

最新地震演讲心得体会 雅安地震演讲稿(大全7篇)

当我们备受启迪时，常常可以将它们写成一篇心得体会，如此就可以提升我们写作能力了。好的心得体会对于我们的帮助很大，所以我们要好好写一篇心得体会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。

地震演讲心得体会篇一

4月20日又是一个灰暗的一天。在这天，在四川雅安发生了里氏7.0级的大地震，把无数本应该在阳光下鲜活的生命永远地带入黑暗世界。

灾难超越了地域与时空，灾难是我们共同的伤痛，在无法抗拒的大自然面前，只有爱才是我们得以永恒的力量，只有爱才是我们共同抗衡自然灾害的伟大力量！

在这重压之下，将检验我们炎黄子孙的坚强风骨；在危难之时，将显示我们华夏民族血浓于水的亲密团结。“一方有难，八方支援”，我们应该不分地域、不分民族，关注灾情，表达爱心。为此，作为中华学子的我们倡议：积极为灾区群众，伸出热情的双手，献出我们的爱心，众人拾柴火焰高，能力不分大小，捐赠不分多少，善举不分先后，再小的力量也是一种支持。

为抗震救灾，帮助灾区同胞重建家园助力。我们坚信“地震无情，人有情”。为灾区送去来自我们的问候，和力所能及的经济捐助。雅安震定，华夏同心。让世界看到坚强的中国！团结的中国！

在灾难面前，让我们一起携手为我们的同胞们贡献出自己微博的力量吧！

地震演讲心得体会篇二

上午好!

我是来自湘雅三医院的一名普通护士，从小到大，我一直过着平凡而幸福的生活，从没有经历过灾难。这次汶川的8级地震，震垮了四川灾区的设施，摧毁了四川灾民的家园，也震撼了每一个中国人的心。回想起在彭州灾区的十几个日日夜夜，我的心始终无法平静。在那里，我目睹了灾难的残酷，我亲历了生命的脆弱。然而，最让我自豪和感动的是，我履行了一个白衣天使的神圣职责，我见证了生命的顽强与坚韧。南丁格尔曾说，我们要“终身纯洁，忠贞职守……谋求病人之福利。”作为一名护士，我们更要对生命的脆弱保持悲悯和同情，对生命的尊严保持敬畏和景仰。

那是5月14日晚，地震发生后的第三天，我作为湖南省抗震救灾第三医疗队中的一员乘专机抵达成都，随后赶到重灾区彭州市。晚上12点我们被安排到彭州市人民医院。当时一派紧张繁忙景象，到处挤满了救护车、帐篷和志愿者。稍作安顿，领队便带着我们简要了解了伤病员的情况，连夜查看了病人。回到宿营地已是凌晨三点多，本站为您提供大量免费范文!此时恰逢送来一位脑外伤病人，我们神经外科的医生和护士都顾不上休息，赶紧为伤员施行了第一台手术。

15日清晨，领队安排我们部分队员到病房查房、手术，另一部分在门诊楼前搭起了简易接诊台。此时的伤员很多，我们全体队员全部进入“野战医院”的警备状态。救护车呼啸鸣笛声接踵而至，救护车一来，我们就飞速迎上去，对有的伤病员就地清创、缝合、打石膏，有的重病人收到病房。后来我才知道，在我们湖南医疗队到彭州之前，所有的伤员都被转到成都市去了。我们到了之后，伤员就可以就地医治。

彭州市人民医院手术室在地震当天已经停止使用了，其外走道墙上和走廊上有条10厘米的裂缝从七楼一直到延伸到一楼。

伤病员越来越多，临时手术室越来越挤，我们想重新清理医院的手术室，为病人及时手术，手术室设在七楼，进去后一看，里面的空调倒在地上，消毒机斜挂在墙上，手术床和器械被震得东倒西歪。虽然是这样简陋的手术室，可对于那些重症伤病员来说，这里就是通往痊愈的向生之门啊。我们赶紧把手术室仔细清理好，准备手术。

在这里，我们给一位双侧股骨骨折的84岁老奶奶施行手术，当时她的血色素只有4克，而正常人一般在10克以上。为了手术安全，我们的骨科医生打破常规先做左侧股骨手术，再做右侧，一边输血一边手术。手术进行到一半，突然，手术台晃动起来，器械发出尖锐的碰撞声，窗户在摇晃，地面在颤抖，每个人头上都冒出了细密的汗珠，每个人的心里都清楚，余震来了。余震来了，我们的病人怎么办？台上的护士马瑛和陈阳赶紧协助医生保护好手术创面，作好随时带病人撤离的准备。幸好，余震很快过去，手术继续进行。7个小时之后，老奶奶被安全送出手术室，我们成功了。

余震每天都在发生。看着墙上一道道裂缝，说心里话，我们也害怕，如果余震一来，房子倒塌的话，我们肯定是跑不出去的。我们没想到，平时最塌实的土地此刻都变得不可靠了。即使最疲惫的时候，大家也不敢脱衣服，我们都把证件放在护士长一个人身上，随时准备疏散。到了后来，大家反而对余震习惯了，每天好象盼着余震快来，只要来过了，心里反而安稳了。

在接诊台，我们碰到一个孩子，他叫张鹏，来自彭州市郊的小鱼洞村。地震后他被埋了几天，是自己从废墟里慢慢爬出来，爬了一天一夜，碰到志愿者才被送到我们这里来。见到他时，他的双手肿胀，指甲磨掉了，血肉模糊，连矿泉水瓶子都拿不起，身上的衣服也破了，浑身有股浓烈的异味。最让人揪心的是，他始终呆呆的，一双空洞无助的眼神盯着帐篷顶，一言不发。我们为他治疗换药，问他“吃了没？”他说“吃了”，问他“吃饱了么？”他说“没”，我们赶紧拿来

米粥喂他，给他买来苹果和黄瓜。我们问他要换衣服吗？他说“我有。”我们这才发现，他爬出来时始终背着一个书包，书包里放了衣服，还有一些书。他上初中二年级，是一个爱学习的好孩子。我们不敢去问他的家人，后来我们巡诊到小鱼洞村，试图打听他家人的情况，可是那里一片废墟，根本打听不到。可怜的孩子啊，也许你的亲人已经不在，也许你在泥泞的路上承受了太多坎坷。可是，你从劫难中活过来了，请你笑一笑吧，请你哭一哭吧，我们有勇气活下来，难道我们还没有勇气笑么？没有勇气哭么？坚强的孩子啊，我们以后还要买更多的书，学更多的知识呀。

5月26日，按照上级统一安排，我们护送部分四川的伤病员回到了湖南。我们都是幸运的，最终都平安的活着，可是更多的遇难者是不幸的，那些长埋于地下的几万人是不幸的，他们也许刚为人父为人母，也许他们懵懂的眼睛还没有读懂人世的精彩，也许他们还没有体会到生命的可贵，可是无情的灾难去让他们用了这样一种沉重的方式向精彩的世界挥手。

愿天佑中华，愿生民不死。愿逝者安息，愿生者前行。愿那些惊恐万状的心灵得到抚慰，愿那些纯洁善良的人们不再伤痛。生命需要温暖，每一分钟都是一个世纪，每一次仰望都将成为永恒。请允许我以一名护士的名义，向生命致敬。

地震演讲心得体会篇三

xxxx年8月以来，我国的西南地区，发上了令人震惊的旱情，已经导致数千万同胞饮水困难，粮食作物基本绝收，老百姓的生产、生活承受巨大损失并面临生存危机。其中云南的旱情最为严峻，预计全省因旱灾造成农业直接经济损失120亿元以上，800多万人饮水困难。

就在云南旱情的危急关头，时针转动到xxxx年4月14日7时49分，一场7.1级强烈xx[]再次撕裂中华大地。青海玉树，一个美丽的江河之乡，是长江、黄河、澜沧江的源头，保存着中

国最美最纯最宝贵的风景和记忆。地震的恶魔，在几十秒内，将玉树县的民房几乎全部摧毁。发生在xxxx年的这场地震，将地处青藏高原东端的美丽县城顷刻间夷为平地。截至现在，地震已造成2064人遇难，失踪175人，受伤12135人，其中重伤1434人。

灾难无情，人有情，用爱心化解伤痛！用祝福祈祷平安！为灾民同胞做一切力所能及的事情，是我们的荣幸和责任！为此，学校党支部，工会、团委迅速行动起来，各班主任积极开展主题班会，募集善款，老师和同学们向灾区人民伸出了援助之手。今天我们全校集中，举行为玉树地震灾区和云南干旱灾区的同胞献出我们的爱心，为他们送去温暖、送去光明、送去希望，让涓涓细流汇集成爱的汪洋大海，受灾同胞们尽快绝处逢生，让干涸的彩云之南尽快重新焕发生机。

“一方有难，八方支援”是中华民族的传统美德，为灾区群众奉献爱心，凝聚人道力量，帮助他们渡过难关，是中华民族乐善好施的博大情怀。

老师们，同学们，接下来开始我们今天的募捐活动，请各主任和班长代表我们大家的爱心依序上台捐款。同学们，我们掌声感谢他们的善举。

地震演讲心得体会篇四

5月12日14时28分，四川汶川发生里氏8.0级地震，地震造成将近7万人遇难，37万多人受伤，1万8千人失踪。这是多么巨大的灾难啊！举国悲痛，世界震惊。为了警醒世人，经国务院批准，每年5月12日被定为全国防灾减灾日。今年5月12日，是我国第八个防灾减灾日，主题是“减少灾害风险，建设安全城市”。

首先最重要的就是要镇静，任何突发应急事件不要慌乱。

如果正在上课时发生了地震，同学们应尽快躲到课桌下，用书包护住头部；靠墙的同学要紧靠墙根，双手护住头部；远离窗户，以防玻璃碎片伤人。在走廊或楼梯上同学，应找墙角蹲下，保护好头部，远离墙上悬挂的装饰物，等震动停止后迅速向外撤离。

如果在操场等户外，绝对不能跑进建筑物中避险，也不要广告牌下、篮球架下等危险地方停留，尽量向空旷的地方集中。用毛巾、衣服捂住口鼻，防止烟尘窒息。

1、上下楼梯安全。严格遵守学校上下楼梯制度，禁止在集体上下楼梯时逆向行走，讲究秩序，轻声慢步，防止事故的'发生。

2、交通安全。严守交通法规，过马路时要先观察车辆情况，主动避让机动车辆。按时上学和回家，不在外逗留。

3、夏季防溺水、防雷电、防传染病、防食物中毒安全。

4、正确处理同学间的矛盾。同学间遇到矛盾时，要冷静、理智、友好地处理，自己若不能处理好的话，应该请老师帮忙解决。决不能感情用事，采用打架等暴力违法方式解决纠纷。

5、心理安全。同学们心理上要形成积极、健康、自信、自强的乐观品质，遇到心理问题要找好友、老师和家长帮忙疏导，不可产生自暴自弃、自残自虐的不良心理。

同学们，生命是美好的，生活是多姿多彩的，而要拥有这一切的前提是安全。所以我们一定要时刻加强安全意识，珍爱生命，努力增强自我防范能力，时刻注意防灾减灾，做到警钟长鸣！

我今天的国旗下讲话到此结束，谢谢大家！

地震演讲心得体会篇五

20xx年4月14日7时49分，我国青海省玉树藏族自治州玉树县（北纬33.1度，东经96.7度）发生7.1级地震，震源深度33公里。截止15日16时，地震已造成760人死亡，11400余人受伤，1.5万户民房倒塌，有10万户灾民需要转移安置。这场地震给灾区的群众造成了巨大的创伤和痛苦，灾害突如其来，震撼着每个人的心灵，中国人民在经历了今年的西南旱灾之后，面临又一场严峻的考验！

中华民族素有扶危济困、行善积德的传统美德。玉树灾区人民的痛苦和面临的巨大困难，深深牵动着我们的心。看着受灾现场的残垣断壁，看着被埋生命在废墟中挣扎，看着数10万灾区人民缺衣少药，我们心中都涌起无限悲情。

天灾无情人有情。为做好青海玉树抗震救灾工作，学校已经组织我们捐款捐物。在此，我也希望大家伸出援助之手，通过各种渠道和方式，踊跃捐款捐物，用我们的实际行动帮助灾区群众渡过难关，早日赢得抗震救灾的胜利！一衣一物皆心意，一元一分总关情。

“伸出双手，奉献爱心”，以捐款方式为灾区困难群众提供关怀和援助，为灾区重建贡献我们的力量。您所捐助的每一分钱都饱含着无价的爱心，都将化成一缕缕阳光，汇成一条爱的河流，给灾难中的人们以无限的力量！

我们的心连在一起，就是一座爱的堤坝；我们的手牵在一起，就是一座情的长城。因为您的援助，受灾群众将感受更多温暖，失屋者将得到更安全的庇护，灾区学生将得以重返校园，灾区重建将得到更多保障。

那一颗颗期待帮助的心会永远记住你们！灾区的群众会永远记住你们！历史会永远记住你们！

地震演讲心得体会篇六

大家好!今天是5月12日。20__年5月12日,我们永远记得这个日子,汶川发生了大地震,房屋倒了,亲人没了,家园瞬间成了废墟。那一幕幕都揪痛了我们的心的。同学们,为了引起我们对防灾减灾工作的重视,增强灾害风险的防范意识,普及防灾减灾的知识,增强综合减灾的能力,国务院批准,自20__年起,把每年5月12日定为全国“防灾减灾日”。

近年来安全教育越来越得到社会各界的重视,我们的安全意识也随之增强,防范能力逐渐提高,但是重特大伤亡事故仍时有发生,安全问题不容乐观。面对每一次残酷的事故,面对每一个鲜活的生命在瞬间逝去,每一个同学都应当视生命为最宝贵的东西,时时关爱自己和他人的生命。

1、注意课间安全:上下楼梯要有序,慢行、礼让,要养成上下楼梯靠右行走的良好习惯。

2、注意运动安全:运动前要作好准备活动,运动过程中切不可做危险的动作,还要注意不要剧烈碰撞,以免撞伤或摔伤。

3、注意放假、返校时的交通安全:放假后应该及时回家,有特殊事情未能及时到家的,应及时告知父母自己的去向;放假时在学勉大桥及大道上不乘坐无牌无证车辆的面包车;返校及平时严禁乘坐超载车辆。

4、注意食品卫生安全:不吃不洁净的食物,讲究卫生;养成卫生好习惯,不到无证摊贩购买不洁零食和其他来路不明的食物;校园内要绝对禁止外卖事件的发生,学校一直三令五申禁止外卖进校园,但我们的部分同学仍不顾校纪校规,不顾饮食安全,偷偷摸摸联系外卖,这情况学校将一直严查,希望大家能引以为戒。

5、注意财物安全:在校期间的财物一定要保管好,尽管学校

不断提醒，但总还是有财物失窃的现象，我们不能阻止某些劣质行为的发生，但我们可从保管好自己贵重物品这个源头杜绝失窃。

6、注意交往安全：同学之间开玩笑应该把握好度，无意碰撞到别人了大家应该懂得谦让，校园和谐的人际关系是平安的最原始保障。

同学们，生命是美好的，生活是多姿多彩的，而要拥有这一切的前提是安全。所以我们一定要时刻加强安全意识，努力增强自我防范能力，做到警钟长鸣！

地震演讲心得体会篇七

大家好！今天我国旗下讲话的主题是防灾减灾，警钟长鸣。经国务院批准，自2009年起，每年5月12日为全国“防灾减灾日”。今年5月12日是我国第x个“防灾减灾日”。在这次活动中我们全体同学的责任就是：学习、宣传减灾防灾知识。

大家都知道，在2008年5月12日，我国四川汶川发生8.0级特大地震，损失影响之大，举世震惊。设立我国的“防灾减灾日”，一方面是顺应社会各界对我国防灾减灾关注的诉求，另一方面也是提醒国民前事不忘、后事之师，更加重视防灾减灾，努力减少灾害损失。

国家设立“防灾减灾日”，将使我国的防灾减灾工作更有针对性，更加有效地开展防灾减灾工作。开展好“防灾减灾日”活动，有利于引起广大师生对防灾减灾工作的重视，增强师生灾害风险防范意识。有利于普及防灾减灾知识，增强综合减灾能力。有利于加强防灾减灾基础设施建设，提高快速反应能力。

在全球气候变化和我国经济社会快速发展的背景下，近年来，

我国自然灾害损失不断增加，重大自然灾害乃至巨灾时有发生，我国面临的自然灾害形势严峻复杂，灾害风险进一步加剧。作为有知识的青少年，我们的责任就是学习“防灾减灾”知识，做好宣传预防工作。

第一，请同学们积极参加学校组织的应急疏散演练，熟悉自己的疏散路径，养成处变不惊的优良心理素质。

第二，请同学们在日常生活中，增强安全意识，增强自我保护意识，注意安全，防止受到来自各方面的伤害。这里所说的安全，涉及交通安全、水火安全、楼道安全、刀具安全、交往安全、生活安全、心理安全等许多方面。

同学们，生命是美好的，生活是多姿多彩的，而要拥有这一切的前提是安全。所以我们一定要时刻加强防灾减灾知识，树立责任意识，努力增强自我防范能力，做到警钟长鸣。