

最新寝室实践活动心得体会(通用8篇)

心得体会是指一种读书、实践后所写的感受性文字。那么你知道心得体会如何写吗？那么下面我就给大家讲一讲心得体会怎么写才比较好，我们一起来看一看吧。

寝室实践活动心得体会篇一

第一段：引入实践活动的概念和意义

在日常生活中，实践活动是我们获取知识和经验、培养能力的重要途径之一。通过实践活动，我们可以将学到的理论知识应用到实际生活中，提高解决问题和实践能力。同时，实践活动还可以丰富我们的人生经历，培养品德和意识，增加对自然环境和社会环境的认识。因此，积极参与各种实践活动，对个人的成长和发展都是非常有益的。

第二段：陈述自己参加一次实践活动的经历

我记得有一次，我们班级组织了一次环保实践活动。我们去了一个附近的社区，清理垃圾并整理花坛。这次活动的目的是通过实际行动提倡环保意识和环境保护，同时也增加了我们对社区环境的了解。

第三段：分析实践活动对个人的影响和收获

这次活动，我深刻地体会到了环境保护的重要性。在清理垃圾的过程中，我看到了人们随意丢弃垃圾、破坏环境的行为，我感到非常不可思议。同时，我也意识到环境保护是我们每个人的责任，我们应该从小事情做起，遵守社会的规则和道德。

第四段：探讨实践活动对社会的意义和作用

实践活动对于社会的意义和作用是非常重要的。它可以提高社会各个层面的环境质量，改善人们的生活条件，促进社会的可持续发展。另外，实践活动也可以增加人们的社会责任感和团队意识，培养人们的社交能力和沟通能力。通过实践活动，我们能够更好地了解社会的需求和问题，融入社会，为社会做出贡献。

第五段：总结对实践活动的认识和感悟

通过这次实践活动，我深刻体会到了实践活动对于个人和社会的重要性。在以后的日子里，我将更加积极地参与各种实践活动，提升自己的能力和素质。同时，我也希望通过自己的实践活动，影响身边的人，传递环保和社会责任的观念，共同为构建良好的社会环境而努力。

综上所述，实践活动是一个能够提高个人能力、增加社会责任感的重要途径。通过实践活动，我们能够更好地认识自己、了解社会，并从中受益良多。因此，我们应该积极参与各种实践活动，为个人的成长和社会的发展贡献自己的力量。

寝室实践活动心得体会篇二

实践活动是一种学习方式，通过亲身参与和实践，使我们对所学的知识有更深入的理解和掌握。在实践活动中，我们既能够锻炼动手能力，也能够培养团队协作和解决问题的能力。在过去的一个夏天里，我参与了一次实践活动，对此我有了深刻的体会。

第二段：书法实践活动

这次实践活动是一个为期一个月的书法实践班，每周两天的时间，我们在老师的指导下学习并实践书法。在活动中，老师首先教会我们一些基本的笔画和字体，然后我们根据老师的示范进行写字练习。我记得在开始的几天，我的字还很生

硬，毫无美感可言。但是经过不断的练习，我的字越来越流畅，越来越有韵味。最后，在班级的评比中，我还得了一等奖。通过这次实践，我深刻体会到了只有通过实践才能真正掌握一门技能。

第三段：实验室实践活动

除了书法实践活动，我还参加了学校组织的实验室实践活动。在实验室实践中，我有机会亲自操作实验设备，进行各种实验。这让我感受到了科学研究的魅力和严谨性。在一次化学实验中，我意外发现了一种新的实验现象，这让我异常兴奋。我与老师讨论后，决定进行更多的实验来验证和研究这个现象。通过这次实践，我不仅学到了更多的知识，还培养了自己独立思考和解决问题的能力。

第四段：志愿者实践活动

志愿者实践活动是培养我们奉献精神和社会责任感的好机会。我曾参加一次学校组织的环境保护志愿者实践活动，我们一起清理河道和公园里的垃圾，并进行环保知识宣传。通过与志愿者们的合作和交流，我意识到环境保护的重要性，并下定决心从我做起，为保护我们的家园尽自己的一份力量。这次实践活动让我收获了快乐和成长。

第五段：总结感悟

通过一系列实践活动的参与，我深刻体会到实践是学习的最好方式。在实践中，我们不仅能够将所学的知识应用到实际中，还能够锻炼动手能力、培养团队协作和解决问题的能力，更重要的是，实践活动培养了我们的独立思考和创新意识。通过实践活动，我不断地学习并成长，我相信，在未来的学习和生活中，我将继续通过实践来探索和进步。

寝室实践活动心得体会篇三

实践活动是一种很好的学习方式，通过实际操作和亲身经历，我们可以更好地理解 and 掌握所学的知识，并将其应用到实际生活中。在参与实践活动的过程中，我收获了很多，也有了一些深刻的体会。

首先，实践活动让我更加深入地了解了所学知识的应用。在课堂上，老师为我们讲解了许多理论知识和技巧，但只有通过实践，才能真正地把这些知识转化为我们自己的技能。比如，在一次模拟活动中，我负责作为团队的领导者，带领团队完成任务。这个活动让我对团队管理和协作能力有了更加深入的了解，并且在实践中我也发现自己在在这方面存在一些不足，并有机会进行改进。

其次，实践活动也让我更加全面地了解了自己的兴趣和潜能。在参与各种实践活动的过程中，我有机会接触到各种不同的领域和专业，从而发现自己对某些领域有浓厚的兴趣，并且也发现了自己在某些方面有一些潜能。比如，在一次实验活动中，我对化学实验产生了浓厚的兴趣，并且在实践中展现了一些实验操作的天分。这个经历让我认识到自己对化学有着浓厚的兴趣，并且有可能在将来从事与化学相关的工作。

第三，实践活动让我意识到实践和理论的相辅相成。在实践活动中，我发现实践和理论是相互依存的，只有理论为基础，才能有更好的实践效果。比如，在一次社会实践活动中，我通过实际参与社会公益活动，更加深刻地了解了社会问题和挑战，并且也发现了自己的一些不足。而在分析这些问题和不足的时候，我发现只有通过理论知识的学习和了解，才能更加深入地探讨问题的本质，并且提出更好的解决方案。

第四，实践活动不仅仅是关于学术和知识的培养，也关乎到品格和素质的养成。通过实践活动，我不仅仅学到了专业知识和技能，还学到了很多关于人际关系、领导能力和责任感

等方面的东西。比如，在一次团队合作的项目中，我发现只有充分的沟通和合作才能使团队更好地完成任务，并且我也认识到自己作为团队一员的责任和义务。这使我更加意识到在实践活动中培养品格和素质同样重要，而不仅仅局限于学术和专业知识的培养。

最后，通过实践活动，我体会到了持续学习的重要性。实践活动让我在学习的过程中不断地接触新的知识和技能，并且通过实践的方式不断地巩固和应用所学的知识。这使我认识到学习是一个持续的过程，并且只有不断地学习和实践，才能进一步提升自己的能力和素质。

总之，实践活动为我提供了一个更好的学习平台，让我能够更加全面地了解自己和所学的知识，并将其应用到实际生活中。通过实践活动，我不仅仅获得了知识和技能的提升，还培养了健全的品格和素质，这将对我今后的学习和发展产生积极的影响。因此，我将继续努力参与各种实践活动，不断地学习和提升自己。

寝室实践活动心得体会篇四

今天，我们开始了为期两天的实践活动。

7:30，我们三年级段全体师生在校门口集合，坐大巴车向目的地出发。到了目的地，我们三（4）班分为两个组，其中30个同学跟着沈老师来到了2号多功能厅。

首先，我们开始做热身运动，跟着音乐，绕圈走，音乐一停，跟据老师说出的数字，去找同学抱成团。接着我们按老师说的数字分成了6组，玩起了多米诺骨牌。老师看我们玩得非常溜，决定进行场比赛。同学们立刻紧张了起来，纷纷磨拳擦掌。

比赛一开始，我们第四组一直遥遥领先，别的组才搭了三块

大理石，我们就已经搭了十块大理石，我们开始就有些洋洋得意了，认为第一名非我们莫属了。就在这时候，张腾尹一个不小心，把一块骨牌给碰倒了，结果让我们大吃一惊，一大排的骨牌全都倒了下去，我们叫着喊着，想拦也拦不住，你看看我，我看看你，并不气馁，马上又振作了起来。不一会儿，我们又搭起了长长的多米诺骨牌长城，由于我们已经倒过了一次，所以只取得了第二名的成绩。但我们仍然非常高兴，因为这是我们团队一起努力的成果。

第二节我们上了一堂非常有意义的交通事故安全课。事故猛于虎，宁停三分钟，不抢一秒钟，一定要遵守交通规则，安全第一。吃过午饭，我们乐滋滋地看了一场海绵宝宝大电影。接着学习了打绳结，做陶瓷。我做了一个小酒杯，要送给最疼我的外公。

不知不觉就到了下午，这一天过得好充实呀，我收获了很多很多！

寝室实践活动心得体会篇五

七月流火燃烧着无悔无怨的青春，炎炎夏日倾注顽强坚毅的激情。20xx年的7月，计算机学院、软件学院有5支队伍踏上了三下乡的征程。谈到“三下乡”，大部分人的脑海中浮现的可能是郁郁葱葱的逶迤山峰，崎岖蜿蜒的山间小路，傍晚炊烟袅袅的村庄，随风而动的幽幽青草，以及破烂的教室里一双双渴求知识的眼睛。这样的情景在某种程度上称得上唯美，也能让久居在繁华城市的大学生们有一种新鲜感和满足感。

可这一切并不发生在我们这支队伍。7月23日，计算机学院、软件学院赴广州萝岗暑期社会实践服务队在一片欢快谈笑声中来到的是广州萝岗区非常有名的中学——玉岩中学。在这所设备先进，环境优美的学校里我们没有遇到尴尬的住宿问题，没有为吃饭问题伤透脑筋。但所谓“家家有本难念的经”，4天的下乡征程在排除了硬件的后顾之忧后，仍然坎坎

坎坷。但却因为这些困难，我们17名队员携手见证团结，感悟人生，体会友爱。我作为其中一名队员，在付出中收获；作为一名队长，在实践中成长，在思考中提升。

“为伊消得人憔悴”

“情寄电脑夏令营，意传玉岩塑人才”。支教组的活动在如此优越的硬件设备上开展，加上支教组组员的精心准备和良好的师范技能，我认为是毫无难度的。但事情却在一波三折中发展，组员可谓是“为伊消得人憔悴”。

考虑到玉岩中学学生已经具备相对于其他中学生更良好的计算机知识，我们支队伍的支教以电脑夏令营的形式开展，希望能教给学生更高层次的电脑知识。但俗话说得好“计划永远赶不上变化”，在出发前几天，我们被告知，本次活动学校不提供机房，这使我们陷入了很尴尬的境地。“巧妇难为无米之炊”，我们安排的photoshop等课程的实操性很强，没有了机房，无异于砍柴没有了斧头，我们不得不另想办法，将队员的笔记本电脑带过去。同时，校方认为我们的课程过于单调，希望加入有趣的第二课堂的内容。这明显是与我们“电脑夏令营”的主题背道而驰的，但校方的意见又如此重要，我只能让支教组改变课程安排，加入辩论赛，礼仪培训，心理培训等有趣的课程。在与校方的几次协商中，支教日程安排表终于出炉，出发前几天，全体支教组成员的准备工作如火如荼地开展，找资料，备课，试讲，以最好的姿态迎接支教的到来。

在踏上玉岩这块土地第一刻，没有我预想中的来自校方的热情接待，只有冷酷的校警的盘问。我意识到这就是农村下乡和城市下乡的区别，我明白，在这里，我们必须自力更生，没有任何人可以依赖。提着行李，领着队伍，我来到团委办公室的门口，进门的第一件事，就是被告知，参加夏令营的学生可能不足10人。晴天霹雳般，全体队员陷入沉默，而后抱怨，激情被浇灭，情绪下降至冰点。我无法想象，一个10

个人不到的班如何开展支教，我们的三下乡难道就要这样胎死腹中吗？不！绝对不可以！在冷静过后，我和陈欢商量，决定给报名的学生一个个打电话，说服他们参加。在指导老师赖老师的提醒下，我明白到一支队伍的士气是何等重要，所以在我自身情绪也及其低落的情况下，我还是要笑着鼓励队员们要坚强，要客观，即使只有10个学生，我们也要竭尽全力地教。支教组的课程不变，但我会安排更多的人到调研活动中，毕竟调研是我们队伍的重点。

在支教组组员的努力下，有12名学生参加夏令营活动。23号下午，在整理好宿舍后，我立刻带着宣传组组长李迪到我们支教的课室布置。课室很现代化，原本是用来开会的，在蓝色气球的衬托下，更好看了。学生很早就到齐了，都是初一的学生，很活泼。在“师生破冰拓展交流会”开始前，队员就已经和学生混在一起了。我可以遇见，在这样小班教学的形式下，老师和学生的感情会更深入。

只是，支教的第一天，我们就发现了这样的问题，学生是初一的，没怎么接触过计算机，我们安排的photoshop培训课的难度对他们来说相对比较大，他们很难消化。思考后，我建议，用师生的生活照来进行功能操作。果然，加之生动有趣的语言，一反以往枯燥的培训形式，学生对课程的兴趣增大。其他的兴趣类课程，学生的积极性挺高的，收获也很大。记得在上完礼仪课后，学生开始研究起我走路的姿势，站姿，坐姿等，还不断纠正我，俨然一个小老师的模样。

除了课堂式的活动外，我们还开设了辩论赛、趣味运动会和小晚会等新鲜的项目。在这些项目中，队员和学生的距离一步步的拉近。我因为要照顾到整只队伍的进度，所以不是每项活动都有参与进去。但那场辩论赛却让我印象很深刻，因为在对辩论结果进行了点评后，我发现距离下课还有一段时间，于是突发奇想，要进行一场小小“新闻发布会”，由学生问问题，老师坐在台上进行回答，我想通过这样的方式，我们师生双方能加深对彼此的了解。果然，学生都很积极，

提出了很多有趣的，单纯的问题。看着他们迷惑的表情和闪烁的眼睛，真的不得不感叹年少的天真与单纯。我记得有位学生问我，“发生过最糗的事是什么？”我想了想，脑海里什么都没有浮现，只能蹦出一句“我一般都会把记忆中不开心的事忘掉的。”结果引来台上队员和台下学生的一阵爆笑。我也不由得笑了起来。

现在想想，跟学生的相处总是那么的轻松快乐。人与人之间的感情其实很简单，当你在付出时，你同时也在收获。我们为这帮学生“衣带渐宽终不悔”，即使在最失落的时候都没有放弃他们。他们也在日常的生活点点滴滴中感受到我们的用心，也在用他们的行动来回报我们。或是拉着我们的衣角跟我们说“一起去吃饭吧”，或是在日记里那一句“好喜欢这些哥哥姐姐啊”。简单却真诚。4天的相处很短暂，但是感情却会沉淀在心底。

“柳暗花明又一村”

“调研南粤双转移，共建和谐新广东”，调研是我们此次实践活动的重头戏。但实践地校方没有为我们提供任何帮助，在广州这块纵横交错的人际关系网里我们也没有找到任何一个附着点。前期工作开展步履维艰，但所谓团结就是力量，在“山重水复疑无路”之后，我们迎来了“柳暗花明又一村”。

为了解萝岗区在劳动力转移政策实施两年下劳动者生产生活的变化情况，本次调研分3部分，采访政府，企业及居民。政府和企业因为事先没有门路联系到人，单纯靠自己打电话过去，吃了很多闭门羹，没有人愿意接待。并且刚好遇到周末，企业都以周末不上班的理由推辞了。别无选择，只能先进行居民的调查访问，调研组25日下午展开盲目的“街道扫荡调研”，可想而知，效果很不理想，6名调研人员用了1个小时找到一条人流不多的街道，进行了4个小时的调研，只完成了15份问卷。晚上8点，调研人员垂头丧气地回到学校。

我知道，单纯靠我以及调研组成员，是不会有新的思路，新的方法的。这时，我想起了指导老师，赖老师讲起的一个词，“头脑风暴”。是的，我们这支队伍是17个人，而不是个别的1，2个，更不是只有我一个人。要有新想法，必须集思广益。于是，我一改每天的总结会议形式，不再由我一个人来总结和安排工作，而是大家提出问题，分析问题，大家提出解决的方法，分析这种解决方法的优缺点，进而找出最优的解决方案。

果然，“头脑风暴”中并发出很多新鲜的想法，包括在学校内部访问外来工，在人流多的车站旁找人填问卷，借助支教组学生找到适合调研的居民区等等。一时间，队员变得很活跃，大家各抒己见，相互指出提出解决方法的优缺点。我明显地感受到，在会议中，每个人都在为队伍的成果贡献自己的力量，而不再是各自各顾自己的小组进度。我相信，一个团结的集体是强大的，而我们队伍正是这样的团体，正无所畏惧地向前冲。

在支教结束后的一天里，全体队员出动外出调研，最后完成近200份问卷，采访了3个政府部门，3个企业。获得了所需的数据，得到了完善的资料。正因为是完全的“白手起家”，我特别珍惜这次的调研过程和结果。期间，我尝试了新的领导形式，我体会到团结的力量。

“我们是相亲相爱的一家人”

17名队员，组成了这支“华南师范大学计算机学院、软件学院赴广州萝岗暑期社会实践服务队”。每一名队员都是一根流动着沸腾血液的血管，纵横交错，你中有我，我中有你，形成清晰可见的脉络，见证我们4天里的成长。4天里，这些团委下一届的精英们同住一个屋檐下，一同嬉戏，一同为我们的目标而奋斗。无畏所有艰难，只因“我们是相亲相爱的一家人”。

陈欢为了支教的事情每天忙里忙外，每一节课都精心准备；玉梅在出发前为了联系沟通学校，撰写方案，不知道熬了过少个通宵；秋蕊、达辉、成武、纯燕每天都顶着热辣辣的太阳出外调研，不知吃了多少闭门羹，却从来只会把苦往肚里吞；李迪是每次活动会场的“美容师”，用气球彩带就能挑动热闹的气氛；霭华是我们的“移动银行”，身上带着整个队伍的经费，要花钱的时候总忘不了她；雨雪、明伟用相机记录我们的点点滴滴，他人娱乐时，自己只能在旁边负责拍摄，即使在这些相片里找不到自己的身影也毫无怨言；俊辉手被叮伤肿起一大块也要坚持去街上派义务维修的传单，仅仅因为不想脱离队伍；怡生的相片不知多少次被用来做支教的素材，被p得面目全非也只会一笑而过；伟峰负责了所有的横幅和锦旗制作，一路来任劳任怨；林璇为义务维修到处出去寻找场所，想尽方法吸引当地群众；美颜每晚在别人要入睡时仍在整理当天的通讯稿；惠玉是万金油，哪里需要她，她就会在哪里。

在义务维修顺利举办后，大家都无比兴奋，每人抱着半只西瓜，坐在地上，疯狂地啃着，肆无忌惮地调侃、谈笑。吃完后，伟峰捧着大肚子跟我说“节俭真是令人受折磨的美德啊！”（因为买西瓜的钱是平时省下的。）我听后，笑得惨绝人寰。

回忆起下乡的短短的4天，总会让我的嘴角泛起涟漪。他们是那么可爱的一群家人，永远直面挑战，笑对人生。

寝室实践活动心得体会篇六

实践活动是在学习理论知识的基础上，进行实际操作和实地观察的一种教育活动，可以帮助学生更好地掌握所学知识。在我参加的实践活动中，我深深体会到了实践活动的重要性，收获了很多宝贵的经验和知识。

第二段：参加实践活动的心得

作为一名大学生，我曾参加过多次实践活动。其中，对我印象最为深刻的是在某社区志愿服务活动中担任志愿者的经历。在这次活动中，我与其他志愿者一同为社区居民提供各种服务，如垃圾分类、公益讲座、义卖等等。通过与居民的交流和互动，我学到了很多关于社区建设和社会公益的知识，也加深了我对社区服务的理解和认识。

第三段：实践活动的意义

实践活动是应用性极强的活动，可以让学生将自己所学的理论知识与实际应用相结合，同时也能培养学生的实践能力、动手能力、合作能力以及创新能力。通过实践活动，学生能够更加深入地了解社会和认识自己，从而更好地适应社会，实现个人的成长和发展。

第四段：个人对实践活动的态度

作为一名学生，我非常认同实践活动的重要性，也会积极参与各种实践活动，从中寻找更多的机会和收获。在实践活动中，我也会积极思考和探索，不断挑战自己，不断完善自己的能力和素质。

第五段：总结

通过实践活动，我们可以更加深入地了解 and 掌握所学知识，同时也能提升自身能力和素质，更好地面对未来的挑战和机遇。因此，我们要积极参与实践活动，不断拓展自己的视野和知识面，实现自身的成长和发展，为社会做出更大的贡献。

寝室实践活动心得体会篇七

实践活动是学习和培养能力的重要途径。在这次实践活动中，我得到了很多的锻炼机会，学到了许多知识和技能。在经历了一段时间的实践后，我深刻体会到了实践的重要性，认识

到了自己的不足之处，并向着更好的自己不断前进。

第二段：追求卓越的心态

在实践活动当中，卓越的心态是必不可少的。在实践中，我们面对形形色色的困难和挑战，有时候可能会遇到失败和挫折。但是，只有那些拥有卓越心态的人才能在经历失败和挫折之后重新振作，继续努力进取。我学习到在面对挫折时，不能灰心丧气，而是要坚定信仰，保持积极乐观的心态，并不断寻找改进的办法和方法。

第三段：团队合作的重要性

在这个实践活动中，我体会到了团队合作的重要性。每个人的能力和经验都各不相同，但一个团队可以将每个人的优点集合起来，形成更加完美的整体。在团队中，我们要做到相互协作，相互支持，共同努力，才能达到最好的效果。我认识到，团队合作不仅要有共同目标的认可，还要拥有正确的沟通方式和协作能力，才能迎接挑战。

第四段：积极学习的心态

在这个充满变化的时代，我们必须拥有积极学习的心态。实践活动让我意识到，学习不应该止步于教科书上的知识，而是要不断接触新事物、新思想，提高自己的综合素质。在实践中，我们会遇到各种问题和疑惑，只有不断探索、尝试，才能获得更多的经验和知识。因此，我们应该具有不断学习和探索的精神，才能更好地应对未来的挑战。

第五段：总结

通过这次实践活动，我收获了很多，领悟到了很多道理。实践并不仅仅是一种学习的方式，更是一种有益于心灵和意志的锻炼。通过实践活动中的体会，我明白了一个人的成长需

要不断地追求卓越、团队合作、积极学习，才能实现自我价值，享受到生活的美好。在未来的日子里，我希望能够继续保持这样的心态，不忘初心，坚持努力，追求更加美好的人生。

寝室实践活动心得体会篇八

11月18日是个平常的不能再平常的日子，但是在xx连锁超市门前一场空前的暖心盛会正在持续升温中爆发出来——现场聚集了除了xx超市自己的员工外，还有国宾酒店及国宾美容院的员工们，当然还有来自社会各界的爱心人士，农贸市场里的水产大姐、与悦千家合作的爱心厂家□xx市各大媒体工作者。作为本次活动全程组织与安排的工作人员，基本上每个细节我都渗透了进去，从活动发起到活动准备阶段、再到现场的组织与安排、到最后的挨家挨户走访，我的心情犹如坐过山车一般起伏不定，亲眼目睹一户户贫困家庭的现实情况，了解倾听他们家家所面临的困境，感受了募捐现场的爱心捐赠及社会各界爱心人士对这些家庭的关注与支持，对我产生了从心到灵的触动。

能够作为本次活动的组织者，我个人感觉是十分光荣与骄傲的，同时也让我感觉到自己身上担子与责任的沉重，每个环节都要考虑周全，不能有一丝的马虎。尽管我也十分尽心尽力，但是还是存在着许多考虑不周的地方。对于这些不足的地方在活动过后我做了深刻的总结，让自己在以后的工作中能够考虑的更周全一些。为了自己，也是为了这些需要帮助的贫困群体，不希望因为自己的疏忽而让捐赠的物资受到些许影响，因为他们实在是太需要这份资助了。看着现场上一个个排队有秩序上台捐款的员工及社会爱心人士，那一刻我的心在感受这现场上的温度升温，尽管是北方十一月份寒冷的天气，仍然抵挡不了爱心的温度传递。

当我们的爱心车队带着所有爱心人士捐赠的物资挺进长山镇

时，我能够感受到一双双炽热的双眼在期盼着我们的到来。首先迎来的就是长山镇政府的工作人员热情的笑脸，一位热心的村妇女主任大姐至始至终的陪伴着我们的爱心车队，陪伴着我们一起深入各个村落，走进每一户我们本次捐赠的贫困户家中。这位大姐的行动也是一种无形中的捐助。

两天时间我们走访了18户特困户家庭加上现场捐赠的一户老人一共19户家庭，目睹了19个不一样的故事，心灵受到了19次激烈的碰撞，一次比一次更揪心，一次比一次更激动。当我们进入到需要帮助的贫困家庭中，看到一张张因为激动而流出泪水的脸，看到他们或因病痛导致丧失劳动力而带来的贫困窘境，或因家人重病拖累了整个家庭所带来的困境，不仅让我发出感慨，原来人活着有钱没钱都不重要，最重要的是要有一个健健康康的好身体和全家人的平安健康才是最重要的。但是在我们下乡走访献爱心的途中，无意中去一所学校接一位村妇女主任大姐，在学校门口停留了片刻的功夫，我看到了一个外表破破烂烂的小房子里进进出出好多小学生，我怀着一颗好奇的心理走了进去，进去之后才发现，破旧的布帘子后面有一个破破烂烂的小柜台，上面摆放了很多不知名的小食品，有辣条、外包装破损的油炸爆米花一类的垃圾食品，还有长毛的面包，带色素的饮料，小学生们争先恐后的购买着。由此不禁让我联想到，病从口入，农村的孩子们正处于生长发育长身体的时候，天天吃这些垃圾食品，身体能好吗？真心认为工商部门应该下乡来打击一下这些无证经营的黑心商家，将这些没有食品安全保障的黑心窝点取缔，还农村孩子们一个健康成长的好环境。

当然，这两天的走访在我记忆中最为深刻的还要是xxx村的那位大姐，因为身患尿毒症，面临每两个月就需要透析一次的高额医疗费，与她风雨多年的丈夫退缩了，选择了与身患重病的这位苦命的大姐离婚，这位大姐的儿子、儿媳都不孝敬，儿子患病，母亲为了救回儿子的一条命将家里仅有的几亩地也给变卖了，所有的钱财都被儿媳拿走了，没有给她的婆婆留下一分救命钱。当我们出现在她的家中时，她已经奄奄一

息的躺在床上只有出的气了，看到于总冲出了屋子拿回两千元钱的那一瞬间，全屋子的泪点都到了极限，大姐激动的留下感激的泪水，我们一屋子前来献爱心的悦千家爱心志愿者都不忍住的眼泪含在眼圈里，还有不少同志受不了这种悲情场景选择离开了屋子。大姐的哭声沁透着每个人的心灵，世上怎么会将所有的磨难与不幸都降临到这一位大姐的身上了呢？当我们离去的时候，大姐拖着无力的身躯强行下床，扶着门框目送着我们离去的身影，眼里满是期盼，期盼着我们下次的到来，期盼着活下去的希望。