种力量。在餐桌浪费现象严重、铺张奢靡之风盛行的今天，党的报告明确提出了“全面促进资源节约”的要求，也专门做出了“厉行勤俭节约，反对铺张浪费”的批示。作为首都高校的教职员工、青年学子，我们理应率先垂范，担负起时代赋予的责任与使命。为此，我们特向全校师生员工发出倡议：厉行勤俭节约，反对铺张浪费，树立文明新风，弘扬正风正气!

我们倡议：杜绝“舌尖上的浪费”!

我们倡议：杜绝日常办公上的浪费!

我们倡议：杜绝公务活动上的浪费!

……我们倡议：杜绝一切形式上的浪费!

俗话说：积少成多，集腋成裘。厉行勤俭节约，反对铺张浪费贵在平时，重在坚持。让我们积极行动起来，争做勤俭节约的倡导者、宣传者、实践者和推动者，让勤俭节约成为广大师生员工的一种行为习惯，成为一种科学文明的生活方式。

讲文明，树新风，让我们从“厉行勤俭节约，反对铺张浪费”开始!

讲文明，树新风，让我们从自身做起!从现在做起!从平时做起!

**有关厉行节约杜绝浪费汇总二**

同学们，今日教师想问大家几个问题：每一天早上当教师们把热腾腾的鸡蛋和面包，领回来，递到你手里，你是不是把它都吃完了那为何我们的楼梯上、操场上、垃圾堆里经常会见到黄亮亮的鸡蛋黄同学们，这是我们每一天在学校的早点。每一天我们在家里是不是也会遇到不可口的饭菜就剩饭有的同学害怕父母批评，随意地倒饭等等。那我们算一算，假如每一天我们每人扔一个鸡蛋、或浪费一粒米。那我们全校学生每一天要浪费多少粮食我们每一个家庭每一天浪费一碗饭，我们全中国十几亿人口要浪费多少粮食呢教师告诉你，我们全国每年倒掉的粮食最少可供两亿人吃一年了。我们这种“舌尖上的浪费”让我们触目惊心。同学们在我们每年最少倒掉约2亿人一年食物的同时，全球每六秒就有1名儿童因饥饿而死亡。

“厉行勤俭节俭反对铺张浪费”，那我们作为有着勤俭节俭优良传统的中华民族，这样的浪费让我们汗颜，这段时间电视上、网络上经常会出现“光盘”一词，是什么意思呢就是：“吃光你盘中的饭，不浪费”。网友自发发起不剩饭菜、晒吃光后餐具的“光盘行动”，厉行节俭，反对浪费，引起众多媒体和网友的热烈反响。吃饭时间到，一齐参与光盘行动!拒绝浪费，从我做起，晒出自我吃光的盘子，一齐向浪费说不，争做节俭达人，向舌尖上的浪费说再见!作为工业园区小学的学生，作为中华人民共和国的一份子，我们能不能置身事外对我们不能置身事外，更应进取响应。为此。共青团西安市委、少工委、西安市教育局面向全市百万学生发起“小米粒行动”。“小米粒”行动手势为右手大拇指与食指指尖相接，中指无名指小拇指直立。它有5大含义：，“小米粒”行动统一手语标识代表了稻谷、监督、宣传、种子与ok。

小米粒”的手势为米粒与稻穗的象形展示，提醒大家珍惜每一粒粮食。

“小米粒”手势又形似眼睛与睫毛，寓意监督与警示，号召全市中小学生相互监督，并经过对家长和亲朋好友的监督，带动所有社会成员参与到珍爱粮食、杜绝浪费的行动中。

“小米粒”手势又好像麦克风，寓意宣传、传播，期望经过各种渠道将“小米粒”行动理念传播至学校、家庭以及社会每个角落。

“小米粒”手势也代表种子，期望经过行动，将礼貌用餐、节俭粮食的种子播撒到每个人的心田，并不断发扬光大，将理性节俭的理念传递到社会各个领域

“小米粒”手势与“ok”的手势相近，寓意我们都赞同行动理念，会立即行动起来。同时，代表我们的行动结果良好，必将带动时代新风，让我们的社会更加和-谐、礼貌、完美。

在此，我们少先队大队部向大家发出以下倡议：

1、从我做起，做个爱惜粮食、崇尚节俭的“小米粒”。期望每个学生能从自我的一日三餐做起，从每一天早上的免费蛋奶开始做起，以“光盘”为荣，以“剩宴”为耻，不浪费一粒米、不浪费一个鸡蛋。我们要互相监督、互相提醒，让节俭成为我们每个人一日三餐的自觉行为。

2、从我家做起，当负职责、能担当的家庭“小米粒”。“小米粒”代表的不仅仅是舌尖上省下来的几颗粮食，更重要的是代表了一种品质与职责，期望每个学生能切实负责，勇于担当，牵手父母，携手亲朋，做制止家庭浪费的宣传者和监督员，让浪费之风止于每个家庭。

3、从今日做起，当善传播、能宣传的社会“小米粒”。诗人海子说：“从明天起。做一个幸福的人，关心粮食和蔬菜。”期望我们每个学生从当下做起，做一个关心粮食和蔬菜，珍爱食物和资源的社会小米粒，能够告你的朋友、亲人、邻居，也能够转短息，顶网帖，营造节俭的氛围，传承这种美德，让全社会更多的人成为节俭粮食、厉行节俭的“食尚达人”。

同学们，高举你们的小米粒手势，和教师一齐喊：“从我做起，做个爱惜粮食、崇尚节俭的“小米粒”;从身边做起，做勇于担当、制止浪费的“小米粒”从今日起，争做勤俭节俭的“小米粒达人”。期望经过我们的行动，让节俭的理念深入每一个人的心田，延伸到我们每一个家庭的餐桌上，成为每个人一日三餐的自觉行为，让我们的家园更美丽，让我们的生活更幸福!

倡议人：\_\_

20\_\_年\_\_月\_\_日

**有关厉行节约杜绝浪费汇总三**

1、浪费用水可耻，节约用水光荣。

2、依法管水，科学用水，自觉节水。

3、淡水在减少，浪费可不好。如果不节约，后果可不小。

4、树立人人珍惜水，人人节约水的良好风尚!

5、节约能源，人人有责。

6、国家实行计划用水，厉行节约用水。

7、请珍惜每一滴水。

8、节约用水、造福人类，利在当代、功在千秋。

9、节约用水，珍爱生命。

10、提倡节约用水。

11、努力创建节水型城市，实施可持续发展。

12、惜水、爱水、节水，从我做起。

13、保护水资源，促进西部大开发;节约每滴水，共同创建节水城。

14、树立人人珍惜、人人节约水的良好风尚。

15、国之栋梁不可无，生命之水不可枯。

16、节约用水、保护水资源，是全社会共同责任。

17、节约用水，从我做起。

18、节约用水是实施可持续发展战略的重要措施。

19、节约用水就是珍惜生命。

20、资源很重要，样样不可少。

21、节约水资源，责任人人有。

22、节约水资源，是我们的责任。

23、水是生命之源，请君节约用水。

24、节约用水献份爱，绿色环保更美好。

25、人人护水，保护环境。

26、珍惜每滴清水，拥有美好明天。

27、节约用水是每个公民应尽的责任和义务。

28、请珍惜、爱护每一滴生命的源泉。

29、节约每滴水，造福全人类。

30、大力普及节水型生活用水器具。

**有关厉行节约杜绝浪费汇总四**

尊敬的老师、亲爱的同学们：

大家好！

勤俭节约、文明礼让是中华民族的传统美德，珍惜粮食、尊重劳动成果是社会文明的重要体现。厉行勤俭节约、反对铺张浪费，将节约、文明落实到实处，做文明校园的开拓者、建设者、实践者，我们向全校同学发出如下倡议：

一、勤俭节约，倡导 “光盘行动”。一粥一饭当思来之不易，就餐时按实际饭量购买饭菜，珍惜每一粒粮食，杜绝浪费。

二、文明就餐，自觉回收餐具。就餐后自觉收回餐具，清理杂物，方便他人用餐。

三、谦逊礼让，窗口排队买饭。在窗口买饭时谦逊礼让，不拥挤、不吵闹、不插队，保持良好秩序。

四、讲究举止，爱护餐厅设施。自觉爱护餐厅公共设施，做到“不蹬踏、不涂刻、不损坏、不丢失”，不将餐具带出餐厅。

五、礼貌待人，尊重工作人员。体谅工作人员辛劳，不为工作人员增添劳动负担，文明礼貌，以平和心态、微笑脸庞面对他人。

\_是我家，文明靠大家。同学们，“勤俭节约，文明就餐”不是一个口号，而是一种具体行动。让我们积极行动起来，切实增强责任意识和主人翁意识，从我做起，从一日三餐做起，勤俭节约，反对浪费，携手共建文明、和谐、温馨的美丽校园。

**有关厉行节约杜绝浪费汇总五**

演讲是一种交流思想、沟通感情的重要方式，它主要是用有声语言来传达演讲者的思想感情，收到打动，感染听众之效，达到宣传、教育的目的。换言之，演讲是在公众面前就某一问题发表自己的见解的口头语言活动。好的演讲要做到以下几点：

1、内容上的现实性

演讲稿是为了说明一定的观点和态度的。

2、情感上的说服性

演讲的目的和作用就在于打动听众，使听者对讲话者的观点或态度产生认可或同情。

3、特定情景性

演讲稿是为演讲服务的，不同的演讲有不同的目的、情绪，有不同的场合和不同的听众，这些构成演讲的情景，演讲稿的写作要与这些特定情景相适应。

4、语言、结构

演讲稿还要在情绪上具有较强的感染力，语言上做到生动感人。演讲稿的结构。演讲稿的结构通常包括开场白、正文、结尾三部分。

开场白是演讲稿中很重要的部分。好的开场白能够紧紧地抓住听众的注意力，为整场演讲的成功打下基础。常用的开场白有点明主题、交代背景、提出问题等。不论哪种开场白，目的都是使听众立即了解演讲主题、引入正文、引起思考等。

演讲稿的正文也是整篇演讲的主体。主体必须有重点、有层次、有中心语句。由于演讲材料是通过口头表达的，为了便于听众理解，各段落应上下连贯，段与段之间有适当的过渡和照应。

结尾是演讲内容的收束。它起着深化主题的作用。结尾的方法有归纳法、引文法、反问法等。归纳法是概括一篇演讲的中心思想，总结强调主要观点;引文法则是引用名言警句，升华主题、留下思考;反问法是以问句引发听众思考和对演讲者观点的认同。

演讲稿的结尾也可以用感谢、展望、鼓舞等语句作结，使演讲能自然收束，给人留下深刻印象。

各位老师、同学们：

早上好!我今天讲话的题目是勤俭节约美德不能丢。

勤俭节约是我们中华民族的美德，是五千年文明古国的优良传统。从厉行节约的晏婴到一钱大守刘宠，从一代名相魏征到\*革命家孙中山，都为我们留下一份份忧苦万民、勤劳天下的珍贵遗产。老一辈无产阶级革命家鞠躬尽瘁、艰苦朴素的光辉事迹，更是彪炳千秋。中华民族正是具有这种精神，才能生生不熄、不断繁衍、兴旺发达。勤俭节约还是我们国家的建国方针，建国初期，毛泽东主席曾说要使我们国家富强起来，需要几十年艰苦奋斗的时间，其中包括执行厉行节约，反对浪费这样一个勤俭建国的方针。正是这一方针，才使我们年轻的共和国医治了几十年战争的创伤，甩掉一穷二白的帽子，屹立于世界民族之林。

我们知道，改革开放后，国家的经济在不断提高，但是，我国尚未达到中等发达国家的水平，还有相当一部分地区是比较贫穷落后的。在城市里，还有许多下岗工人靠社会救济金生活，在农村，还有许多孩子因交不起学费而失学。在西部山区，还有许多人为解决温饱问题而奔波。我们国家还没有富裕到可以比阔斗富的时候，勤俭节约的美德不能丢。

但是近几年来，随着经济的发展，人们生活水平的提高，有些人出现一种比阔斗富的不良现象，把勤俭的美德当作过时的观念加以否定，以致出现以铺张浪费为荣，艰苦朴素为耻的歪理。浪费的现象，在我们的学校里也屡见不鲜，例如：水龙头中的长流水，教室、办公室中人去灯不熄，教室外的垃圾桶里还可以用的书包、文具、还没有吃或者没有吃完的水果、点心、牛奶，食堂里每顿倒掉的剩菜剩饭等等。勤俭节约真是一种过时的观念而应该丢弃吗?答案是否定的。

勤俭是建立在勤与俭的结合上。只有勤奋才能创造劳动成果，只有节约才能珍惜劳动成果，两者相加，劳动者创造的成果才会越累越多，社会才能发展进步。反之，则是社会衰败，文明倒退。历览前贤国与家，成由勤俭败由奢。历多少人，贫困时勤俭节约，奋发有为，终于成就大事，又有多少人富贵时骄奢淫逸、声色犬马，使千万家财、百年基业毁于一旦。历史教训告诉我们，即使国家足够发达了，我们的生活真正富足了，勤俭节约的美德也不能丢。

在当今社会经济条件下讲勤俭，其意义已经不止是物质上的克勤克俭，而更多体现为一种高尚品格，一种可贵的精神，体现为奋发进取，积极向上的精神状态，作为一种民族精神，勤俭节约美德更不能丢。让我们大家共同努力，千万不要让有限的水电资源像我们有限的时间那样匆匆的流逝，永远无法追回!

谢谢大家!

**有关厉行节约杜绝浪费汇总六**

教学目标：

1、通过这次班会，让学生知道勤俭节约是中华民族的传统美德，在学习中增强爱惜粮食、节约粮食意识。

2、培养学生物尽其用，不浪费粮食，爱惜粮食，节约粮食的好品质。

教材分析

重点：通过这次班会，让学生反思自己对待粮食的态度，从中培养“节约粮食，从我做起”的情操。

难点：培养爱惜粮食，珍惜劳动成果的好习惯。

教学过程：

老师：同学们，你们是民族的希望，是祖国的春天，自强自立，奋勇向前是你们前进的方向。但在我们的校园里，在我们的身边却滋生出一种阻碍我们前进的不良现象，请看图片：(课件出示学生浪费食物的图片)

老师：这种浪费现象就发生在我们身边，同学们的身上，甚至整个社会浪费粮食的现象都很严重。看到这被遗弃的盘中餐，你们想说些什么?

学生谈体会。

主持人：勤俭节约是我们中华民族的传统美德，虽然我们现在生活好了，但仍然不能丢掉这种美德。我们是幸福的一代，没有经历过那饥肠辘辘的年代，也没有真切的体味过从播种到收获的艰辛，让我们一起来看看农民伯伯是怎样在田里劳作的吧。

播放课件：课件内容(农民伯伯春播、选种、浸种、耙地、保水、施肥、除草……烈日炎炎，汗水浸湿了衣背，太阳晒黑了皮肤，他们全然不顾，依然劳作不已。)

主持人：看到了农民伯伯辛勤劳作你们想说些什么呢?

主持人：大家说得真好，每一粒粮食都来之不易，真可谓是“粒粒皆辛苦”呀。浪费一粒米，扔掉一个馒头，实际上就是丢弃了中华民族勤俭节约的传统美德。在历史上有很多德高望众的人，时刻用自己的言行告诫我们要爱惜粮食。现在，有请同学为大家讲一讲伟大领袖毛主席勤俭节约的事例，让我们在聆听中互勉互励吧。

学生讲毛泽东勤俭节约的事例：

毛泽东一生粗茶淡饭，睡硬板床，穿粗布衣，生活极为简朴，一件睡衣竟然补了73次、穿了20年。经济困难时期，他自己主动减薪、降低生活标准，不吃鱼肉、水果。伟人在勤俭节约方面为国人做出了表率。

毛泽东的女儿有一次上学吃窝窝头时，只把里面的枣掏出来吃，其余的都扔掉。老师把这件事告诉了毛主席，毛泽东严厉地批评了他的女儿。从此，毛泽东的女儿再也不浪费食物了。

主持人：毛主席勤俭节约的言行，让我们受益匪浅。现在大家的生活水平提高了，浪费粮食的现象在我们身边也越来越多。

主持人：这几位同学的表演很精彩，也让我们受到了要爱惜粮食的教育。我想采访一下我们班上的同学，你们以前有没有浪费过粮食呢?以后会怎么做?

通过刚才的采访，我知道我们班上的同学以前也有浪费粮食的不良行为，不过大家都表示以后改正，我听了很高兴!现在，大家一起来齐读几句关于勤俭节约的名言来警戒自己吧。

(课件出示：一粥一饭，当思来处不易;半丝半缕，恒念物力维艰。—朱伯儒

静以修身，俭以养德。—诸葛亮每一食，便念稼樯之艰难;每一衣，则思纺绩之辛苦。—吴兢)

老师：同学们，老师现在很高兴，因为我们师生共同经历了一次成功的教育，同学们在愉悦的氛围中，真正体会了“粮食的来之不易”懂得了“爱惜粮食”的意义，更学会了如何去节约粮食。相信每位同学都有所收获，有所感悟。同学们，请珍惜粮食吧!从我做起，从今天做起，爱惜粮食，节约粮食，做一名爱惜粮食的小卫士!

厉行节约反对铺张浪费主题班会活动方案2

 学情分析：饭后，在某校食堂的饭桌上、垃圾桶里，白花花的米饭、大堆大堆的剩菜随处可见。学生挑食剩下的尽是肉片，甚至整块红烧肉只咬了一小口就被扔了，鱼也只吃了半条就被“无情抛弃”。几乎每顿饭后，就餐的学生们都能“制造”出几大桶剩菜剩饭。针对生活中的铺张浪费，开展本次班会活动，使学生懂得勤俭节约的重要性，懂得勤俭节约要从平时的一点一滴做起，从小养成勤俭节约的好习惯。

教学目标:1、通过这次班会活动，使学生意识到身边浪费的严重性。

2、使学生从小养成勤俭节约的好习惯。

3、号召全体学生参与到建设“节约型校园”的活动来。

教学重点、难点：1、感受勤俭节约的意义。

2、学习勤俭节约的具体做法。

课前准备：1、查找有关国内外的名人勤俭节约的事例。

2、让学生回忆身边的浪费现象及思考可行的改进措施。

**有关厉行节约杜绝浪费汇总七**

关于进一步加强日常节约的通知

各管区、科室：

为进一步推进低碳节能工作，弘扬厉行节约风气，避免无谓浪费，建设环保节约型机关，经研究，现将加强节约工作通知如下：

1.强化用电节约。工作时间尽量采用自然光照明，不开“白昼灯”，杜绝“无人灯”、“长明灯”，养成人走关灯的良好习惯;办公区域夏季空调温度设置不低于26摄氏度，冬季空调温度设置不高于20摄氏度，工作时间提倡每天少开一小时空调;下班后，各单位要及时关闭所有用电设备，减少空调、电脑、复印机等耗能设备的待机能耗。

2.强化用水节约。养成良好的节约用水的行为，清洗拖把、抹布等做到不用大流量水;爱护用水设备和设施，对跑、冒、滴、漏等现象要及时采取有效措施，防止长流水现象，确实无法处理的，要及时通知办公室，以便派人修理。

3.强化办公用品节约。充分利用街道电子办公系统，推行无纸化办公，文件材料打印前应认真校对，核对无误后印刷，减少纸张浪费，坚持双面打印，减少纸张消耗;严格执行办公用品配备、领用制度，减少一次性办公用品的使用，促进办公用品的高效利用和循环利用;切实做好办公用品的防火、防盗、防虫、防潮工作，照相机等贵重设备要由专人保管，科学合理使用办公设备，及时做好维护保养工作，延长使用寿命。

4.强化节约意识。严格遵守车辆使用管理规定，严禁公车私用，科学合理驾驶，努力降低油耗;有效控制办公电话费用，禁止上班时间电话聊天，禁止拨打与工作无关的电话;公务接待严格执行用餐标准和陪餐人数，机关工作人员就餐时要按需取饭，不剩饭菜，节约粮食，严禁食物外带。

20xx年1月5日

**有关厉行节约杜绝浪费汇总八**

亲爱的同学们：

大家好!

节俭是一种美德，节俭是一种智慧，节俭是我们的行动，也是我们的习惯!随着眼下倡导将盘中餐吃光、喝净、带走的“光盘行动”的深入开展，作为xx大学的学子，每一天应对食堂很多饭菜浪费等不良现象，我们应自觉的在学校内开展此项行动，并号召身边的人礼貌就餐，加入到“光盘行动”中来。

在此，我们向全校同学发出倡议：

1、树立“光盘”观念，引领惜食之风。谁知盘中餐，粒粒皆辛苦。尊重农民伯伯的劳动，尊重食堂师傅的劳动，珍惜每一粒米，每一份菜。以节俭为荣，以浪费为耻。

2、践行“光盘”行动，传承节俭美德。就餐时按需点餐，做到适度适量，吃饱为好。不偏食，不挑食，养成健康合理的就餐方式。厉行勤俭节俭，反对铺张浪费。

3、传递“光盘”理念，共建礼貌交大。同学们既要做“光盘行动”的实践者，也要做“光盘行动”的推动者。让更多的人了解“光盘行动”，参与“光盘行动”。一个人的节俭是一点，一群人的节俭是一片。我们不能忘记世上仍有很多人在饥饿的边缘徘徊，我们稍微的努力也许就能够拯救一个挨饿的人。

同学们，一粥一饭当思来之不易，半丝半缕恒念物力维艰。勤俭不是吃苦，而是对有限资源的珍视。让我们从今日开始：不剩饭，不浪费，吃多少，要多少，争做“光盘族”，一齐对浪费说“不”!

倡议人：xx

20\_年月日

本DOCX文档由 www.zciku.com/中词库网 生成，海量范文文档任你选，，为你的工作锦上添花,祝你一臂之力！