

# 2023年恋爱的利与弊心得体会(精选10篇)

演讲作为人类一种社会实践活动，它必须具备以下几个条件：演讲者、听众、沟通二者的媒介以及时间、环境。我们如何才能写得一篇优质的演讲稿呢？下面是小编为大家整理的演讲稿，欢迎大家分享阅读。

## 卫生健康演讲稿篇一

迎着冉冉升起的朝阳，呼吸着缕缕清新的空气，美好的一天又开始了。今天我发言的主题是《关注安全，健康成长》，同时也是向全体同学发出的一个倡议。

它时时处处威胁着青少年的健康成长。安全事故会给受害者本人身心造成伤害，会给受害者家庭造成损失，会给学校正常教学秩序造成影响。

安全第一，警钟常鸣，我们要真正提高认识，牢记“没有安全意识就是事故”、树立“安全重于泰山，生命高于一切”的观念。因为祸患在警惕中会远离，悲剧在麻痹中会亲近。安全是伴随生命始终的良师挚友，事故是在思想打盹时偷袭的毒蛇。谁对安全不在意，事故对谁不留情。

为此，向全体同学发出以下倡议，希望我们每一个同学都要做到：

- 1、同学之间友爱谦让，和睦相处，上下楼梯慢步轻声靠右行，行至拐角处，要放慢脚步，预防相撞。课间在走廊、台阶、大厅等场所不追逐打闹，不乱跑乱跳，不玩危险游戏，不从窗户望外伸头探望，不从楼梯的扶手上上下滑。不翻爬院墙，放学离开教室一定要关好门窗以及用电设备。爱护消防设施，若发现隐患，及时向学校汇报，防患于未然。

2、注意交通安全，遵守交通规则，骑车的同学要不骑英雄车，不并排同骑，骑车尽量不带人，步行的同学过马路时要走斑马线，要左右看，不闯红灯，主动避让机动车辆，谨防意外事故发生。

3、要注意个人卫生，勤洗手，勤通风，勤锻炼，不暴饮暴食。坚决杜绝购买路边小吃，流动摊贩的食品，以免发生食物中毒和诱发肠道传染病。不吃路边摊点上的不卫生食品，有病要及时就诊。

4、不私自外出，放学如果是家长来接的，不要独自一人跑回家，免得家长惊慌，是自己回家的，最好不要一人单独行走，可以结伴同行。不听信陌生人的话，防止被坏人拐骗和走失。做到生人的话不听、事不做、路不带、东西不拿。

5、安排好作息时间，既要学习好，又要休息好。适当进行健康有益的活动。活动前，要做好准备工作，运动时，要遵守运动规则，注意自身的安全保护，谨防意外伤害发生。

总之，生命有了珍爱才更加安全，生命有了安全才更加灿烂。平平安安到校，高高兴兴回家是我们共同的心愿。让我们携起手来，珍爱生命，关注安全，在全校形成一个“天天都是安全日，人人关心校园安全”的浓厚氛围，共同创建一个安全、温馨、和谐的校园。

## 卫生健康演讲稿篇二

1. 知道讲究卫生有利于健康，了解日常生活中卫生小常识。
2. 学会倾听故事，理解故事内容。
3. 感受歌曲活泼欢快的氛围。
4. 教育幼儿养成良好的卫生习惯。

5. 发展幼儿的动手能力。

### 教学重点、难点

理解故事内容，增强幼儿讲卫生的意识，逐渐形成讲究卫生的好习惯。

### 活动准备

1. 一只可爱的毛绒玩具猪。
2. 《我爱洗澡》的光碟一张。

### 活动过程

#### 一、开始环节：

师生谈话引出主题《讲卫生的孩子》。

1. 猜猜它是谁？
2. 出示小猪并向全班小朋友们作自我介绍（老师生动配音）。

#### 二、基本环节：

听小故事《小猪奴奴》：老师以小猪的身份讲述故事，注意配音语气儿化，动作可爱，表情生动。

1. 原来的奴奴是什么样的？朋友们喜欢它吗？（原来的奴奴顽皮，不讲卫生，很脏，朋友们都不愿意跟它玩。）
2. 后来的奴奴是什么样的？朋友们对它怎么样？
3. 讨论：谁知道怎么做才是一个讲卫生的孩子呢？（让幼儿分别扮演多种角色了解有关生活卫生小常识。）

三、结束环节：

欣赏歌曲《我爱洗澡》。

1. 让幼儿感受歌曲的活泼、欢快。
2. 在理解歌曲的基础上尝试自由创编动作，进行歌表演。

四、延伸环节：

游戏《找朋友》，活动自由结束。

## 卫生健康演讲稿篇三

进入20xx年，为了有效实施社区健康教育工作，加大以中医思想为原则，让更多社区居民了解中医，提高防病治病知识知晓率和卫生保健知识的水平，改变社区居民的不良行为生活方式，促进社区居民形成健康文明的行为和生活方式，加强高血压、糖尿病、慢支炎病人的管理。同时为促进城乡一体的发展进程，构建和谐文明的健康社区，特制定20xx年的健康教育工作计划。

### 1. 指导思想

坚持以为人民服务的宗旨和预防为主的方针，在社区卫生服务中心的领导下，合理使用社区资源和适宜技术，以健康教育为龙头，面向社区群众，面向居民家庭，面向慢性病管理，成立以中心富有经验的健康教育成员为主，社区办事处及居委会健康教育分管人员为辅的社区健康教育领导小组，为社区居民提供有效、经济、方便、综合、连续的健康教育。

### 2. 广开渠道，加强健康教育宣传力度、广度

根据站内的实际情况及居（村）民的需求，周密部署，精心

(1)：设立咨询处和资料取阅架，发放健康教育处方

(2)：利用报纸、宣传画、手册、折页、专栏、板报、模型、录像、义诊、专家讲座、小组讨论、面对面咨询等形式，地点可为院坝、广场、农贸集市、居委会或村委会或组委会的活动室，也可为茶店等，传播慢性病防治技能，在行为上对居民进行指导。

(3)：通过村老年协会、社区街办、社区居委会及中心本身开展各种活动的机会，采取互动的形式开展健康教育，引导居民及时就医。

(4)：利用全国防治慢性病日等机会，大力开展大型综合性的慢性病防治宣传教育，使慢性病防治家喻户晓，人人皆知，并自觉参与。

(5)：利用全民健康生活方式推广的机会，开展形式多样的科技教育教育活动。

### 3. 加强医务人员的健康教育培训

认真制定健康教育培训计划，做好健康教育工作人员的培训工 作，使其全面了解健康教育执行的目的、意义，掌握健康教育活动的内 容、方法和要求，学习健康教育工 作相关的专业知识和技术，提高对健康教育工 作重要性的认识，为健康教育的执行提供可靠的人员和技术保障。对健康教育专（兼）职人员进行指导和培训。

中医中药是祖国的文化瑰宝，是中华民族千百年来与疾病作斗争留下的智慧结晶，中医一直提倡“治未病”的健康理念。其实中医时时刻刻就在我们身边早已融入了我们的日常生活中。时至今日，老祖宗留下的养生之道，防病治病之术仍然是我们维护健康的法宝。

开展老年人中医药健康指导工作，以社区为服务区域，辖区内65岁以上老年人服务对象，提供体质辨识，体质评估和中医健康干预等服务。

## 预期结果

- 1: 通过发放中医健康教育宣传资料，提高社区居民对中医防病治病的了解，提高社区居民健康水平，提高居民中医的健康知晓率。
- 2: 树立服务站在居民心中的良好形象，不断提高患者就医率。
- 3: 促进医患关系，营造温馨社区就医环境。社区卫生站

## 卫生健康演讲稿篇四

完善健康的服务，拥有健康的人群的目的。使辖区居民群众掌握有关的健康知识和卫生保健常识，增强大卫生意识、创建意识和自我保健意识，形成一定的健康行为规范，倡导良好的生活习惯和健康的生活方式。

- 1、办好健康教育学校。以各社区健康教育学校为主，做到授课有计划安排、有教师、有教材、有课时、有记录。开课率100%。
- 2、广泛开展宣传活动。紧紧围绕爱国卫生月“人人动手、清洁家园”和世界卫生日的主题积极开展宣传活动，组织辖区单位设立宣传台、踊跃参加黑板报联展，进行评比；各社区（村）居委会定期在宣传栏中进行健康知识宣传，利用宣传形成一个较强烈的爱国卫生工作宣传氛围。
- 3、继续发挥示范点的表率作用。配合县有关部门通过抓好示范点的健教工作在辖区各单位中推广，各类公共场所、饮食、工厂等要求单位根据自身的行业特点开展健康教育活动，对照

《公共场所管理条例》、《传染病防治法》、《食品卫生法》等法则、法规、条例，教育职工加强大卫生意识，严格操作规程，防止疾病传播；加强职工的“五期”保健教育，注意保护职工身体健康。

4、开展“健康社区”、“健康家庭”的试点工作。学习先进经验，结合城镇道实际，协调有关部门，在环南东路社区居委会开展“健康社区”“健康家庭”的试点工作。努力改善社区环境及体育设施，组织居民开展各类强身益体的文化体育活动；利用社区红十字诊所；开展医疗咨询，编印健康知识材料普及健康知识，提高居民的自我保健意识和抗病能力。

5、控烟教育。加强对公共场所控烟单位的控烟宣传，巩固无吸烟单位成果。

6、定期组织对辖区社区（村）居委会的健康教育档案进行检查。

## 卫生健康演讲稿篇五

健康教育是学校教育的重要组成部分，为认真贯彻《学校卫生工作条例》、《小学中学健康教育指导纲要》，进一步提高广大师生健康认识和疾病预防能力，全面推进学校健康教育工作，特制定20xx年学校健康教育工作计划，请各小学中学根据本工作计划的内容和要求，努力推进健康教育工作，增强学生健康认识，提高学生健康水平。

以提高师生健康素质为目标，结合学校实际情况，坚持树立“以人为本”、“健康”、“安全第一”的指导思想，注重预防为主，治标兼治本，综合治理的原则。以干预和控制影响师生健康的危险因素、规范公共卫生行为、倡导文明健康生活方法为重点，以开展各种健康促进活动为载体，努力促进校园健康、环境健康、人群健康，实现学校全面协调发展。

1. 主动创建江苏省健康教育促进学校。认真落实健康促进学校考核评估细则的各项要求。在组织发展、政策保障、物质环境、社会健康环境、社会关系、个人健康技能、健康服务等各方面达标，力争办出特色。

2. 树起健康认识，把健康教育课放在重要地位，树立正确的健康观念，培养学生优良的卫生行为，健康的生活方法。

3. 创建健康的校园环境，努力做到整洁、优美、安全、愉快和富有教育性。

九月份：

1、加强对校园卫生、食品卫生、安全的检查及校园卫生的美化。

2、开展20xx秋季卫生宣传月暨“预防肠道传染病，远离甲型xx流感”活动。

3、狠抓学校卫生常规教育，促进学校健康课的健全实施。

4、加强学生养成良好的卫生习惯教育。

5、严格做好传染病的防控预防措施。“从系从严，制度管理”的宗旨。

十月份：

1、开展狂犬病的宣传教育。

2、保护视力、预防近视。(开展讲座及护眼保眼专刊)

3、一年级开展口腔卫生的讲座。



4、 “均衡营养、身体才强壮”。