

2023年寒假志愿者实践心得(精选5篇)

每个人都曾试图在平淡的学习、工作和生活中写一篇文章。写作是培养人的观察、联想、想象、思维和记忆的重要手段。范文怎么写才能发挥它最大的作用呢？以下是我为大家搜集的优质范文，仅供参考，一起来看看吧

寒假志愿者实践心得篇一

x月x日，在x的带领下，我们来到x敬老院，展开一场面向生活在长者服务中心的老人的志愿者活动。寒风瑟瑟中，大家准时集中，搭上了前往目的地的公车。然而，这却不只是一次活动，而是一次感悟的历程。尽管活动只有短短的一个半小时，但思想却在这短短的时光中得到了一次洗炼。

在长者服务中心，有几位老人由于年龄较高，已经不能用语言表达出他们的想法。当他们冷了却没能伸手拿到衣服的时候，当他们想往旁边的座位移一移却因为腿脚不便无法到达时，瘦小的身躯晃动着，眼里的渴望与现实表达的无奈结合，让人不禁眼角泛起泪水——曾经是多么矫健的身躯，曾经为家庭、为社会做出贡献的他们，却在晚年时生活得如此疲累。

所有人都在这个极速发展的社会中努力拼搏，为生计而奋斗着。可是，这怎么可以成为我们抛弃老人的借口呢？没有老人的努力，哪来我们的吃和穿？没有老人的呵护，哪来我们成长坚固的保护？没有老人的抚养，哪来我们立足社会的基础和力量？想着这些，怎么还忍心在本该让老人安享晚年的日子让老人守着床头的一张照片思念抛弃自己的家人？也许，真的只有看过老人们的泪花，听过他们的讲述，我们才能如此深刻地感悟到：沙滩上，脚印两对半是个多么温馨，多么幸福的画面吧。

同时，作为一名x专业的学生，看着长者服务中心的老人们的生活条件和生活环境，我也深深地感受到身上的重担。如果大家能更多地关心迫于无奈生活在养老院的老人们，在天冷时为他们及时添置衣物，在寂寞时为他们送上关爱与陪伴，我想，老人们刻满岁月沧桑的脸上应该会浮现笑容与安慰吧。除此之外，看着x专业的师兄师姐站在一旁默默地观察每一位老人，他们的名字、身体状况、精神状况对他们来说都是了如指掌的。

看到这一幕，我突然觉得充满希望：是啊，尽管老人没有家人的陪伴，却也能有这群年轻、热血的青年人关注着、关心着。这一份温馨，暖在胸口，也为我们的奉献心、爱心增温了。有了这一次活动的经验和感悟，我更加明白了要及时关爱我们身边的每一位老人。也许“养吾老以及人之老”的大同社会还稍为遥远，但是，只有我们尽力了，用心了，才能避免“子欲养而亲不待”的悲痛与悔憾吧！

活动结束了，可心灵依旧被震撼着。往后的日子里，要带着这份感动与感悟，带着这份深刻，善待身边的长者，努力完善自己以为他们创造更好的晚年环境。我想，这是这次活动最最珍贵的宝藏。

寒假志愿者实践心得篇二

志愿者的'工作并不容易做，同时也是需要我们有爱心，有耐心的去做事情，不能挑三拣四的，而且很多事情看起来很简单，但想要去做好，并不是那么的一个容易，其他很多的志愿者都是做了志愿很长时间的了，而我还是第一次做志愿的活动，在这次的活动之中，我也是知道，原来社会并不像我想的那样冷漠或者是比较残酷的，还是有很多有爱心的人，会去做一些事情，会让这个社会更加的温暖，而我也是通过这次活动认识了很多的朋友，让我知道，自己也是可以去为社会做一些事情。

敬老院帮助老人的这次活动，我们也是需要做很多的事情，分配给我的是比较简单的，给老人们谈心，陪他们说说话，但是我也是看到有些志愿者是做比较辛苦的工作，像是帮老人打扫卫生，或者帮抬一些东西，虽然平时的时候敬老院的工作人员会做，但是我们这次的做也是更加的有温度，而他们更多地只是一个工作，同时我和老人们的聊天也是知道他们的一些情况，我也是明白，原来社会上真的有不一样的人，个人的生活是不一样的，有幸福的也有不幸福的，而我们做的事情，也是让老人们，特别是那些已经没有了亲人的老人们感受到了更多的温暖。

通过这次的实践，我也是更加的感受到要对老人们好，我也是有父母和爷爷奶奶的，平时的时候，在学校我也是比较的少联系他们，而通过这次的实践，我也是明白我是要多去关心他们，多关注他们的生活，平时只要有空，还是要多回家看看他们，越是年老，其实也是更加的会珍惜亲情，而我也是要去看看他们，多陪伴在家人们的身边，结束了实践的活动，我也是回到了家里，陪伴他们，也是让我更加的懂得了感恩，懂得了亲情的一个可贵，虽然这次的实践并没有提高我多少的能力，但是在我的心里，这次的实践却是给予了我更多的启迪，让我更加的明白亲情的宝贵，懂得社会是有很多温暖的，也是结交了好多有爱心的朋友们。

春运志愿者寒假社会实践

暑期志愿者社会实践心得

寒假社会实践参加心得

寒假社会实践心得范文

寒假社会实践心得【荐】

【热】寒假社会实践心得

寒假社会实践心得【推荐】

寒假社会实践心得【精】

寒假社会实践心得【热】

寒假志愿者实践心得篇三

这次志愿者服务的经历也对我的人生产生了重大的影响。作为在学校里的学生、作为在社会里的个人，我们也应该学会服从、付出、充满热情。在接下来的日子里，我会继续努力，以党员的要求来要求自己，不断地完善自己，积极为人民服务。

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。体现了中华民族助人为乐、扶贫济困的传统美德，是大有希望的事业。努力做好这项事业，有利于全社会树立奉献、友爱、互助、进步的时代新风范。这是当代大学生的行动指南，是当代青年志愿者的使命，也是我们学习“三个代表”的具体体现。

我一直想做一名志愿者，其实我参加志愿者就是希望能给社会带来多一点的爱。很多时候，我们生活在现代社会总会觉得缺少了爱，缺少了被关怀。尤其是随着人渐渐地长大，接触到更多人与事的时候，我们的思想就越来越复杂。同时我们会对这个社会越发不满，觉得现代社会就是一个很虚伪的社会。但是其实我们每个人的心中都会有一份爱，是一种对弱势群体的一种无名的爱。我相信凭着这心中的一份爱的种子，从我做起，从我们年轻人做起，我们可以让自己，让别人看到这个社会始终还是温暖的。所以从这方面看，我觉得我们更应该让更多的年轻人加入我们其中。参加协会，我希望得到的只是一份体验。

作为一个志愿者，在助人的同时，也是自助。在使其他生命活出色彩的同时，志愿者也可以从中得到思想上的升华，学会与人沟通，学会关爱他人，也更深刻地领会到生命的意义。而且，支援者的活动，也为我提供了一个接触社会的机会，提供了一个锻炼自己的机会。

青年志愿者活动是微小的，因为它涉及的范围太有限。它又是伟大的，因为他在有限的范围中让老人露出了笑容。让老人们感受到了社会的温暖与自身的价值。同时，它也提升了现代青年的精神道德，培养了现代青年的助人为乐、团结互助的高尚品德。彰显了我们青年的时代风貌和精神风貌。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。

寒假志愿者实践心得篇四

1月22日，天气一改前几日的温和，变得格外的冷，不知不觉每个人都又加上了厚厚的外衣，但再冷的天气也驱散不了我们每个参加社会实践活动同学心中的热情。此次的实践活动任务是服务__购物广场，主要的活动有三个，分别是：1. 电梯口导购 2. 超市分装购物袋 3. 采访管理人员。我很荣幸的参加了前两项活动。

先说说导购吧，由于去的比较晚，我并没有从头至尾的完成这项工作，所以感受不是多么强烈，只是听同行的马_x讲述了工作的经历。她告诉我，导购是一项十分累而又十分有挑战的工作。为什么这么说呢？首先，你必须对商场十分的熟悉，其次，你还要考虑到你将面临形形色色的顾客，而且面对每位顾客时都要面带笑容，鞠躬问候像“欢迎光临”、“您慢走，欢迎下次光临”之类的话，做起来有时难免显得畏手畏脚。但庆幸，我们都顺利地完成了这项任务。

“我初中时也是学生会的一员，当时担任宣传部的部长，在学校里感觉十分的光荣啊！”

她显得心有所思但却不影响工作，仍然熟练的收款。

“可是，后来我的成绩下降很厉害，学校里停止了我的职务，我当时变得十分的迷茫，以至于从那之后一蹶不振。”

她看看我，见我听得很认真，便接着说：“你们这群小孩幸福得很啊，先说是不用愁吃愁穿，然后，你们又能在一中这样好的学校学习，好好努力将来就能成就大业啊。你再看看我们，从天明到天黑、从早到晚都没有时间歇着，只得是不停的干啊干啊，时光就这样挥霍掉了。”

我听了也十分的受感动，“那你现在也可以在奋斗啊，争取取得好的业绩来给自己的工作争光添彩。”

“呵呵，没有你想得这么容易，要是真的这么好干，大家不早就升官了，这是个多么辛苦又多么艰巨的工作啊，而且我们是临时合同，指不好哪一天又被炒掉了。你们小孩啊，现在就得好好学习，不要留下什么遗憾！”

我也陷入了沉思……

很快，下午的工作结束了，说不上辛苦，只感觉收获不少，以至于现在写这篇小记得时候还心有余悸。人生的旅途漫漫，即无法预见将来也无法改变历史，只能抓紧现在，抓紧脚下，一步一步地踏实前进。真的要从那个姐姐身上学到点什么，正像她说得，不要给人生留下遗憾，不要到失去了才后悔当初！我们现在正是人生中最艰苦的时刻，但每个人又必须坚持，必须清楚，如果不好好珍惜现在，将来就要面临更艰苦的岁月。

这可能就是社会实践所能带给我们的最珍贵的东西吧，我喜

欢这样的活动！

我很高兴也很荣幸有机会加入社会实践基地，我是一个乐于实践乐于展现自己的人，对于社会实践这种提升自己素质、培养自己能力、服务社会、服务学校的活动十分积极，十分向往。因此，我很希望能给我一个加入的机会，来品味这种美好与喜悦，从而展现自我，体现自己的价值，为这样优秀的集体争光添彩！

志愿者寒假社会实践心得体会3

寒假志愿者实践心得篇五

志愿者很平凡，平凡的面容，平凡的制服；志愿者不平凡，不平凡的内心，不平凡的精神。志愿者是快乐的凡人，也是人间的天使，而我正是其中一名快乐者，也是一名志愿者20__年到20__年对于我来说与众不同而且意义重大。一个偶然的机，我成了志愿者队伍中的一员。两年多的志愿服务生涯，从作为一名环保卫士到参加义务表演到饮食文化节到盲校志愿者等等。这所有的一切都给我很大的动力，很大的快乐。正是一点一点积累的努力，让我能够站在省运会的舞台上，经过三轮的过关斩将获得了这个光荣的机会当一名志愿者。这也让我感受颇多，这里有责任、有感动、有收获、有快乐，而更多的还是一种追求和使命。以后，无论走到哪里，我一定会和志愿服务紧紧地连在一起，去帮助需要帮助的人，让人间充满关爱。

常常想象，省运会到来的那一刻，每一天路过这儿的有不同地方的，有老人，有孩子……有来自五湖四海的朋友，而我们，这群志愿者将用微笑迎接，用真诚欢迎，尽地主之谊，让来客感到热情与友爱，让他们享受这片圣地的快乐！这段时

期我深深体会到作为一名奥运会志愿者工作的艰辛，快乐和那份责任感所带来的动力。记得曾经一个坐轮椅的老大爷一个人没有办法过台阶的时候，是我们两个志愿者和一个保安人员齐心协力，将老大爷抬过那个台阶。这正是我们中国人团结精神的点滴表现。同时，我也深深体会到了，奥运会志愿者工作是个集体合作的工作。中国在20__年也经历了许多艰难与波折，正是我们13亿人口的众志成城才战胜了困难。祖国在经历、在成长；我在思考、在行动，我愿同祖国一起，去迎接那属于我们的彩虹！我想，此刻，彼刻，行动才是我们每一个志愿者、每一个中国人对祖国最好的回报。我们每一位志愿者一定会坚守自己的岗位，直到省运会圆满结束，这是我们的使命，也是我们作为主办方的志愿者们应尽的义务。

我们的工作简单，环境也并不优越，但是那种快乐却从心底油然而生，因为我们是在为需要帮助的人们服务，是在为省运会尽自己的一份力量。我们这些志愿者一直是微笑着的，发自内心地微笑着，轻松地解决了他们的问题；面对一些老年观众，对于他们的提问，我们反复给他们解答，没有丝毫的厌倦。面对盲人上下车，我们就是他们的眼睛；面对老人、残疾人需要帮助，我们就是他们的拐杖；面对外地人迷路，我们就是他们的向导。在我们用细心为他们创造舒心的环境，用微笑带给温暖的同时，我们也学会了理解、宽容和关爱。关爱他人是一种快乐，助人为乐是一种美德，有爱就有希望，文明就在你我身边。我很幸运，可以在这样一个特殊的日子里做志愿者。我很开心，可以跟一群热情大方的朋友一起为省运会服务。在志愿者的快乐岗位上，我用我自己的微笑去感染他人，也将这种微笑传递下去。微笑，简简单单的嘴角上扬就是最美丽的风景。

许多人会问参加志愿服务到底图的是什么？对我而言，当听到服务对象的一句谢谢，我就实现了当志愿者的价值。青年是人生最美丽的时光，我们应积极投身到自己热爱的事业中，以不懈的追求、辛勤的汗水演绎青春，用实际行动来实现自己奉献社会的人生价值！这两年做过无数的志愿者让我明白做

好志愿服务一定要有老吾老以及人之老，幼吾幼以及人之幼的博爱之心，要有不期望以任何方式得到好处的奉献精神，要有矢志不渝的坚持。当志愿服务成为每个人的人生信条的时候，我们的社会将成为香飘满园的和谐家园。为了这个理想，我会努力做出我的贡献。我为身为一名志愿者而自豪！