# 假期志愿者实践感触与收获 假期志愿者感悟(八篇)

来源：网络 作者：悠然自得 更新时间：2024-12-15

*假期志愿者实践感触与收获 假期志愿者感悟一在距离20xx年杭州g20峰会还有大约60天的日子里，由浙江工商大学金融学院社联、班联、保险学会、阳光心协四大组织强强联手组成的“从心出发——护航g20，我们在行动”暑期社会实践团队在杭州市内围绕“...*

**假期志愿者实践感触与收获 假期志愿者感悟一**

在距离20xx年杭州g20峰会还有大约60天的日子里，由浙江工商大学金融学院社联、班联、保险学会、阳光心协四大组织强强联手组成的“从心出发——护航g20，我们在行动”暑期社会实践团队在杭州市内围绕“护航g20”开展了一系列精彩纷呈的活动。

服务g20——公益献爱心，警民共建

7月1日至8日，我们以大学生义警志愿者的身份参加了由下沙经济开发区公安分局、下沙经济开发区社发局、杭州滴水公益服务中心、美国加博少年英语下沙分校联合举办的为期八天的暑期少年夏令营活动。

g20临近，杭州民警将全心全意助力g20，而举办本次夏令营的目的就是解决公安系统职工家属的后顾之忧，陪伴民警子女健康成长。在夏令营中，志愿者们担任班主任帮管的角色，当上课纪律出现问题时，当小朋友们对外教的问题还存在疑惑时，志愿者们都会主动给予孩子们帮助。另外，在夏令营期间，志愿者们还教孩子们熟读国学弟子规、了解数独/心算、模拟英语情景剧、学习优雅礼仪等。

本次夏令营旨在彰显大学生青年正能量公益精神，传递强烈的社会责任感，表达互助互爱的传统美德。涓滴之水成海洋，颗颗爱心变希望!作为大学生志愿者，我们愿用真诚的微笑和细致的服务，为本次夏令营活动添砖加瓦，并且以一颗真挚的心，将“奉献、友爱、互助、进步”的志愿者精神传承下去。

解读g20——交谈见真知，志愿访谈

7月2日下午，我们派出两组同学就g20志愿者选拔和培训问题分别采访了本次g20的三位志愿者。g20志愿者是经过三轮严苛的面试从百万名报名者中选拔出来的佼佼者，作为一名大学生，如果能够有幸担任g20峰会的志愿者，在阅历上将会是受益匪浅的一回。而我们虽无法体验一把g20志愿者的乐趣，但能零距离接触g20志愿者也是我们进一步了解g20的机会。

三位志愿者选择做一名g20志愿者的共同原因是借此机会了解g20。g20峰会是中国的一次难得的机遇，也是向世界展示杭州的好机会，对于在杭州上大学的他们来说，更是一次难能可贵的接触世界的机会。在交谈中，我们了解到政府非常重视g20志愿者的培训。作为一名g20志愿者，不仅要求了解中国、了解杭州，更需要完美的处事能力，严密的逻辑思维，以及恰当的服务礼仪。

最后，志愿者们也用切身经历告诉我们：志愿不分大小，也没有重要不重要之分。g20志愿者应该积极尝试，平时小型的志愿活动也应该积极参与，衷心希望越来越多的人积极投身于志愿活动，为社会奉献出自己的力量与激情。

感受g20——民意显社情，问卷调查

7月4日上午，g20问卷调查活动正式开始。活动共分五组进行，分别前往下沙校区、西湖景区、银泰、奥体中心和市民中心。本次问卷的调查对象是杭州市民，调查内容是杭州市民对g20的看法以及g20对杭州市民生活的影响。

在说明来意之后，当地市民大都非常积极地配合我们的活动。在填写问卷的同时，我们也和填写者交流了关于g20的看法。大多数填写者表示，在这几个月中，杭州的交通状况有很大的改善，公共设施也更加完善了，他们对于这期间杭州的改变普遍感到满意。同时，通过对各阶层市民的调查，我们也发现市民们对于与g20相关的事件都比较关注，也都非常期待g20的到来。他们还表达了对g20的祝福，希望g20能够顺利圆满地举行。

g20在杭举办，这是一个向所有人展示杭州、展示国家的机会，每一方面都不容有马虎。作为大学生，我们不仅仅是在心中祝福g20能够顺利召开，我们更愿意从心出发，尽我们的绵薄之力用行动去护航g20。

护航g20——民警在行动，民警访谈

7月5日上午10:00，我们有幸邀请到下沙分区公安分局的徐磊警官同我们进行了一次简短的采访。本次访谈的主要内容是g20对市民生活和民警工作的影响以及g20期间大学生需要注意的问题。

采访中，徐警官与我们交流了许多g20期间杭州在治安方面发生的变化：排查力度的加大，监管机制的加强，快递安检的加严……g20期间，杭州的安保力度达到了前所未有的强度，公安部门正全方面保卫着杭城的安全。除此之外，徐警官更是特别提到了在杭大学生在g20期间应该注意的安全问题。在g20期间，公安部门对流动人口、涉恐事件的排查会加大，因此，为了保障大学生的安全，各高校大学生外住需办证登记。

杭州的公安部门为确保g20的顺利举办正竭力保卫杭城安全，这必将对市民生活产生影响。g20是对中国的一次考验，更是对杭州的一次考验。作为在杭大学生，我们应该积极配合有关部门的工作，为g20的成功举办做出点滴努力。

宣传g20——做好东道主，社区宣传

g20峰会将在杭州召开，这是杭州走向世界，让全世界的人们认识杭州的一次机会。因此做好g20的宣传显得尤为重要。于是，在7月6日上午，我们集结校门，共同前往伊萨克社区进行g20宣传活动。社区服务中心的联系负责人热情地接待了我们，并协助我们做了宣传前的相关准备。

在明确分工之后，一部分同学带上宣传册以及问卷去社区的各个地方向居民宣传，剩下的同学留在宣传点为上前询问的居民解释我们的活动意图并宣传g20的相关信息。居民们都很热情，对我们的活动很好奇，对我们的宣传册也很感兴趣。社区的一些老人不识字，但还是热心的要帮我们做问卷。对于g20峰会，居民们都有着身为东道主的一份骄傲。

此次的宣传非常成功，我们以己之力为宣传g20献出了一份力。此后，我们应该用实际行动把文明优雅的杭州形象呈现在全世界朋友的面前，为杭州的文明建设贡献自己的力量，为美丽的杭州增添光彩!

低碳g20——骑行钱塘江，你我同行

近年来，g20一直在全球能源领域发挥着重要作用。前不久，二十国集团(g20)能源部长会议在北京闭幕，在“构建低碳、智能、共享的能源未来”主题下，会议指出，能源问题是本次峰会的重要议题之一。在g20来临之际，全世界都期待着“g20蓝”。改变，从微小的行动开始。低碳出行，就是我们行动的开始。

7月6日傍晚，骑行队员在集合后一同前往钱塘江畔，进行低碳骑行活动，以此向人们宣传g20相关信息，倡导人们低碳出行，为g20营造良好的氛围。

迎着日暮，队员们在钱塘江畔你追我赶，嬉笑打闹，尽享骑行带来的乐趣。一路上有同样骑行的市民，也有散步的一家子，而身着黄色队服的我们成了江畔一道亮丽的风景线。到了终点，我们喊着“从心出发——护航g20，我们在行动”的口号，为此次g20录制了一小段祝福视频，希望在我们的祝福下，杭州g20峰会圆满成功。

到此为止，“从心出发——护航g20，我们在行动”暑期社会实践活动已经圆满结束，但是“护航g20”的行动还远远没有停止。曾说：“杭州是历史文化名城，也是创新活力之城，相信20xx年峰会将给大家呈现一种历史和现实交汇的独特韵味。” 作为主导全球经济风向的首脑级峰会，20xx年的g20峰会对于杭州，既是荣耀，亦代表着未来。杭州峰会的画卷正徐徐展开，让我们相约九月，共同期待!

**假期志愿者实践感触与收获 假期志愿者感悟二**

新冠肺炎疫情发生以后，山阴县干部群众团结一心，齐心战“疫”。在街道、广场、社区等防控一线，众多的新时代社会实践志愿者们，他们以学习雷锋为榜样，用自己的实际行动书写着新时代奉献的篇章，成为山阴县疫情防控的重要力量。

在山阴政府广场，活跃着一群新时代社会实践青年志愿者，疫情发生以后，他们主动报名，加入到疫情防控中。志愿者们提醒着过往行人，现在还是疫情防控二级响应，要按照防控要求，注意个人防护。

山阴县新时代社会实践志愿者刘泽峰：我们主要是劝阻行人，佩戴好口罩。这几天天气好了，很多家长带着小孩子进到政府广场里边玩耍。我们会进行劝返，尽快回家，因为当前的疫情还没有解除。

为奋力谱写\_山阴篇章凝聚强大的精神力量，推动山阴创新实施“2361”工作思路，建设群众身边的志愿队伍，开展群众喜闻乐见的文明实践活动，山阴县挂牌成立了新时代文明实践中心，把服务群众同教育引导群众结合起来，把满足需求同提高素养结合起来，由中心统一设计制作发放志愿者服装。新时代社会实践志愿者们也用实际行动，来表达了对家乡的热爱和关切，也诠释着当代青年们的责任与担当。

山阴县新时代社会实践志愿者卢泽云：参加这次活动，我感受到的是荣幸、责任与担当。很荣幸能够获得这次机会，成为青年志愿者，为家乡的防疫行动做出自己应有的贡献。

志愿者中，有群众，有党员，他们活跃在街道、社区、乡村。据了解，疫情防控期间，山阴县共有1125名新时代社会实践志愿者参加防控，其中党员志愿者900人，群众志愿者225人。山阴到还力争到20\_\_年底，使各类志愿服务组织达到200个，注册志愿者超过1万人，进一步扩大全县新时代文明实践活动的影响力，营造全民参与新时代文明实践活动的良好氛围。

**假期志愿者实践感触与收获 假期志愿者感悟三**

7月，我加入大学生志愿支援西部的行列之中，服从组织安排并被分配到中共格尔木市委党校服务，服务以来，我积极主动参加团市委和服务单位组织的各种志愿活动，其中包括为白血病患者募捐、“三下乡”宣讲、合唱团、足球友谊赛、长江源民族(藏族)小学普法宣讲、科技下乡宣传、地震宣传、文明交通行、艾滋病宣传、“献爱心、送温暖”捐款捐物等。在单位工作繁忙时期，能够良好地协调所在单位和团市委的各项工作与活动，以认真负责的态度做好各项工作，并及时向相关领导汇报，为团委和志愿者队伍树立了良好的形象。

上半年我担任了中共格尔木市委党校20xx级函授本科班的《英语》和20xx级函授大专班的《贸易经济教程》授课工作;期间，认真备课，精心制作课件，积极主动、保质保量地完成了授课任务，并做好课堂管理工作，认真做好所讲课目的作业批改工作。期末考试学员也取得了理想的成绩，我也因此得到了单位领导的认可和学员的好评。

我根据自已的专业及所学知识，主动承担了中共格尔木市委党校的网络和电脑维护工作以及文件打印工作。秉承着认真、负责的态度，积极主动地完成了领导交派的任务，充分体现了大学生西部志愿者的能力和素质，发挥了志愿者的积极能动性，绝不给项目办和志愿者抹黑。

积极主动参加教研室组织的教师备课研讨会，培训和函授教学期间，积极、主动地与电教处老师协调负责多媒体的维护与调试，确保多媒体教室的授课工作能够顺利的开展。会议期间，协调配合茶水供应及其它相关工作。

平时，我与其他大学生志愿者保持良好友善的交流，互相帮助，共同进步;我积极地团结其他少数民族，尊重少数民族的风俗习惯，友爱互助，和睦相处，体现了大学生志愿者队伍的凝聚力。我们每个人也许都是孤单的，但却不会感到孤独，所有大学生志愿者肩并肩、手挽着手努力向前，向着我们心中的圣殿前进。

记得刚来格尔木时，有些高原反应，高原气候的严重缺氧，自然环境的恶劣，气候干燥，人口稀少等。我徘徊过，但却不曾退缩，因为这是我的选择，我坚守我的信念。慢慢的我适应了，也逐渐喜欢上了西部，接受了西部的各个方面，以前那种厌恶的情绪也消之殆尽。

光阴似箭催人老，日月如梭趱少年。转眼间，来西部服务已经快一年的光景了，这使我更加明确努力的方向，坚定了服务的信心和决心，懂得了人生的目的和意义。我爱这片热土，我愿意留在西部，在西部生活，为西部的建设和发展贡献自己的热和光，也希望西部能够接纳我，提供一个施展的平台。为明天努力，扎西德勒。

志愿西部，是我无悔的选择。

夜，静了，这样的深夜，很静，很静，静到只能听到自己沙沙的写字声。我守着烧水的炉子，喝着家乡的茶，静静享受独处的宁静，继续着我要写的日记。望望窗外，深夜的黑暗袭上心来，我发觉自己内心深处的改变，对家乡对亲人的思念，似乎感觉到了些许的孤独。

我推开了窗，站在窗边，抬头仰望天空，在这静谧的夜里，湛蓝的天空就像平静的海面，星星在那里快活的徜徉，把点点滴滴的光融成淡淡的亮，那么的惹人臆想。

孤独的感觉是那么平淡，也许，是因为盼望着天上闪烁的星星可以知晓我的心。这些年一路走来，自己的中学是玩玩就过去了;在大学虽然有一定的经历，风吹雨打，但时间还是忽悠忽悠一晃而过了;尽管学有所长，自以为有所成熟了，学到了很多东西，如今踏入社会这个大染缸，才发现自己其实学的很少，会做的也还很少，没有什么经验，回过头望望学校，知道自己还需要多学点本领，才能更好的实现自己想做的事。

从20xx年7月底到现在，在这段宁夏的志愿服务生活里，既充满着青春的激情也有着遗憾。在大学一年级的暑期，看到了师大西部爱心联盟的甘肃漳县的公益纪录片，很感动，也就是20xx年的时候，自己对公益的感受触动很大。当我选择作为一名大学生志愿者来西部服务的时候，目的也就很单纯了，就是想当一名普通的支教志愿者，就是想尽自己最大能力更好地帮助当地的一些需要帮助的学生(不只是贫困学生)，只是后来，情况在慢慢的改变，自己支教的梦想，不知道何时才可以实现了。

有一段时间，总有一些人问我，你为什么来西部?当志愿者每个月拿多少工资?甚至有的朋友误会我可以拿双份工资或者觉得我们作为志愿者来西部肯定是为了优厚的待遇才会来。也许是因为他们还不是很了解大学生志愿者志愿服务西部计划的政策吧!我们刚毕业经济还不能完全独立，其实志愿服务是自愿的，当青年志愿者是没有工资的，因为我们作为国家招募的青年志愿者，为了能保障我们在西部志愿服务的日常生活，国家在财政上每个月给我们安排了600块生活补助，虽然从20xx年至今物价一路上涨，但身份与情况的不同，我们只能是由自己克服一定的经济困难了。

也有的人会问我，你不觉得后悔吗?你觉得你这样做有意义吗?了解我的朋友也问过我你放弃了在福建的工作，来宁夏，难道就真的那么好吗?呵呵，我说过我不后悔的，哪怕时光倒流，再来一次选择，我一样会选择西部计划，选择追求公益这条道路。既然我选择了一条已经合法而自己觉得可以走的路，虽然有困难，虽然有点弯路，但只要合法，自己也觉得对，就应该坚定不移的走下去，人生总会遇到不同的情况，路总是会高低起伏不定，所谓的柳暗花明又一村了。

来到西部宁夏这片热土，不知道是我们这一批人从局部上改变西部，还是西部改变了我们，众说纷纭吧，身边的朋友倒是大多认可后者--西部改变了我们，或者说我们正在被西部改变，而我们只能在某个局部为西部的发展付出自己所能付出的所有。因此，想起最近看的一本书，不知道是哪位名人说的一句话：有些事情(道理)是需要付出一定代价和时间才能明白的。

在宁夏的时候，身临其境，遇到一些事，有时候会有自己的看法和想法，只是有时只能在心里面自己对自己说了。每当夜幕降临，忙碌一天的我总会有点累，有时候也会因为一些事情不开心，心情失落，但因为心中有了梦想，有了公益，身边有了一群热心公益的朋友，才使自己的心态不至于太压抑，相反，从他们积极的人生观中学到了一些为人处世的道理。如今，想着曾经的生活曾经的话，感觉是什么样的环境决定什么样的心情，当时是那么想，现在，也许会比当时想得开一点了。当我在宁夏经历了一些事情以后，学习了很多，感动了很多，被教育了很多，在认识上，比学生时代进步了，也是不知何时，开始有了攒钱买部dv机的想法，打算走遍宁夏，把真实的宁夏拍下来，把一些感动我们教育我们的真实画面拍下来，让自己能在内心深处保留一些最真实的感动，希望这个想法可以尽早的实现了。

经历多了，看得多了，听得多了，尤其是关于怎么看待大学生志愿服务西部计划这件事情上，不同的人有不同的看法。我觉得它是一个很好的服务项目，为想到西部志愿服务、奉献公益的人创造了不少有利的条件，还制定且不断完善相关的政策保障我们志愿者的生活、服务工作的正常开展。参加这个西部计划，虽然所做的真的只是社会上很多人正在做或者已经做过的一些平常而平凡的事情，可是得到的却是社会上很多人都没机会得到的人生体验。其实，我知道在这个社会上，有很多人包括应届的毕业生，都有想过到西部工作或是参加青年志愿者服务、做公益事业的，我相信，他们的收获也会很大，只是大部分都是在精神上收获的，比如是对人生的看法、对生活的感悟等等，不能在物质上收获太多。

当然，亲爱的朋友们，请别跟我争论在福建或者是其他发达城市找到一份好的工作年薪可以有多少多少万的钱途事情。我知道在你们当中，有刚毕业就月薪几千的白领，有的已经考上了公务员，……，都能在事业上有了好的职业前景。只是凡事不能只往钱看啊!有些东西是用多少钱都买不到的，例如一些思想，一些友谊，一些亲身经历所获得精神的满足等等。有些人开着名车，住着别墅，你跟他说资助一个学生一年只要几百，他都会觉得烦，然，这个社会仍然会有很多爱心人士，他们其中有很多人是会在精神上支持你的，甚至会用行动来表示无私的付出，去帮助弱势群体，资助学生重返校园，考上中专甚至大学，学生改变了命运，也就改变了一个家庭的前程，所以，做公益，尽力而为，坚持，也就是了。

不管如何，我庆幸自己有机会参加了大学生志愿服务西部计划，从一开始就没有多想，很高兴自己本着公益的目的走到今日，能吃苦，敢吃苦，是人生最大的能力之一，吃过苦，是人生最大的财富之一。

我是来自广东华南师范大学应用心理学专业在读研究生，目前参加20xx年西部计划抗震救灾专项行动，作为志愿者在震中汶川县映秀镇服务。

20xx年5月12日，在我国美丽的四川汶川，发生了里氏8级的强地震。党和政府积极组织动员，尽全力抢救伤员。灾区的情况同样牵动了我们年轻的心。地震发生后，我就一直期望着自己能够做些什么，从查找相关资料，了解灾区情况，到参加各种培训到组织同门间关于心理援助的讨论和学习，我希望自己所学习的东西能够帮助灾区人民。

5月28日我还参加了学校的心理援助队，在踏上四川的土地时，我就难以平静。面对着断壁残垣的废墟、面对着痛失家园和亲人的群众，我想为灾区人民做些什么的愿望更加迫切了。回来之后，面对着这个服务一年的志愿服务行动的通知，我终于难以抑制那种潜藏于心的感动，我很快明白自己要去做自己应该做的事，履行自己应该履行的责任。在从团广东省委出得知团中央组织西部计划志愿者参与抗震救灾专项行动的后，我的情绪就沸腾了起来。我是一名学生党员，党员就是要在关键的时刻挺身而出。所以我毅然决然的报了名。

在出发前，我想了很多，考虑了很多，也有面对了很多人的不理解和疑问。在此之前，我的研究生导师也非常理解和支持我的选择，同意我休学一年去参加西部计划，到四川为灾区人民服务。但是他也十分为我担心，担心我到了灾区后无法去从事相关专业工作，会把学业落下。说实话，那段时间我也曾犹豫，也曾担忧，但是有一个信念一直在支撑着我，那就是作为80后的年轻一代、作为沐浴在改革开放春风中成长起来的一代，在国家和民族危难之际，我们一定要勇于担当。

带着朋友的祝福、家人的牵挂和老师的期望，我开始了在灾区的志愿服务征程。7月13日当我作为广东青年志愿者再次踏上这块土地的时候，心中涌起一种震颤，一种激动，我已难以描述那是什么感觉，缘何而起。同学的一句“回家了”仿佛让凝聚着的那份感觉在那一刻完全宣泄。因为我选择了义无返顾，选择了坚持。

到达灾区后，我先被派到了县抗震救灾前线指挥部，后来又被调去还映秀镇党政办公室和团委工作。映秀镇的“百废待兴”带来的是工作的繁重性和特殊性，但我更清楚这是一种挑战，但是我没有因为选择了在最艰苦的震中所在地映秀工作而后悔。从抗震救灾指挥部到映秀镇政府党政办公室，工作岗位在变化，工作环境在变化，工作对象在变化，但我相信不变的依旧是那份热情，那种坚持。从文秘到打字员，从接线员到维修工，从清洁工到搬运工，我扮演着不同的角色，体会着不同岗位的感受，学习着不同的经验和知识，我突然间明白自己需要的是什么，自己感动的是什么，因为太多的人让我成长，太多的事让我坚毅，太多的感受让我坚持。

在做好本职工作的同时，我也努力在寻找机会去发挥专业优势，因为我明白震后的人们有的比较脆弱，有的比较激动，而我只想尽一份力去让他们知道我愿意去理解他们，愿意去帮助他们。为了实现这个目标，我主动承担了映秀小学心灵驿站的工作。从工作人员的选择到设备的调试，从工作计划的制定到工作制度的完善，从儿童心理抚慰公开课到团体辅导，每一项工作都凝聚着责任和热情，因为我明白这是大事，因为我知道自己面对的是100多个经历了地震的孩子，因为我知道任何失误都会给孩子带来再次的伤害。当我接待一个个孩子，听着他们诉说着经历的时候，我痛心于他们经历的灾难，也欣慰于他们的乐观坚强;当我带着孩子们在玩游戏的时候，从他们的脸上看到了喜悦和开心，仿佛淡去了许多地震的阴影。孩子们以属于他们的方式在向我们展示自己的活力，仿佛在说“我们也可以坚强的!”这种孩子们的语言和行动鼓舞了很多人，让我也禁不住地流泪。

任何的成绩都是来源了强大的支持。从队员的第一次见面到广东省团委领导的机场送别，我分明感受到身后的强大动力，“我们是你们永远的大后方”一种激励，一种支持，更是一种责任，让我们始终铭记我们共同的名字“广东省青年志愿者”;从与县团委领导的见面会到走进映秀，从我们的衣食住行到中秋聚会，我们感受到的是广东的深深惦记和汶川的真挚热情，常常让身处异地他乡的我备感温暖;从中秋月饼到御寒衣物，仿佛都凝聚着远方“亲人”的祝福和激励，祝福我们平安健康，激励我们无私奉献。

感动中同样带着痛苦和无助。没有假期的生活让我始终没有办法放松自己去思考;工作的不足和失误常常会让我愧疚;面对一些村民的痛哭流涕我却觉得很无助;有时候突然发现生活的无意义让我觉得很苦恼;……如此种种，并没有成为工作的阻碍，因为我明白自己需要的是什么，自己为什么来这里。

“烦但不闲着，痛并快乐着”这是生活的写照，更是一种激励，因为工作还在继续，感动不断，激励不断，成长不断。

**假期志愿者实践感触与收获 假期志愿者感悟四**

我是一名青年志愿者，我时时刻刻为我是青年志愿团中的一员而自豪。

雷锋，一个名字，更是一种精神。他的行为让我们无时无刻都在缅怀他，他的奉献更让我们无时无刻都在学习他。也许有些人认为雷锋精神已经过时，但绝大多数认为雷锋精神是永恒的，是新时代不朽的精神财富。

每一年的学雷锋活动都会使我们对“雷锋精神”有新一层的认识，今年也不例外。他说的每一句话做的每件事都被我们记住，因为那是每一个中国人的实践准则，使每一个中国人所崇尚的。

学雷锋关键是抓住实质，雷锋精神的实质是热爱祖国，处处把国家和人民利益放在第一位，为实现共产主义而奋斗的献身精神;是只讲奉献，不求索取，全心全意为人民服务的奉献精神;是服从大局，不记个人名利得失，“干一行、爱一行、专一行、精一行”，在平凡工作岗位上作一颗永不生锈的螺丝钉的“钉子”精神。

雷锋精神是我们人生的重要精神支柱，任何时代的人们都离不开的。

今年3月5日，我们在校园中举办了一次签名活动，这天，作为求是青年志愿者中的一员，一下课，大家就轮换地站在横幅前，将这一次活动的意义告知更多的同学。同学们签名都很积极。响应学院团委“弘扬雷锋精神，争做青年志愿者”号召，3月10日下午，延边大学06级思想政治教育班团支部组织了“学雷锋——走进敬老院”的活动。这天天气很好，我班学雷锋活动小组第一组的十一名男同学在班长的带领下，满怀激动的心情来到敬老院。一幕幕感人的场面绽放眼前：有的拿扫帚打扫院子，有的抄铁锨清理杂草，但主要还是为敬老院扫除残雪。而第二组20名女同学在团支书的带领下细心的帮助老人打扫房间拖地，有陪伴老人聊天,还分头擦起了窗玻璃和楼梯扶手、栏杆，连墙壁上的浮尘、蜘蛛网都一丝不苟的一一清理干净，给老人们营造了温馨、舒适的环境……在与老人拉家常的过程中，同学们活泼天真、谈笑风生、嘘寒问暖，都流露出对老人的敬意，使孤寡老人感受到了浓浓的真情。此次敬老院之行，以与老人们依依惜别的一张合照精彩落幕。活动充分传播了学生的尊老思想，宣传了社会的敬老风尚，渗透了国家的爱老美德。

也许有些人认为雷锋精神已经过时，但绝大多数认为雷锋精神是永恒的，是新时代不朽的精神财富。

雷锋生前说过：“人的生命是有限的，可是，为人民服务是无限的，我要把有限的生命，投入到无限的为人民服务之中去”、“我觉得一个革命者就应该把革命利益放在第一位，为党的事业贡献出自己的一切，这才是最幸福的”。多么伟大的情操啊!雷锋精神概括地说就是中华民族传统美德与英雄主义、社会文明的结合。雷锋精神反映的是人民的精神追求，代表了社会发展进步的方向，具有永恒的价值，体现了中华民族的优秀民族精神。雷锋的一言一行，一举一动，所表现的出的是一个革命战士、共产党人为实现共产主义伟大理想奋斗的精神。然而，在当今社会中，“学习雷锋好榜样，忠于革命忠于党，全心全意为人民……”这些荡气回肠的歌曲，不知从什么时候起，已逐渐消失了。新时代的我们如何去弘扬和培育优秀的民族传统并赋予新的时代内涵呢?随着社会的发展，中国加入wto、全球化脚步的加快，我们更应该捡起这些不该丢的宝贵财富…。

雷锋这个熟悉的名字，在我们心中闪烁着不灭的光辉。他把自己旺盛的青春全部献给了党，献给了人民，他高尚的理想、信念、道德和情操，必将不断的发扬光大。他那不可磨灭的光辉形象，将永远活在我们的心中。虽然在我们的生活和工作中没有轰轰烈烈的壮举，没有明星般耀眼的光芒，但我们要用真诚和热心，用雷锋精神来定位自己的人生坐标。

我们更不能忘了他的螺丝钉精神，还记得那句话：“如果你是一滴水，你是否滋润了一寸土地?如果你是一线阳光，你是否照亮了那一分黑暗?如果你是一颗粮食，你是否哺育了有用的生命?如果你是一颗螺丝钉，你是否地坚守着你生活的岗位?”这是雷锋同志在日记中写到的一句话。作为在雷锋精神鼓舞下成长起来的一代人，更加感受到雷锋精神的伟大。雷锋用他暂短的一生能够激励几代人的成长，是因为他所具有的高尚品质赢得人们的爱戴和崇敬。雷锋精神集中地体现了中华民族的传统美德和伟大的民族精神，体现了共产党人的特殊品格和我们党全心全意为人民服务的根本宗旨。这就是雷锋精神的实质，这种伟大精神将永远激励我们继续向前。

我是一名中国人，老师与长辈从小就教育我要热爱祖国。在我上小学的时候，就加入了中国共产主义青年团，而后又加入了学校的青年志愿团，因为我想要为社会尽一份微薄之力。虽然每一次志愿活动都很辛苦，而且不论报酬，但是我每次都很快乐。

我相信，在内心深处他们会牢记他的名字，还会赞美并发扬雷锋精神，把两份已经融入日常的生活中。

学雷锋不仅要学其精神，并要将他的精神用以指导我们的行为实践。那些反对学习雷锋或者是对雪雷锋报以消极态度的人，大概都认为自己深的雷锋精神的精华，但是我敢说一个真正懂得雷锋精神的人对雷锋应怀有敬重之情。学习其精神不应只怀有雷锋心肠，却不做雷锋事迹，重要的是将其精神应用于实践中。

雷锋精神首先体现在对党的忠诚，作为一个共产主义者，这一点是我们应该向雷锋学习的。同时体现在对人民的热爱，一个共产主义者，如果脱离了这一点，共产主义的实质就毫无意义了。就丢失了“先天下之忧而忧，后天下之乐而乐”的品格。还有就是对自身的完善，雷锋从未浪费一点时间，总是挤时间进行学习，不断提高与完善自己，这一点是值得应用与我们的学习中去的，他不图名利，做好事不留名，也是我们应该学习的。生活中一个人不应过于计较个人得失，沉迷于功名利禄之中。

学好了雷锋精神，我们是一个一般的人，但是却是一个拥有伟大情操与品格的人，那么社会的和谐发展就有了强大的保证。

现在细细回味雷锋精神，我想到了两点:

一、他一心为公

雷锋同志敢于为集体为国家牺牲的精神让我们每个人深感佩服。雷锋不计较个人得失把个人的利益上升为国家的利益，把自己的前途和祖国紧紧联系在了一起。作为中学生，我们更要学习他这种一心为公的精神。在学习雷锋活动中，我们有了很大的收获。

二、他正义凛然

雷锋精神，是全心全意为人民服务，是敢于钻研探索，是不计较个人利益的精神。正义、勇敢、奉献、节约，他的优秀是多方面的，我们要学习他，也不仅是做一件或两件好事，而是了解其内涵，领会其精神实质后，真正的一种体现在行为行动中的精神。学雷锋活动虽让很短暂，，但是学雷锋活动远没有停止，我们会把他作为生活和学习的榜样，勇于奋斗，不停探索，积极进取。

作为一名大学生，一名共青团员，要以雷锋同志为榜样，时刻牢记党的宗旨。像雷锋同志那样，坚持理想信念不动摇，做一颗永不生锈的“螺丝钉”。切实增强责任感和使命感。用马克思列宁主义、毛泽东思想、邓小平理论和“三个代表”重要思想武装自己的头脑，不断改造自己的世界观、人生观、价值观。刻苦钻研学习知识，干一行爱一行，牢记“两个务必”，保持谦虚谨慎、不骄不躁和艰苦奋斗的作风，反对贪图享受、铺张浪费的不良风气，坚决同腐败现象作斗争，追随共产党员的先进性，充分理解党员的先锋模范作用。坚持以立党为公、执政为民，切实做到权为民所用、情为民所系、利为民所谋为思想中心，来指导自己的行为，为建设现代化的沿海港口城市做出自己的贡献。

虽然三月说是雷锋纪念月，纪念日本身就是用来纪念的，但我们的同学都真正做到了交流学雷锋的心得，缅怀雷锋事迹，寄托无限哀思。我们千万不要唯独只有此时才想起去“学雷锋”。因为学雷锋不是一个口号，而是贯穿于日常生活的点滴细微之处，而并非一定要借助于学雷锋日扎堆体现。因此，让我们把这样的传统美德当成责任和义务，融入生活中的点点滴滴!

**假期志愿者实践感触与收获 假期志愿者感悟五**

青年志愿者活动是倡导团结友爱、助人为乐、见义勇为的社会风气，是当代社会注意一项十分高尚的事业。

首先我很荣幸能成为以传递爱心、志愿服务、乐于奉献、不求回报为宗旨的这样一个团队的成员之一。

周日，我院组织了学校的一批青年志愿者到新开敬老院进行了一次志愿者活动。这次活动的目的不仅是想锻炼我们学校志愿者的实践能力，更多的是为我们社会的和谐繁荣献出一份力，提高当代大学生的素质，使得我们的大学生活变得更加的美好。

在此次活动中，志愿者们在全体干部的组织下，每一项任务都完成得非常的出色。一部分志愿者负责打扫;另一部分则帮老爷爷们洗衣服;大家一起互相协作，互相鼓励!这些都感动了不少的老人。我们虽然有点辛苦，但是大家心里都感受到了甜甜的滋味，因为我们知道他们所收获的远比他们所付出的多得多。

青年志愿者活动的开展增强了实践能力和创造能力, 实质上反映了当代青年助人为乐、甘愿奉献的时代风貌和精神风貌，志愿者发扬助人为乐的优良品质，使我校的志愿者活动走向新的辉煌。

爱心已点燃，不要再等待，在我们有限的生命里，去经历让人难忘而有意义的人生体验，在奉献中，体味快乐，收获幸福。

让我们为这一事业来奋斗吧!让我们这些新时代青年来担负一些微弱的社会责任。奉献出一点微弱的力量!

**假期志愿者实践感触与收获 假期志愿者感悟六**

g20峰会将于今年9月在杭州召开。“办好g20，志愿我先行”浙江省和杭州市“赛积分、比贡献”活动暨“讲好杭州故事”志愿服务行动今天在杭州启动。浙江、杭州团组织将动员百万志愿者投身g20峰会城市志愿服务行动。

根据峰会筹备“大比武、大评比、大考核”要求，今天启动的“赛积分，比贡献”活动，旨在全面发动共青团组织、志愿服务组织汇聚社会力量，广泛开展保障服务峰会系列活动，通过信息化科学展现服务的贡献力和效率，激发各级组织和志愿者在服务保障峰会上建功立业。

据介绍，活动将通过“志愿服务管理信息系统”对志愿服务时间、服务地点、服务对象、服务内容进行实时动态管理和数据统计，对参与活动的志愿者、志愿服务组织进行峰会贡献值排名,并在各平面媒体、新媒体上进行积分、排名公布，以在志愿服务组织、志愿者中形成比学赶超氛围。

之前，为更好地服务g20峰会，团杭州市委、市志愿者工作指导中心已启动“志愿文明”“志愿文化”“志愿国际”“志愿关爱”“志愿平安”“志愿旅游”“志愿生态”七大城市志愿服务行动，动员志愿者参与服务。

据统计，截至20xx年1月，杭州注册志愿者已超过100万人，备案登记的志愿服务组织13570个。按杭州市20xx年末常住人口901.8万人计算，全市目前每9人中就一位注册志愿者。

今天的启动仪式上，青年代表、志愿者代表同时宣誓倡议，当好东道主，用微笑、服务、礼让的精神，讲好杭州故事，展现杭州美好形象，通过晒出志愿者积分，激发大家服务保障峰会的热情。启动仪式后，志愿者还纷纷参与到广场便民服务，为市民提供家电维修、理发按摩、医疗法律咨询、环保酵素制作、书法展示等服务。

**假期志愿者实践感触与收获 假期志愿者感悟七**

3月18日，是我在湖北武汉江夏经济开发区五里墩社区志愿服务的第32天。

一个多月前，接到单位推迟复工的通知后，我就萌生了当志愿者的想法。那段时间，连日在新闻里看到医护人员们不顾个人安危穿着防护服冲在最前面，看到身边的党员干部一批又一批下沉和社区工作者们一起忙碌的身影，心里颇不平静。在这场抗击疫情的战斗中，没有人是旁观者，我渴望能够尽我所能做点什么。往小了说，是想尽一份力，也能在孩子面前吹吹牛，在大灾大难面前，爸爸也很勇敢，不怂!往大了说，能够为打赢这场战役贡献积极力量，也是一种莫大的光荣!

于是，在征得五里墩社区同意后，2月16日一大早，我就按照安排加入到社区所辖的小区值守队伍中。当时还没有敢告诉在老家的父母和孩子，怕他们担心，毕竟前期爱人下沉的消息就已经让他们紧张了好一阵。

和其他下沉到社区的同志一样，我们值守的“装备”很简单：一件雨衣(充当防护服)、一双乳胶手套、一个一次性口罩。在“全副武装”后，我感到自己像一个即将走向战场的“战士”，满心期待着能经历什么惊天动地的“大事件”。

事实证明，志愿服务不是一鼓作气冲锋陷阵，而是需要耐心细致做好一件又一件小事。

值守的小区共有2200户，目前有4441名居民，其中医务人员、机关事业单位人员占比较大。每天上下班高峰，人流量、车流量很大，查验通行证、测量体温一个环节都不能少。加上我最初上岗的那几天正值封闭管理升级，想出门购物、买药或有其他需求的群众非常多。绝大多数人都很配合我们，但总难免遇到个别不理解的。

“前几天还能每三天出去一次，今天为什么不让我出去?我只想买包烟，很快的!”“我儿媳妇刚生孩子，不想吃土豆炖排骨，想吃藕，就让我去趟超市我就再也不出门了行不?”“凭什么不让我出门?我要投诉你!”面对这些情况，我都会和其他工作人员一起，结合最新的政策要求做好解释，并积极联系社区给有需要的老同志代购物资、药品，很多话都要重复上百遍。刚开始一天下来，都顾不上喝水，站得是腰酸腿疼，说得是口干舌燥。

刚开始我以为能坚持做好值守就很不容易了，过了几天我才知道，难的还在后面，比如，发“爱心菜”。毕竟在我的印象里，捐赠的大致场景，就是一辆辆满载蔬菜、水果的大卡车驶出捐赠地，再就是领到物资的居民满脸的笑容。但经历过才知道，原来从卡车抵达武汉后，还有卸货、分装、定好配送计划、送到居民手中这一系列流程。有一次，下沉单位协调的一批爱心蔬菜于下午4点多运抵小区，从卸货到送到各楼栋单元，再到发动志愿者一起分发，我们饥肠辘辘一直忙到晚上9点多。由于小区住户多，第一天没发到的楼栋，第二天又要重复了一遍“昨天的故事”。不过，大家总是互相加油打气，忙完后，当看到有居民在群里说谢谢，看到越来越多的居民配合我们查验通行证、上门摸排情况，再辛苦也值了。转眼，已忙忙碌碌一月有余，无论刮风下雨还是晴空万里都在社区，说不辛苦是假的。有一天下班回家和女儿视频，才发现自己的脸上竟然有了口罩的印记，做志愿者的事情也终于瞒不住被父母知道了。但这次他们没有反对也没有特别不安，在嘱咐我们做好防护后，反而鼓励我和爱人继续加油。那天女儿在挂电话的时候奶声奶气地来了句：“爸爸妈妈真棒!”突如其来的表扬让我们热泪盈眶。

在武汉，还有千千万万个像我一样的志愿者。他们分布在这个城市的各个角落，承担着比我更辛苦更累的工作。或在为上下班不便的医务人员开车，或在帮居民团购食物、药品……他们和我一样，可能没有什么值得歌颂赞扬的英雄事迹，但倘若能够在战胜疫情的路上贡献出哪怕如萤火般的微光，相信必将能和皓月繁星一起，照亮整个夜空。

草木蔓发，春山可望。当前，疫情防控的形势越来越好，援鄂援汉的医疗队已开始分批撤离。每一个积极的变化、振奋人心的消息，都离不开医务人员、社区工作者、下沉干部、志愿者，以及宅家抗“疫”的每一个群众的付出和牺牲。我们相信，春天已经来临，这座大家全力以赴、并肩守护的城市，很快必将恢复昔日热闹繁荣的模样!

**假期志愿者实践感触与收获 假期志愿者感悟八**

近一个月的暑期社会实践活动已结束，虽然对于我人生而言，也许不算长，但这段日子却让我悟出许多东西，而这些东西也许是我人生中一笔财富。

在大学的第一个暑假里，我加入团委中志愿者项目团队，这对于缺乏经验的我，无疑是一次挑战。虽说实践，但生活的方式却已完全不同于学校里的生活。

在炎热的暑假里，我们顶着火炉般的烈日冒着酷暑，在社区书记的带领下，上门进村慰问孤寡老人。我们分工合作，一部人与老人聊天，了解他们的内心想法和处境，慰藉他们孤独的心灵，其余的人帮助老人打扫卫生。在这次活动中，让我深深地体会到一位已上年纪的老人，他们最需要的并不是物质财富，而是社会帮助，需要我们多点上门慰问，与他们交流。

虽然天气酷热，让人感到疲惫不堪。但正是这样的环境，锻炼了我的才干，培养了我韧性。记得在夏日下派放东莞市道德模范宣传单和劝告市民遵守交通规则，不乱穿马路，不随地扔垃圾，做位文明市民。当时烈日当头，每位志愿者都汗流浃背，疲惫不堪，但我们并没有放弃，而是横过几条街道向市民派放传单和讲解交通规则，并打扫市场的角落，受到团委的好评。在这个活动中，让我深深地体会到“没有持之以恒的精神，怎么赢得最后的胜利”这句话深刻的内涵。

“纸上得来终觉浅，绝知此事要躬行。”实践，就是把所学的理论知识，运用到生活中，使自己的所学的理论知识得到充分的发挥。在“争当优秀志愿者”活动中，负责人多次提问谁愿意出试题，但我们的组员处于一片沉默中。在这片沉默气氛，让我回想起高中老师对我们说过一句话，“沉默啊沉默，不在沉默中爆发，就在沉默中灭亡。”并且经过半个多月实践的我，终于克服羞涩，勇敢地亮出自己，愿意承担出部分试题的任务，与另一位组员合作买奖品。这对于无经验的我，并且时间紧迫，然而对于我来说，是一个严峻的挑战。但我并没有被面前的难题吓倒，而是一步一个脚印，把自己学习的理论知识运用到实践中，做到理论与实践相结合。至于买奖品，的确使我和另一位组员感到困惑。它不同于我们平常买奖品的简单，它需要我们精打细算，奖品要大体，还要在规定的价格内。记得那天，酷暑难耐，周围的树叶动也不动，我和另一位组员踏上公共汽车，来到批发商店进行了解市场物价。我们走过一间又一间的店铺，与老板一次又一次讨价还价。在这次活动中，让我感受最深的是自信、口才、勇气、毅力在生活中很重要。对于买奖品，看似是件好简单的事情，但亲自躬行却感受到自己有许多不足的地方。经过这次实践，让我思索很多，学会很多，使我逐渐了解社会，开阔视野，增长才干，为自己以后步入社会打下良好的基础。

一滴水离开大海，很快就会干涸，一个人脱离集体，将会一事无成。“众人拾柴火焰高，”集体智慧和力量是需要众人的智慧和力量组成，单个人的智慧和力量是有限的。记得晚会彩排，我们是一个从开始各不认识，为了共同的目标而聚集在一起，去完成一项共同任务的团队。虽然那晚的彩排，团委负责人对我们的礼仪要求严格，彩排了一次又一次，并且我们已经站了一个多小时，又累又饿，但我们的礼仪并没有抱怨，而是互相帮助，在这个活动中，我学会了与人沟通，别人给你意见，要虚心听取。在团队中，点点小事，彼此之间要互相体谅，帮助和支持。在舞台上，我学会了克服胆怯的心理，大胆表现自我。因此，我为这个晚会画上圆满的句号。

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！