

活动会议记录内容(大全5篇)

使用正确的写作思路书写演讲稿会更加事半功倍。在日常生活和工作中，能够利用到演讲稿的场合越来越多。我们如何才能写得一篇优质的演讲稿呢？下面我给大家整理了一些演讲稿模板范文，希望能够帮助到大家。

医务人员扶贫演讲稿篇一

大家好！

您见过连绵起伏深远的山吗？您看过汹涌澎湃宽广的海吗？今天，我演讲的题目就就是：护士的心——就就是那深远的山，宽广的海！自从南丁格尔那盏小马灯照亮无数伤残战士生命的那一克起，便有无数的巾帼志士受到那生命光辉的感召，纷纷放弃优越的生活来到各个需要帮助的人们身边，承担起守护健康守护生命的神圣使命。她们用勤劳的双手和博大的爱心，将人类的至真、至善、至美发挥到了极致，一如春风吹遍世界的每个角落。

我们的职业就是被人尊称的“白衣天使”，也许只有同行们才清楚这天使背后的苦和累。工作对我们的要求就是苛刻的。白大褂一穿，什么情绪和烦恼都得抛得远远的。在医院消毒水的气味中，我们走过了清纯的少女时代；从血淋淋的伤口边我们走过了炙热的青春年华；在白色的氛围中送走了无数个宁静的夜晚；在爱人的期待和孩子的埋怨中把自己奉献给了一个个伤痛病人。众所周知我们的工作辛苦，没有固顶的节假日；没有固顶休息时间。工作琐碎，责任重大。有的护士还需要跟麻风患者、精神病患者、传染病患者打交道。我们默默无闻的付出了很多。然而我们却经常遇到委屈和误解。但我们无怨无悔。因为我们深知服务对象就是一个个需要人帮助和同情、在病痛中苦苦挣扎的病人。

“医生的嘴护士的腿”，不说别的，就就是一个晚上，上急诊班的夜班护士全部走下来的就有四五十里路。腿都跑肿了。也许您不相信，但就是请您看看护士姐妹们小腿上那盘曲的静脉曲张，您就明白了。在急诊科曾有一件这样真实的事情：下午快下班了，几声长笛送来了十几名乘坐小公共汽车出车祸的外伤病人。白班的护士都主动地留了下来，有条不紊地进行着抢救。直到晚上十点才回家。当饿着肚子拖着疲惫身体的小王问：“护士长，我们忙乎了一大顿却遭来一顿臭骂，那个醉汉还差点打着您！”护士长却大度地说：“那对小夫妻新婚燕儿，丈夫看到心爱的妻子伤得那么重，心里太焦急，加上又喝了酒。咱们就不要和他计较了。”象五一这样的长假，大家都留恋在如画的山水和浓浓的亲情中时，我们的急诊科却经常发生着这样的事情。

记得有一件事情我终生都难忘。当时，我为一名气管切开的患者做处置时。他气管套管里不时喷出的血溅了我一身一脸，空气中弥漫着臭味和血腥味。我真有点支撑不住的感觉，可就是我忽然间看到，不能开口说话的病人做了一个动作，一个我终生都难忘的动作——病人费力地合拢手指做成作揖状，眼睛紧盯着我，满就是无声的感激。那一刻，我被病人感动了，被我的工作感动了，感到这点委屈真的不算什么！

俗话说“三分治疗七分护理”，护理工作在整个医疗过程中占有举足轻重的地位。曾经有一个小脑萎缩的病人，病人原来就是一位英语老师，但他连续说三个字都不行。这样的病人单纯依靠医疗手段就是不行的。我们就着重从心理因素就是与他沟通，病人果然取得了较好的疗效。出院后为感谢我寄来了书法作品。我裱好后，拍成照片给他寄回去。让他真心感到护士对他康复的良好祝愿。一直到现在，病人都跟我保持联系，逢年过节都不忘给我寄一张贺卡。

各位亲爱的朋友，请看一看那连绵起伏深远的山，看一看那汹涌澎湃宽广的海，那就就是我，就是我们，就是护士，就是白衣天使的心！

医务人员扶贫演讲稿篇二

大家好！

今天，我演讲的题目就是：将爱，洒满人间！

五月的春风送来夏日的温情，五月的大地书写着白衣天使美丽的人生。五月，就是我们护理姐妹团聚在一起，感怀激动的日子。让我们接过南丁格尔手中那盏不灭的灯火。将爱的种子，播撒在每个人的心中。

在古希腊传说中，“天使”就是神的使者。来到人间，帮助那些需要拯救的人，解除他们的磨难与痛苦。在人们的印象中，天使就是善良的化身，给人类带来光明、温暖、爱和希望。

人们习惯把我们护士称为就是白衣天使，因为，我们同样有着一颗善良博爱之心，有着一双勤劳智慧的双手，有着一对呵护生命的隐形翅膀。只就是，我们的头上没有天使的光环，我们一直在默默无闻的奉献着，将爱，洒满人间。

记得去年6月份，我刚刚来到病房工作，那就是一个手足口的高发季节。病房里有一半的病人就是手足口患儿，孩子们都不大，有的甚至几个月。由于口腔溃疡疼痛难忍，许多患儿不敢吃东西，哭闹厉害。护士们就配好漱口药液，哄着他们，用棉签一点一点擦拭。那份细心和耐心，连家长都为之感动。有一天下午，我和老师们正要下班回家，突然来了一名重症手足口患儿，一对年轻夫妇抱着不满一岁的孩子，焦急万分的从托县赶来。患儿当时高热烦躁、呼吸急促，哭闹不止。见此情景，我和老师赶紧投入紧张的抢救，有的吸氧，有的采血，有的输液，有的测量生命体征。由于患儿哭闹厉害，身体较胖，静脉穿刺非常困难，加上家属情绪急躁，老师们心里负担非常重，几个人蹲在床旁，护住孩子的身体认真挑选，终于在头上找到了一根小静脉，及时为患儿输上了液体。

我和护士长担心夜班一个护士忙不过来，就一直守候在患儿旁边，一边为他擦浴降温，观察病情，一边安慰家属。直到患儿病情好转，呼吸平稳，我们才回家，那时，已就是晚上9点多。

顶着满天星光走在路上，我的心中一阵欣喜。那一刻我突然明白了，为什么那么多护理姐妹，不怕脏和累，不知疲倦的工作在护理岗位上。因为，她们有着一颗天使般的爱心。挽救生命、解除病痛就是她们不变的追求。当日复一日的辛劳，迎来了一张又一张康复的笑脸；当不分昼夜的守候，挽救了一个又一个垂危的生命，她们一定和我此刻的心情一样，充满了无限快乐与自豪！

去年，在护理部的倡导下，我们全体护理人员开展了“以病人为中心亲情护理”。一句亲切礼貌的称呼，顿时让大爷、阿姨们倍感温暖；几句赞扬鼓励的话语，让小朋友们变得更加勇敢；遇到沉默寡言的年轻人，我们就和他们多聊上一会儿，谈谈学习、工作、理想和心愿，不一会儿，他们的脸上就露出了笑颜。前些天，康大爷住院了，两侧髌部从家里带来了褥疮，我们细心的为他消毒、按摩，理疗，张老师还找来细布和海绵，给他缝制了海绵圈。这一句句，一个个有声和无声的语言，把爱的暖流传递在每个患者的心间。

记得法国作家雨果曾说过：“花的事业就是甜美的，果实的事业就是尊贵的，那么，让我们做叶的事业吧，因为叶的事业就是平凡而谦逊的。”护理姐妹们，就让我们象绿叶一样，在平凡的护理岗位上，用精湛的技术、天使般的爱心，为生命注入永恒的光芒和希望。

医务人员扶贫演讲稿篇三

感谢各位领导为我们打造了这个公平竞争的平台，也感谢领导们对我的关心支持和帮忙，让我有勇气站在这竞聘的讲台上。我衷心期望能为医院增添一份光彩和荣誉，同时一展自

己的理想和抱负。

我，xx岁，中共预备党员，大学文化，毕业于xx学校□xx年xx月，我由学校分配来到本院□xx年来，我勤奋自学，刻苦钻研，从一个专科生学到了护理本科生，曾先后在省级、专业杂志发表论文xx篇。

作为一名“白衣天使”，我十分热爱这个神圣的职业，以病人的笑为笑，以病人的苦为苦，在奉献中找到了人生的价值。这些年来，我一向服务于临床一线，先后从事多科的护理工作，打针、发药、铺床、输液，在苦中感受着呵护生命的快乐；交班、接班、白天、黑夜，在累中把握着生命轮回的航舵。我曾担任副护士长，作为护士长的得力助手，协助病房管理，参与重症患者监护和实习生带教等工作。在紧张而有序的工作中，我不断成长进步，掌握了各科护理常规和护理技术操作，学会了各科的特色治疗和护理，还积累了较多的护理管理与应对突发事件的经验。我坚信，这将是今后做好护士长工作最有力的支撑。

一分耕耘，一分收获。我的工作得到了病友、家属、领导、同事以及实习同学的赞赏和认可。连续xx年，被评为优秀护士□xx年被评为院先进工作者□xx年被评为积极分子，还收到感谢信无数。

古人云：“不能够一时之得意，而自夸其能，亦不能够一时之失意，而自坠其志”。不管这天竞聘成功还是失败，我都会脚踏实地地工作，和我的姐妹们一齐，用辛勤的劳动创造崭新的成绩，以扎实的工作赢得完美的未来！

谢谢大家！

医务人员扶贫演讲稿篇四

你们好！

今天，当我们团聚在这里的时候，我的内心涌动着一股无言的欣喜，因为我也有幸站在了白衣天使的队伍中，成了时刻与生命通行的人了。

时光荏苒，斗转星移，转眼间我踏入护理工作已经两年多了。类风湿科是我从象牙塔走向临床工作的第一站。我在这里学到了很多，不管是技术上的还是心理意识上的。类风湿属于自身免疫性疾病，被人称为“治不好的肿瘤，死不了的癌症”我们每天面对的是始终站在生死边缘的人，是饱受疾病折磨与摧残的人。每当看到他们那一个个痛苦而又无奈的表情，我的内心充满了自责，感到自己是那样的渺小与无能为力。心有余而力不足！

所以当时我就想，我虽治不好他们的病，但是我一定要尽心竭力帮助他们减轻痛苦。于是我对自已提出了更高的要求：静脉穿刺，抽血尽可能的做到一针见血，肌肉注射尽量做到无痛注射，可是当注射器针头刺入肌肉的时候又怎会不疼呢？于是我就开始琢磨，比如进针的手法，转移病人的注意力等等。在主任及护士长的带领下，我们又开始了心理护理，多与病人交流，让他们不再寂寞，不再压抑。

由于分娩的时间无法自行控制，遇上个二胎的，一扭头的时间或许就有可能漏产。说的一点都不夸张，所以经常弄的我们心理很紧张。另外也很危险，因为我们经常接触血液，稍不小心就有可能感染传染病。尽管我们的工作很脏很累，但是当我们听到新生儿来到世上那第一声有力的啼哭，我们会很欣慰，我们的工作迎接新生命的到来，是拉开人生帷幕的人。

在平凡中我们奉献，在奉献中我们更有义务将护理工作提升一个更高的起点。

医务人员扶贫演讲稿篇五

大家早上好！

今天国旗下讲话 的主题是《消除贫困 人人参与》

我曾从网上看到过这样一件事：广州某某区荔园小学的同学邀请某某省和某某县贫困山区的27名小学生到他们家里做客，一起欢度国庆假期。

贫困小学生吃不惯家长们精心准备的美味，每天最想吃的还是面条、白馒头和野菜。据了解，住在高咏思家的丁肖霞晚上不愿意吃饭，她告诉高咏思：“今天我已经吃了两次饭了，怎么还要吃啊？”原来，她在家乡每天只能吃一顿饭。

看了这则报道，我感到内心十分沉重。一日三餐，是人类平衡汲取能量与营养的科学进食方式，是人类自古以来共同的传统与习惯。然而，丁肖霞及其家乡的人们每天只能吃一顿饭，这并非愚昧无知所致，而是贫穷落后逼迫。丁肖霞疑惑一日三餐，并非丁肖霞和她家乡人的耻辱，而是我们这个社会的耻辱！

当然，贫困不光是我国必须面临的问题，也是一个国际性问题。全世界有近四分之一的人口生活在贫困状态。每年约有20xx万人饿死，每天约有4万儿童因食品匮乏和得不到治疗而死亡。世界五分之一的儿童受教育不足5年。目前世界仅阿富汗就约有300万人正在承受饥饿的煎熬，2500万总人口约75%生活在贫困线以下，每四名儿童就有一人不满5岁夭折。

也就因为全球面临的这个贫困的问题，1992年12月22日，第47届联合国大会把每年的10月17日确定为世界扶贫日，旨在引起国际社会对贫困问题的重视，宣传和促进全世界消除贫困的工作，动员各国采取具体的扶贫行动。

“安得广厦千万间，大庇天下寒士俱欢颜”、“但愿苍生俱饱暖”，这是多少仁人志士的美好愿望。中国从1978年改革开放之初到20xx年启动了为期25年的“扶贫攻坚战”。将农村没有解决温饱问题的人口从2.5亿减少到了2900万，取得了举世瞩目的成就。近年来，社会力量参与扶贫的影响力也越来越大，涉及的扶贫项目包括帮助救助失学儿童的“希望工程”、私营企业家支持贫困地区发展的“光彩事业”、帮助残疾人的“康复扶贫”、扶助贫困母亲的“幸福工程”、资助女童完成义务教育的“春蕾计划”等等。两年来，中国扶贫基金会组织的扶贫中国行硕果累累，那英走进某某左权；杨利伟捐赠太空光盘；姚明捐赠签名篮球；刘翔捐赠签名运动服；宁静、杨童舒走进某某母婴项目区... ..20xx年募集资金和物资1.8亿，受益人口为49.33万人□20xx年募集资金和物资达2.4亿，受益人口为53.3万人。

更可贵的是有些人，虽然自己并不富裕，但也尽力为扶贫事业做一份贡献。例如来自新疆的22岁大学生王保磊，家境贫寒却靠课余打工和省吃俭用的钱，长期默默资助素昧平生的某某贫困小学生谢兆英。

贫穷并不可怕，只要全社会都能为贫困的弱势群体尽一份力，人人互帮互助，贫困是能够被彻底消灭的。同学们，身为小学生，我们也许没有能力为扶贫事业做出轰轰烈烈的大事，但是，我们可以从两方面做起：一是主动关心身边家庭困难的同学，让他们感受到爱与温暖；二是自己努力学习，记住：知识改变自己的命运。相信贫困会成为历史，我们的明天会更美好。

谢谢大家！

医务人员扶贫演讲稿篇六

要想国强先富民。今天，我们要实现的中国梦，应该不是传统意义上的“国富民强”，而是现代国家理念下的“民富国

强”。只有老百姓认为中国梦和自己的梦想是一致的，他们才会全力以赴为实现中国梦而努力奋斗！

邓小平同志提出的改革开放，使数亿中国人甩掉了贫困的帽子，改革开放三十多年来，我国各行各业的发展走向了辉煌的历程。但我国现在还有7000多万的人口未脱贫，国家政府的扶贫工作仍然面临艰巨的任务，贫困人口脱贫之路艰辛而漫长。为了让扶贫途径更有效，扶贫工作更精准，让我国贫困家庭更快、更好地脱贫，我国政府提出了“精准扶贫”的思想，“精准扶贫”是我国强国惠民的好政策。“十二五”期间，政府加强了扶贫力度，特别是今年以来，政府以“脱贫攻坚统揽经济社会发展”的全局，确保了“十三五”开好局，起好步，为全面建成小康社会奠定坚实基础。

现实生活中，很多人看到了扶贫工作中的实惠，就不断涌现出想争当贫困户、来争当贫困家庭等现象，有些被评为贫困户的家庭甚至不想脱贫，以自己是贫困家庭为荣。这无疑是扰乱了我国政府脱贫攻坚工作的正常秩序，加大了脱贫工作的开展难度。作为国家的一员，我们应正确认识到国家出台的扶贫政策，是针对我国真正需要帮助、需要扶持的贫困家庭，是为了减少国家的贫困人口，提高国家的国际经济地位。是贫困家庭的，就要在国家扶助政策的帮助下，勤劳致富；达到脱贫条件的，就要按时脱贫，应该把实惠和政策真正地用到实处，以十九大精神为引领推进脱贫攻坚战，树立“争贫可耻，脱贫光荣”的正确思想。

国家精准扶贫工作要从贫困户的思想上进行改造，让贫困家庭从“要我脱贫”到“我要脱贫”，树立劳动光荣、用双手创造财富的观念。只有他们有了这样的思想，认同党的惠民政策，他们才会有动力，有干劲，才能做到真正意义上的脱贫，而不是拿着国家的实惠得过且过。

让我们大力贯彻“争贫可耻，脱贫光荣”的思想，让脱贫攻坚深入人心，争取早日让贫困家庭脱贫致富，真正做到民富

国强，共同实现我们伟大祖国的中国梦！

医务人员扶贫演讲稿篇七

昨天，我还是个朦胧少年，在护士长的教导下：我学会了做事，同时也学会了做一名好护士。我懂得了自己，也懂得了护理。就这样我将自己的定下了一个人生目标：做一名优秀的护士昨天，我带着一天的疲倦刚回到寝室，又接到科室的抢救电话，接着我又一次提起精神参加了危重病人的抢救。本来和朋友的聚餐就这样不了了之。

昨天，我还是个刚刚迈出校门的学生，带着自己的梦想踏上了护理行程。本科毕业后，我顺利的在本市的一家三级甲等医院上班。在老师的关心和帮助下，我迅速的从一个学生成为了一名护士。在自己的不断的学习中，我的专业同样有了进步。同时我对护理工作的本质有了更深的了解，通过三年的历练，我体会到了护理的真谛：奉献！

昨天，接到妈妈的电话问我今年过年回家吗？我只能实话告诉她：今年过年又要上班，电话那头是妈妈的叹息。伴着一声埋怨：四年都没有在家过年了，好在没有生气。其实回想起小时候过年的高兴劲，那只能是回忆了。

这就是我的昨天，也是每个护士的昨天，因为昨天我们都在干着同样的工作，有着同样的感受。

二、抉择

当我在武汉和北京进修期间，科室护士长都找过我谈话：让我留在本院，最后我还是婉言谢绝了。因为在我艰难的抉择时，我选择了沉默，因为这样可以让自己的心沉淀下来。我知道他们想要的是一名好护士，我知道自己不够优秀，我只能在科室里算得上的好护士而已。同时我感到很欣慰：让男护士得到了初步的认可，没有让人觉得男护士不行！这就是我

真正的骄傲!

当你看到我的自我总结和经历时，请不要叹气!我从上班开始接受的就是护士长严格的管理和培训，所以我一直坚持着自己最初的梦想，作一名好护士而努力。在不断的成长中我做到了，得到了病人及家属的认可。工作的意外收获就是：我有好多的爷爷、奶奶和朋友，他们都是我曾经护理过的病人，现在我是他们的家庭保健师，。在闲暇的时候我会和他们联系，经常受到他们发来的问候短信，这是我最大的骄傲!

现在我依然在为护理工作忙碌着，还是坚持着当初的执着，不仅为病人忙碌，还在为自己的同事忙碌。因为我不仅是病人心中的一名好护士，还是一名护士长。

三、见证

随着时间的飞逝，我已经上班都四年了。感受到了护理专业的重要，同时也看到了我们的未来。在繁华的国际化都市，在不同的医院都可以看到男护士，不在为当初病人的疑问而羞愧;不在为一次静脉输液失误而懊恼;不在为加班而烦恼;不在为学生讲课而怯步。这所有的一切，见证了自己当初的选择。很高兴被单位派送去进修，我先后连续两次分别在武汉和北京学习。在不同的科室学习着不同的专业，不断的充实自己技能。

护士难当，男护士更难当，一名好护士更加难当，但是只要懂得护理，懂得奉献的人，一定就能成为一名好护士!最后送一句可以看到这句话的男护士们：走我们的路，让梦想没有遗憾!

医务人员扶贫演讲稿篇八

大家好!

又一个五月来临了。是五月，让花儿再吐芬芳，让小溪重新欢唱，让鸟儿重振双翅自由的飞翔。让护士姐妹们敞开心扉，倾诉衷肠。平凡的五月，因为有了护士节而变得温馨祥和、异彩纷呈。

十六岁那年，在填报升学志愿的时候，是目不识丁的奶奶帮我做出了选择。奶奶说：“治病救人那可是积德的大好事，一辈子做善事，人活的踏实！”如今，十几年的光阴过去了，在一张张病床之间的穿梭中，在一次次危重病人的抢救中，在一个个漫长夜班的值守中，我度过了人生中最宝贵的年华。虽然护理工作忙碌，单调，收入微薄，可是正如奶奶说的那样，我拥有着踏实和坦然的人生。

记得刚参加工作的时候，听到社会上有人说，护士的工作微不足道，没地位，没价值。我的热情和积极性很受打击，于是找到护士长诉说心底的困惑。护士长语重心长的对我说：“护理是一门独立的学科，你需要学的东西还很多。一个人有作为才会有地位，诚实的劳动必将赢得尊重。”我听了1老师的话，从此努力学习专业知识，苦练操作基本功，把满腔的热忱投入到琐碎的妇产科护理中去。虽然有过无奈，有过厌倦，有过疑惑，但是我感受更多的则是爱岗敬业、辛勤劳动赢得的尊重、理解、信任和支持。患者依赖我们，医生需要我们，人们的健康和幸福离不开我们，谁能说我们不重要？谁能说我们没价值？我参加过无数次的重症抢救，也目睹过无数的感人场面，其中就有这么一件事。

那是三年前一个阴霾的午后，救护车扯着凄厉的笛声闯进医院，焦急的接诊人员送来了一位残角子宫妊娠破裂的患者。听说有危重病人要来，护士长迅速联系了化验检查等相关科室，作好了抢救布署工作。由于急剧的内出血，送到病房的时候，患者已经测不到生命体征。早已备战的护士们立即投入了抢救，快速补液、气管插管、心肺复苏……。我们与死神进行着激烈的搏斗。生死之交，十万火急，分分秒秒的流逝都在焦灼着大家的心。搬动患者，不可能了；送手术室，来不

及了。几位专家当机立断，大胆决定：就地手术！这是一场与死神的争夺之战。几个小时后，传来消息：患者的生命保住了！

而此时，精力体力透支的护士长却累的几乎要晕倒。她跌坐在椅子上，甚至没有力气换下被汗水湿透的衣衫。有谁知道她承受了多大的心理压力？在承担责任的顾虑和救死扶伤的信念之间，她选择了后者。两个月后，患者康复。感激涕零的她让家人在护士长的办公桌里悄悄的塞进了一个红包。可在办理出院手续的时候，却发现帐面上又意外的多出了一部分钱。她的眼睛湿润了，她拉着护士长的手，久久的哽咽着。透过那闪动的泪花，我能看到，她的眸子里满含着对生命失而复得的珍惜，和对人间真情的感动。此时此刻，需要赞美吗？需要感谢吗？需要奖励吗？不。眼前这鲜活的、闪耀着光彩的生命不就是对我们最高的奖赏和回报吗！

当人们用天堂来形容一处风景的时候，那是因为它太美；当人们用天使来形容一种职业的时候，那是因为它的高尚。南丁格尔开创了护理事业之先河，她手中的明灯照向了世界每一处有疾病和伤痛的角落。一百多年过去了，无数的护理前辈们前赴后继，不懈努力，让这项平凡的工作日益显出它的重要性。如今我们接过这盏灯，我们珍惜这份荣誉。我们没有理由不热爱这份事业并为之奋斗终身。

也许，平凡到了极致就是伟大，普通到了尽头就是高尚。这一袭洁白的衣服，给了我们天使的称号，也给了我们执着的热爱，和因为热爱而变的踏实和丰富的人生。

每天，无论是清新的黎明，喧闹的正午，温馨的黄昏还是沉静的子夜，只要你走进医院，就能看见白衣天使们劳碌的身影。她们在为着别人的安危而消耗着自己的健康。就像那红烛一样在默默中流淌着生命。“红烛啊，流吧！你怎能不流呢？请将你的脂膏，不惜的流向人间，培出尉籍的花儿，结成快乐的果子。”这就是红烛的生命，是护士工作的写照。也

是我们神圣的誓言！

谢谢！

医务人员扶贫演讲稿篇九

老师们，同学们，早上好！

我今天与大家交流的主题是：珍惜粮食，崇尚节俭，是我们国华人修身的基本之一。

本周10月16号，是世界第31个粮食日，10月17号，是世界第19个扶贫日。不知这是世界粮农组织与联合国组织的有意所为，还是无意中的巧合——让世界贫困日与世界粮食日连得如此紧密，这似乎是在告诉我们：世界的贫困与粮食的贮量息息相关，消除世界贫困的首要一点就是解决世界人口的粮食问题。在我国，珍惜粮食，崇尚节俭更是我们中华民族的传统美德，我国自古以来就有“民以食为天”的说法，更有“粒粒皆辛苦”的古训，这足以证明我们的国民上上下下把粮食问题看得是多么的重要。

关于珍惜粮食的意义，早已经是老生常谈的话题，在这里，我不想多谈。而我要说得是，对于我们国华的学生来讲，珍惜粮食，崇尚节俭这是我们修身的基本之一；珍惜粮食，就该珍惜每一口饭菜；珍惜每一口饭菜，就是珍惜拥有，就是我们对社会上所有帮助我们的热心人士的最好的感恩。

那么，我们该如何崇尚节俭，反对奢侈呢？

我觉得，崇尚节俭，反对奢侈，我们就应该从珍惜每一口饭菜做起。曾几何时，在我们这个校园里，也曾出现过馒头咬了一口，就扔进垃圾桶里的现象，鸡蛋拿回去放着不吃，结果是坏了不得不扔掉的现象，好在我们的老师及时地发现了这个问题，对同学们进行了及时的耐心的说服教育。今天，

这样的现象已经被杜绝了，但我们应该看到，这样的现象之所以被杜绝，是许多同学苦于学校的纪律约束，而不是真正地从思想高度，从灵魂深处认识到这样做的必要性。所以，我今天利用这个机会，想要告诉同学们：今天，我们身处国华，珍惜每一口饭菜就是对杨叔叔最好的感恩；珍惜每一口饭菜就是对帮助过我们的社会各界热心人士的最好的感恩。只有认识到了这一点，我们才能真正地领悟到感恩地，感恩的真谛。因为在这里有一个最基本的道理那就是：看起来我们所珍惜的仅仅是一口饭菜而已，其实这是对杨叔叔劳动成果的尊重；相反，如果我们浪费了，那就是对杨叔叔劳动成果的一种无视，一种亵渎。

与此同时，我们还应该明白，珍惜每一口饭菜就是我们国华学子的社会责任感的最好体现。我们置身于今天的中国，虽说在袁隆平等一代又一代的科学工作者的孜孜努力之下，我们基本上解决了温饱问题。但是，我们也应该看到，我国人口已超过13.6亿，每年的净增长是1200多万人；人均耕地面积1.4亩，是世界人均值1/4；目前耕地面积正以每年300多万亩的速度减少；全国40%的城市人口消耗的粮食还依靠进口。尤其是进入21世纪的这10年，我国耕地减少了1亿多亩，年均1000万亩。因此减少粮食每年500多亿斤。而且现在这个减少速度仍然在不断加快。乱占耕地、挖沙、土地质量下降、荒漠化等种种现象正在蚕食着耕地。我国的现实情况是，耕地在一天天减少，人口在一天天增加，我们正在用占不到世界百分之七的耕地养活着超过世界百分之二十的人口，因此，人多地少的现实，决定了我们国家的粮食安全问题不容小觑，早在十年前就有人做过一组数据分析，我国谷物、棉花，肉类的产量均占世界第一，可是按人口平均，人均有粮食仅362公斤，不但低于世界平均水平，甚至还低于一些发展中的国家。更让人感慨的是，新中国的今天不是比一千多年前的唐宋王朝版图大了很多吗，可是由于人口猛增，人均占有的粮食竟比唐宋时代还少了200多公斤。所以，珍惜每一口饭菜，节约每一粒粮食，对我们的国家更有特别重大的意义。

- 1、珍惜粮食，避免剩餐，减少浪费。
- 2、不攀比，以节约为荣，浪费为耻。
- 3、吃饭时吃多少盛多少，不扔剩饭剩菜。
- 4、看到浪费现象勇敢地起来制止，尽力减少浪费。
- 5、做节约宣传员，向家人，亲戚，朋友宣传浪费的可怕后果。
- 6、不偏食，不挑食。
- 7、到饭店吃饭时，点饭点菜不浪费，若有剩余的要带回家。
- 8、积极监督身边的亲人和朋友，及时制止浪费粮食的现象。

最后，让我们所有的国华人都行动起来，自我修身，从珍惜每一口饭菜做起，珍惜粮食，崇尚节俭，尽到我们每一个公民的社会义务和责任。

谢谢大家！