

2023年疫情期间的体会心得及收获(优质8篇)

人的记忆力会随着岁月的流逝而衰退，写作可以弥补记忆的不足，将曾经的人生经历和感悟记录下来，也便于保存一份美好的回忆。写范文的时候需要注意什么呢？有哪些格式需要注意呢？以下是小编为大家收集的优秀范文，欢迎大家分享阅读。

疫情期间的体会心得及收获篇一

今年春节，一场来势汹涌的新型冠状病毒肆虐武汉，席卷全国，一场关系人民群众生命健康的疫情防控战正在如火如荼进行，而在这场战役中，越城集团上下一心、众志成城、共同战“疫”。

他叫_，今年63岁，是白下物业公司洪武高层3、5、7号小区管理员。

_同志是一名有30多年党龄的老党员，从原单位退休后在白下物业公司从事小区秩序维护工作已近8年。他工作敬业、为人热情，对小区3幢25层住宅楼内450户逾千人情景早已十分熟悉，社区工作人员、小区业主对_同志都赞不绝口。

年春节期间，因新型冠状病毒感染的肺炎疫情形势严峻，_同志毅然主动放弃休假，坚持每一天早上7点到岗，为进出业主测量体温、对进入小区的外来人员和车辆做好登记。他同时还承担洪武高层片区三个小区(火瓦巷57、59号、洪武路337号小区)的保安全管理及巡检工作，每一天都忙晚上11点才下班回家。

年三十至今，_同志未曾休息一天，家人十分担心他身体吃不消，多次劝他辞职回家，但_同志对家人说：“此刻疫情这么

重，全国都在抗击疫情，物业公司人手不足，我怎能这时候在小区疫情防控一线当逃兵。”

正是这样一位老党员，以实际行动践行党员的初心和使命，诠释...员的本色，为洪武高层3、5、7以及片区内其他三个小区近千户家庭守住了家门“疫”线。我们相信，疫情终将过去，春日依旧温暖。

疫情期间的体会心得及收获篇二

疫情席卷全球，我们不得不待在家里，不再像以前那样频繁外出就餐。在这期间，我开始尝试自己动手做饭。经过一段时间的磨练，我不仅学会了一些新的菜肴，还领悟到了不少做饭的心得体会。下面我将分享我在疫情期间的做饭心得体会，希望能对大家有所启发。

首先，一定要有充足的准备工作。在开始动手之前，我会先准备好所需要的食材和调料，并将其整齐的摆放在一旁。这样，我不仅能够迅速找到需要的材料，还能在烹饪的过程中不被打断。另外，我还会提前煮好一些主食，如米饭或面条，方便快捷地完成其他的炒菜过程。准备工作的充足与否直接关系到后续的烹饪效果和时间管理，因此十分重要。

其次，注意食材的处理与搭配。在疫情期间，我们外出的机会有限，所以购买的食材往往要比平时多一些。为了不让食材浪费，我在处理食材时采取了一些策略。首先，我会根据食材的保存期限将其分类，尽量先食用那些保质期较短的材料。其次，我会尽量合理搭配食材。比如，当我遇到了一些土豆、羊肉和胡萝卜，我会选择制作土豆炖羊肉，既能保留食材的口感，又能使其更好地为身体提供均衡的营养。

然后，注意烹饪的技巧和时间掌握。在疫情期间我尝试了各种烹饪方式，如炒、煮、炖、蒸等。其中，炒菜是我最常做

的一种方式。我发现在炒菜时，火候的把握非常重要。火候太大会使食材过生，火候太小又容易煮糊。所以，我会根据不同的食材的特点来调节火候，例如嫩滑的豆腐需要较小的火候，而韧劲十足的青椒则需要较大的火候。另外，我还学会了合理掌握时间。在做菜的同时，我会提前预计下一步该做什么，尽量做到准备工作和炒菜过程的无缝衔接，以提高效率。

最后，尝试创新菜肴，丰富饮食的变化。在疫情期间，我们可能因为无法外出而吃上了一段时间的家常饭菜。为了增加饮食的变化，我开始尝试一些新的菜肴。我会打开食谱，寻找一些新的菜品，或是尝试改良一下传统的菜肴。比如，我将传统的麻婆豆腐做成了豆腐丸子饭，将牛肉炖成了红烧牛肉面。这些新的尝试不仅使我们的餐桌丰富多样，还增加了家人们的食欲和兴致。

总而言之，疫情期间的做饭成为了我生活中的一项重要任务，也让我收获了许多做饭的心得体会。通过充足的准备工作、注意食材的处理与搭配、烹饪的技巧和时间的掌握，我成功地做出了一道道美味可口的菜肴。此外，我还不断尝试创新，丰富了饮食的变化，提高了家人们的食欲和心情。在未来，我将继续保持这种做饭的热情和积极性，提高自己的烹饪技术，将健康和美味的饭菜带给家人和朋友。

疫情期间的体会心得及收获篇三

自从新冠疫情暴发以来，整个社会都被迫陷入了紧张的防疫状态。在这一过程中，青年一代成为了抗疫斗士的重要力量。疫情期间，作为青年的我们深刻体会到了生活的脆弱性和人与人之间的联系。我们开始思考自己的责任和义务，也对自我规划和未来发展有了全新的认识。

第二段：坚定信念 守护生命

面对疫情，青年人积极响应号召，成为了疫情防控的生力军。我们迅速调整自己的生活方式，做好自我保护的同时，也为保护他人的生命而努力。许多青年人主动参与社区志愿服务，为居民发放物资，做好宣传工作，帮助老人购物等。我们用实际行动诠释着坚定的信念，守护着生命的尊严。

第三段：拓宽视野 挖掘潜力

疫情期间，我们减少了外出活动，错过了许多与同龄人的交流机会。然而，我们并没有放弃对未来的展望，反而更加积极思考职业规划和个人发展。许多青年人利用空余时间，充实自己的专业知识，学习新的技能。通过线上课程、读书、自学等方式，我们拓宽了自己的视野，挖掘了自己的潜力。我们明白，在疫情中成长壮大，才能更好地应对未来的挑战。

第四段：思考生活方式 重塑价值观

疫情期间，我们也不禁开始反思自己的生活方式和价值观。随着社会的停摆，我们不再被各种场所和娱乐活动所填满，我们开始更加珍惜家人、朋友和亲情。我们体验到简单而平凡的生活也可以带来温暖和幸福。在这个过程中，我们对物质过剩和功利主义的现象有了更为深刻的认识，开始思考更具人文关怀的生活方式。

第五段：积极应对 持续成长

尽管疫情多有不利影响，但作为青年人，我们坚信困难并非终点，而是一个成长的过程。我们要积极应对、适应变化，展现战胜困难的勇气和智慧。疫情使我们学会保持坚韧和耐心，锻炼了我们的创新能力和危机应对能力。我们相信，只要我们团结奋斗，不畏艰难，我们一定能够战胜疫情，迎接更加美好的未来。

总结：疫情期间，青年一代积极响应号召，成为了抗疫斗士

的生力军。面对疫情的挑战，我们坚定信念，守护生命。在居家期间，我们拓宽视野，挖掘潜力，同时审视生活方式和价值观。最重要的是，我们对未来充满信心，积极应对疫情的变化，不断成长。疫情期间的青年体会让我们明白，只有团结奋进，不畏艰难，我们才能共同创造更加美好的未来。

疫情期间的体会心得及收获篇四

近期受到新冠疫情的影响，全球各地的人们生活受到了很大的冲击。在这个特殊的时期里，我们青年一代不仅面临着健康问题，还面临着学习、工作和生活等各方面的困扰。然而，面对困难和挑战，我们青年们也积极应对，展现出了自己的坚韧和智慧。在这篇文章中，我将分享一些我在疫情期间的心得体会。

首先，疫情期间，我意识到健康是最重要的。疫情的爆发让我们意识到，没有健康就没有一切。在以往的生活中，我们往往忽视了自己的身体健康。我们为了学业或工作常常熬夜加班，忽略了良好的饮食和运动。然而，疫情的到来让我们无法再忽视个人健康的重要性。我们开始关注自己的饮食搭配，保持良好的作息时间，并采取必要的防护措施。通过这次疫情，我明白到健康是最宝贵的财富，无论学业、工作还是生活，都需要有一个健康的身体作为基础。

其次，疫情期间，我学会了适应变化。疫情的爆发打乱了我们平日的的生活节奏，许多人的学校和工作都暂停了。面对这种巨大的变化，我们需要尽快适应新的环境和生活方式。我发现，适应是一种重要的生存技能，也是一种为自己创造机会的能力。在这段时间里，我开始尝试新的学习和工作方式，比如在线学习和远程办公。通过不断地尝试和调整，我逐渐适应了这些变化，并且发现了新的学习和工作方法。适应变化不仅能够帮助我们度过困难时期，还能让我们更加灵活和敏捷地应对未来的挑战。

在疫情期间，我还注意到了社会责任的重要性。面对疫情的蔓延，每个人都承担着责任。我们要遵循政府的指导，积极配合防控措施，保护自己和他人的健康。同时，我们也应该关心社会弱势群体，尽可能为他们提供帮助。在这段期间，我参与了一些志愿者的活动，为需要帮助的人们提供支持和援助。通过这些经历，我明白到社会责任是每个人应该承担的，只有积极参与，我们才能共同度过困难的时期。

此外，疫情期间，我也认识到了学习的重要性。疫情暂停了学校的正常教学，但我们仍然有机会继续学习。通过在线教育平台，我们可以学习新知识，提升自己的技能。我抓住了这个机会，选择了一些感兴趣的课程，不仅拓宽了自己的知识面，还积累了一些实用的技能。在未来的竞争中，学习将是我们获取优势的工具。所以，我们青年人要保持学习的态度，不断进取，为自己的未来打下坚实的基础。

总结起来，疫情期间，我意识到健康是最重要的，学会适应变化，关注社会责任，以及珍惜学习的机会。面对困难和挑战，我们青年一代展现了坚韧和智慧，为自己的成长和发展铺路。我相信，经历过这次疫情的我们将更加坚强、勇敢、有责任感，迎接未来的各种挑战。

疫情期间的体会心得及收获篇五

打赢打好疫情防控阻击战，需要每一个“我”积极参与。积合力以致胜、汇众智而成功。事实证明，政府、社会、居民各方凝聚起强大合力，织密织牢疫情防控“一张网”，是我国在新冠疫情防控方面的宝贵经验。每个人既是常态化防控工作的行动主体，也是受益者。每个人为常态化防控多尽一份力，就能早日迎接正常工作生活状况的常态化回归。

打赢打好疫情防控阻击战，需要每一个“我”全力配合。一方面，要打好个人疫情防控“组合拳”——佩戴口罩、保持社交距离、尽早接种疫苗、注意个人卫生、在人流密集场所

配合测温验码；另一方面，要不信谣、不传谣、不造谣。此外，应避免前往疫情中高风险地区，减少感染风险。来金返金人员要积极配合核酸报告和“两码”的查验，及时报备个人行程信息，自觉遵守集中隔离或居家监测等各项措施，严格履行疫情防控义务，积极支持各项应急防控举措，筑牢疫情防控的人民防线。

疫情期间的体会心得及收获篇六

自2020年开始，全球范围内爆发的新冠疫情给青年们的生活带来了巨大的冲击和挑战。封锁、隔离、社交距离等防疫措施改变了我们的日常生活，许多计划、活动和目标都被迫暂停或取消。对大多数青年来说，这是我们第一次面对如此严峻的局面，我们不得不适应这个新常态，同时也面临着许多心理和情绪上的困扰。

第二段：应对困境的积极态度和创新能力

面对疫情的困境，许多青年积极调整自己的态度，并展现出了超强的创新能力。在居家隔离期间，大家利用网络技术加强了线上学习，开展了诸如线上课程、线上讲座、线上讨论等活动，保持了知识的更新和提升。同时，许多青年也投身到疫情防控的工作中，积极参与社区志愿者活动，为疫情防控贡献自己的力量。他们通过自己的努力和创新，展现出了青年们积极向上的态度和责任感。

第三段：心理强大与逆境成长

疫情期间，许多青年经历了从容易发脾气到心理强大的转变，逐渐学会面对困境，保持积极的心态。在封锁和隔离的日子里，许多人通过阅读、运动、写作等方式来缓解压力，并且利用这个时间思考自身的生活和人生规划。这段时间成为许多人的思考和整理自己内心世界的阶段，也促进了他们的成长和提高。青年们通过这段时期的经历，不仅对自己有了更

深刻的认识，也培养了更强大的心理抗压能力。

第四段：重新审视自我和生活的意义

疫情的到来让许多青年重新审视自我和生活的意义。面对突如其来的疫情，我们被迫面对生命的脆弱性和重要性，丧失了对生活的惯性认知。青年们开始思考自己的价值观以及对生活的态度，重新审视自己的人生目标和长远规划。许多人从这个过程中意识到健康、家人、友情和社会责任的重要性，对于自己要如何过好每一天，如何充实自己的生活有了更深入思考。

第五段：希望与未来展望

尽管疫情给我们带来了许多困境和挑战，但青年们对未来抱有希望和展望。疫情期间，我们看到了医疗工作者和科学家的英勇奋战，看到了全社会的团结一心，对于克服疫情充满信心和希望。青年们相信，未来经历过疫情的他们将更加坚强、有担当，能够更好地应对各种困难和挑战，为社会的进步和发展做出更大的贡献。

总结：

疫情期间的青年们面临着前所未有的挑战和困境，但他们展现出了积极的创新能力、心理强大以及重新审视生活的勇气。他们在逆境中成长，积极与困境斗争，在这个过程中重新审视自我和价值观，并且对未来充满希望。青年们相信，经历过这段时期的他们将更加坚强、有担当，能够迎接未来生活的各种挑战。

疫情期间的体会心得及收获篇七

随着新冠肺炎疫情的不断扩散，全国上下都投入到了抗疫的战斗中，我们作为一名高中生也和全国人民一起面对着前所

未有的考验。在这场抗疫中，我们也不断地在成长和学习。

对于我们高中生来说，最直观的体验就是在家学习，因为疫情的原因，学校停课了，老师们为了不耽误我们的学习，安排了在线授课，让我们能够在家里依然完成学校安排的课程。这对于我们来说，是一次大挑战。我们需要克服种种困难，如网络条件差、课程设计难度大、家长工作干扰等等，来保证在线授课的学习效果。这其中，克服个人的自我的惰性，调整好学习的节奏，提高自主学习能力，也是我们在这个特殊时期里应该注意到的。

在家学习固然不容易，但在疫情防控的大局下，我们作为国家的未来，更要发扬人民群众舍小我、成大我，齐心协力抗击疫情的精神。我们不能因为在家隔离就忘记了对抗病毒的知识，更不能因为无法见到老师和同学就松懈了对学习的态度。我们需要做到勤洗手、戴口罩、不出门、不聚集、保持距离等各项疫情防控措施，展现我们应有的责任感和担当。

此外，也需要提高自身的综合素质，无论是锻炼身体还是增长知识，都需要我们从现在开始。可以多读书，多看电影，多听音乐，多练习各种技能，这些不仅可以充实自己的生活，更能锤炼自己的思维和创造能力，从而提高对于现实的认知。

总而言之，在这次特殊的疫情期间，我们需要发扬自己的自我认知、独立思考、实际动手、团队合作等能力。团结一心，携手抗疫，让我们更好地面对未来的挑战！

疫情期间的体会心得及收获篇八

“喂，马主任吗哎…你好，我是_…是这样的，我这几天看了新闻，这次疫情十分严重，我也想出一份力，捐点钱，尽一份力。可是我行动不方便，能麻烦你们到我家来下我把钱给你们吗”3月1日午时社区新华支部书记马海维接到了这样一个电话，电话的那头是一位坐在轮椅上的84岁老党员，这名

老党员就是东亭社区九组的_同志。

_同志1990年1月加入.....，是一名有着三十年党龄的老党员。说到家境，_同志家并不宽裕，甚至还是社区党委常年帮扶的困难老党员，_同志家中是老夫妻二人一齐生活，他本人长年生病住院，此刻只能借助轮椅才能正常“行走”，家庭无任何收入来源。

多年来一向坚持着爱看新闻的_同志在疫情发生后，神经时常紧绷，时刻关注着疫情防控工作的进展，同时主动配合社区防疫工作，自我儿子儿媳一家三口年后从贵州返乡后，_同志立即将信息主动上报社区，并配合社区做好居家隔离工作。在看到全国党员进取捐款抗疫的新闻后，_同志主动联系社区党委并提出要捐助元爱心款支持抗疫工作。

在接到电话后，社区党组织便立即上门走访，劝说_同志，表示家庭困难，有心意就好。但_同志表示“我平时一向得到组织的关爱与帮扶，在这个特殊时期，无论是作为一名党员还是作为中国人民，我都应当贡献自我的一份力量。”

但社区党委明白，2000元钱对于一般人而言可能只是几件衣服、几顿饭的事，可对于家庭没有任何收入来源，常年还要花钱去医院的_同志来说却是一笔巨款，这将是他家未来几个月的生活费，甚至未来几个月的生活可能更加拮据。研究至此，为了既不让_同志失望，又能完成一名老党员坚守一颗初心的愿望，再三劝说之下，社区党委从_同志手中的2000元中拿出200元作为其爱心捐款。

这只是东亭社区203月1日午时很普通的一件事，但每每提起，却总是让人感动与震撼。这一份看似微小的捐款，凝聚的却是一名老党员心系人民的深厚情谊，彰显的是一名老党员时刻坚守的初心使命，见证的是中国人民骨肉同胞血脉相连，同舟共济的磅礴力量。