

健康家庭活动总结(大全5篇)

要写好演讲稿，首先必须要了解听众对象，了解他们的心理、愿望和要求是什么，使演讲有针对性，能解决实际问题。那么演讲稿该怎么写？想必这让大家都很苦恼吧。下面我帮大家找寻并整理了一些优秀的演讲稿模板范文，我们一起来了解一下吧。

战友情谊演讲稿篇一

你此刻在哪里，你现在过得好吗？弹指一挥间，荏苒二十年！难忘青春岁月，几度军营梦回。二十年前，我们怀着一样的梦想和憧憬，流着一样的热血和激情，走进燕山一隅的绿色长城。遵化留下了我们年轻的背影，平泉刻下了我们如歌的往事。在那几年里，我们相逢相知，经历了人生最单纯美好的时光：机场上我们一同出操，夜幕里我们一起站岗，我们一道啃着难以下咽的馒头，我们一同分享成长进步的快乐。我们深信，我们在军营有福同享，有难同当的岁月，已深深印刻在彼此的心中！

二十年后，你我已经天各一方，俱进不惑之年。但我们总不能忘记你温暖的笑容，总不能忘记你俏皮的身姿；总是想起困难时你真诚的鼓励，总是想起寂寞时你不期而至的问候。

现在，也许你已经功成名就了，也许你仍然在艰难跋涉着；也许你意气风华正朝着创业的大道上前进，也许你境遇坎坷而感觉壮志难酬。

而于历史的长河，我们都是苍海一粟；再过几十年，我们必将是生命的过客，只留一缕青烟。人生如此短暂，何须惶论成败？美好各有解读，幸福全在自心呵！

二十年的风霜雪雨等待着圆梦！二十年的潮起潮落等待着诉

说!是时候了,亲爱的战友加兄弟:二十年前,我们酿造了一坛清纯的革命美酒,二十年后的今天,让我们共同来畅饮它醇香的美味吧!

多想听听你久违的声音,多想看看你久违的面孔!多想与你共同回味美好的往事,多想与你一道描绘无知的未来.....请你记住,这是一次久违的聚会。哪怕你的时间比黄金还要珍贵,哪怕你的距离比天涯还要遥远,我们本届筹委会的全体成员都诚恳地邀请你参加!

联系人□xxx

联系电话□XXXXXXXXXXXXXX

聚会地点□XXXXXXXXXXXXXXXXXX

战友情谊演讲稿篇二

大家下午好!

今天是新年的大年初六,在姜亚龙、张宁刚、王宝军等战友的提议下,我们宁县喜悦重逢,和一部分战友的家属欢聚一堂,共忆往昔,我感到无比的高兴与激动!军旅数载,让我们结下今生不解的友情;十几年离别的岁月,却割舍不断我们质朴的情谊!战友情怀,正如一杯杯醇烈的美酒甘露,色光四溢,味香久远。十八年前,我们这些毛头小子,出于对军人的崇敬、对军营的向往、对五星的崇拜,毅然踏上了参军的征途,融入了军营的怀抱,走进了部队,走向了人生新的起点,从此开始了我们精彩的军营生活。

回首往昔,是部队培养了我们独立生活的能力;是部队教会了我们为人处世的道理;是部队锻炼了我们统筹协调的能力。是部队的经历,培养了我们深厚的感情;是部队生活,给了我们许多别人没有的东西。我们从不后悔自己当过兵,我们

为自己曾经拥有军旅生活而倍感骄傲和自豪！

铁打的营盘，流水的兵。有的战友还继续在部队奉献着自己的青春年华，大部分早已退伍返乡，谈笑间，军旅生活已成往事。

十八年来，社会发生了翻天覆地的变化。环境、机遇和命运，造就了我们各不相同的人生道路。可能有的战友春风得意，可能有的战友举步艰难，但没有改变的是我们战友之间的浓情厚意。数年后的相聚，依然能表现出当年的豪迈志趣，依然可以朴实无华地相互交流。这种不加防范与掩饰，不带任何斗争与功利的交流，只有在战友的称谓下才能尽显林立。战友情怀，就象存年老窖时间越长，越醇厚、越珍贵。在久违的日子，我们曾经多少次打听彼此下落，只为送上一句战友最诚挚的问候，别后的岁月，我们天各一方，但割舍不断彼此的牵挂和关怀。组织战友聚会的初衷，就是为了共同回味军旅历程，重温友情，再话当年；就是为了搭建互通互动与互助平台；就是为了整合战友信息资源，共创共享美好未来。大家团结起来，互相帮助，互相关心，不分高低贵贱，不论叶绿花红，如有困难，应多找找战友，那怕是互相闲聊，互相倾诉，也是一种需要，一种安慰，一种毫无暇思的精神寄托。

故里聚诸君，共叙军旅情。喊一声老战友，胸膛里涌起一阵滚烫的暖流；叫一声老战友，脑海里闪过一串难忘的镜头。战友情，就是理解与信任；战友情，就是支持与尊重；战友情，就是宽容与接受。战友头碰头，功名利禄抛脑后；战友手拉手，知心的话儿说不够。我们常说“遇到困难找战友”。现在我们更要说“人生有战友，到老手拉手”。让我们继续保持团结拼搏，互帮互助，把我们在事业中取得的成功经验，拿出来一起分享；把生活中遇到的挫折困惑，倒出来让我们一起为你分担。难忘战友一场，在今后的人生路上，让我们一起携手并进、共创美好的未来！

战友们，李白说过：君不见黄河之水天上来，奔流到海不复回；人生得意须尽欢，莫使金樽空对月。烹羊宰牛且为乐，会须一饮三百杯。就让我们抓紧这短暂的时机，尽情欢歌，尽情的畅饮，尽情倾诉吧！最后，祝愿我的战友们身体健康，工作顺利，家庭和美，万事如意！

战友情谊演讲稿篇三

20xx年9月20日是我们上海知青赴内蒙兵团四十周年的日子。为延续我们四十年的战友情谊，决定于20xx年9月18日举行“上海知青赴内蒙兵团一师四团四十周年联谊会”，并成立了筹备小组，我代表四连在沪人员向祖国各地的四连战友发出热情的邀请，向全体现役军人、老兵、老职工发出真诚的邀请，欢迎大家来上海参加盛会。

时光匆匆，四十年过去了，我们把美好的青春献给了乌兰布和沙漠，献给了阴山脚下四连那块贫瘠的土地。岁月悠悠，四十年过去了，当年我们这些四连的小字辈在各位大哥、大姐的先期创业下，使我们享受到了你们先期创业的成果，没有经历“蓝天作帐地作床”的日子，使我们一来就有房住，有炕睡，繁重的体力劳动你们处处帮助我们，日常生活你们处处照顾我们，滴水之恩我们无从相报，点点滴滴尽在不言中。

四连的各位大哥、大姐们，趁我们现在还能走动，欢迎来上海，看看上海的发展，看看世博后的上海，共叙友谊。

有意向来上海的战友，请与联系。

战友聚会活动组委会

20xx年xx月xx日

战友情谊演讲稿篇四

20xx年xx月xx日是我们上海知青赴内蒙兵团四十周年的日子。为延续我们四十年的战友情谊，决定于20xx年xx月xx日举行“上海知青赴内蒙兵团一师四团四十周年联谊会”，并成立了筹备小组，我代表四连在沪人员向祖国各地的四连战友发出热情的邀请，向全体现役军人、老兵、老职工发出真诚的邀请，欢迎大家来上海参加盛会。

经历“蓝天作帐地作床”的日子，使我们一来就有房住，有炕睡，繁重的体力劳动你们处处帮助我们，日常生活你们处处照顾我们，滴水之恩我们无从相报，点点滴滴尽在不言中。

四连的各位大哥、大姐们，趁我们现在还能走动，欢迎来上海，看看上海的发展，看看世博后的上海，共叙友谊。

有意向来上海的战友，请与联系。

战友情谊演讲稿篇五

大家下午好！

我叫王**，1992年12月10日入伍，93年度兵，祖籍：****区人士，现**工作，今天，可以说是三喜同庆啊！迎来祖国六十四周年华诞、八一建军节、步兵第**师侦察兵首届战友联谊会，如此大规模侦察兵老战友汇集在第二故乡**师相聚重逢，可以说是我们步兵第**师侦察兵像这样规模的聚会史无前例！让我们永远记住今天这一时刻，我已经盼望了18年了，今天我们终于如愿实现了相聚团圆的梦想，我和刚才几位老战友们所持的心情一样，感到无比的喜悦与激动！首先请允许我代表全体战友们，向为了筹备此次战友会不为辛劳的所以领导和战友们表示真诚的感谢，在这炎热的夏天，感谢你们不为辛劳，无私奉献，感谢您们给了所有战友们这次相聚榕城**师第二故乡的机会，心里有无数的感谢言语——我再次

代表所有战友们向参加前期筹备战友会周密精心组织的领导和战友们表示深深的敬意和敬礼，同时我也代表筹备组向所有到会的领导，嘉宾，战友表示最热烈的欢迎和诚挚的问候，同时提前预祝大会取得圆满成功！

军旅数载，让我们结下今生不解的友情；二十多年离别的岁月，却割舍不断我们质朴的情谊！战友情怀，正如一杯杯醇烈的甘露，色光四溢，味香久远，连营首届战友会个人发言稿。20多年前，我们这些毛头小子，出于对军人的崇敬、对军营的向往、对五星的崇拜，凛然决然地从五湖四海来到了火热的军营，从此开始了我们绿色的军营生活。火热的军旅生活锻炼了我们的身体，锤炼了我们的意志，凝结了我们的友情，形成了我们恰似劲松般坚忍不拔的军人气质。

回首往昔，是部队培养了我们独立生活的能力；是部队教会了我们为人处世的道理；是部队锻炼了我们统筹协调的能力。部队生活，练就了我们处变不惊、遇事不乱的军人风范；部队生活，形成了我们如青松般坚韧的军人作风；部队生活，铸就了我们似磐石般坚硬不屈的坚毅性格。是侦察兵的经历，培养了我们深厚的阶级感情；是侦察兵艰苦训练的生活，给了我们许多别人没有的东西。部队把我们从一个懵懂的热血青年，培养教育成一个个热爱祖国和人民、知荣辱明大义的好青年、好党员。虽然我们为党和人民奉献了自己的青春和热血，但我们得到的更多。我们从不后悔自己当过兵，我们更荣幸当上了一名合格的侦察兵，我们为自己曾经拥有军旅生活而倍感骄傲和自豪！

铁打的营盘，流水的兵。谈笑间，军旅生活已成往事。

岁月交替，年轮转换，20多年光阴弹指即逝。我们迈着退伍军人成熟的步伐，带着梦想、带着期盼走向社会，经历了风风雨雨，迈过了沟沟坎坎，各自在不同岗位上、不同的环境中，以军人敢于直面挑战、攻坚克难，正视一切、猎取强胜的独特气质，为祖国、社会和家庭做出了应有的贡献。我们

当中，有的战友走上了领导岗位，在改革开放的浪潮中尽放异彩；有的战友财运亨通，在市场经济的波涛中崭露头角；有的战友尽享生活，在各自岗位上默默耕耘，有的战友还处于困难之中。可以说，大家都在不同的岗位上取得了不讳的成绩，并且都拥有了幸福美满的家庭，这是我们彼此期盼和祝福的。

20多年来，社会发生了翻天覆地的变化。环境、机遇和命运，造成了我们各不相同的结局。可能有的战友春风得意，可能有的战友举步艰难，但没有改变的是我们战友之间的浓情厚意。数年后的相聚，依然能表现出当年的豪迈志趣，依然可以朴实无华地相互交流。这种不加防范与掩饰，不带任何斗争与功名的交流，只有在战友的称谓下才能尽显林立。战友情怀，就象存年老窖时间越长，越醇厚、越珍贵。在久违的日子，我们曾多少次打听彼此下落，只为送上一句战友最诚挚的问候，别后的岁月，我们天各一方，但割不断彼此的牵挂和关怀。组织战友聚会的初衷，就是为了共同回味军旅历程，重温友情，再话当年；就是为了搭建互通互动与互助平台；就是为了整合战友信息资源，共创共享美好未来。大家团结起来，互相帮助，互相关心，不分高低贵贱，不论叶绿花红，如有困难，应多找找战友，那怕是互相闲聊，互相倾诉，也是一种需要，一种安慰，一种毫无暇思的精神寄托。我衷心希望星火相传，接力温暖，把我们魂牵梦绕的战友之情传承到我们的下一代。

故里聚 诸君，共叙军旅情。喊一声老战友，胸膛里涌起一阵滚烫的暖流；叫一声老战友，脑海里闪过一串难忘的镜头。战友情，就是理解与信任；战友情，就是支持与尊重；战友情，就是宽容与接受。战友头碰头，功名利禄抛脑后；战友手拉手，知心的话儿说不够。我们常说“遇到困难找战友”。现在我们更要说“人生有战友，到老手拉手”。让我们继续保持侦察兵不怕苦，不怕累的精神，让我们继续保持团结拼搏，互帮互助，把我们在事业中取得的成功经验，拿出来一起分享；把生活中遇到的挫折困惑，倒出来让我们一起为你

分担。难忘战友一场，在今后的人生路上，让我们一起携手并进、共创美好的未来！

战友们，李白说过：君不见黄河之水天上来，奔流到海不复回；人生得意须尽欢，莫使金樽空对月。烹羊宰牛且为乐，会须一饮三百杯。就让我们抓紧这短暂的时机，尽情欢歌，尽情的畅饮，尽情倾诉吧！最后，祝愿我们的祖国繁荣昌盛！祝愿我们的军队战无不胜！祝愿我们所有的战友明天永远会更好！祝所有的领导，嘉宾，战友们；身体健康，合家欢乐，事业发达，步步高升！

战友情谊演讲稿篇六

大家晚上好！

大学生活是多姿多彩的，但也需要我们去把握和深入体会。有人说：“平凡的大学生有着相同的平凡，而不平凡的大学却有着各自的辉煌。”但，你可以选择平凡，但却不可以选择平庸；可以的话，相信谁都想不平凡。那么，怎样才能使自己的大学生活充实有意义，怎样做主自己的大学生活呢？我随便谈谈个人的几点观点。

首先是要确立目标和计划，放远目光。古人有“志当存高远”，毛泽东也有“风物长宜放眼量”。没有目标便没有前进的努力方向，也毫无动力可言。计划目标，又可分为近期和远期。如近期我要看完多少本书，这一个月我要学懂什么知识，假期有什么实践打算等等。远期的如：争取毕业前拿到自考文凭，人际关系网应该多大，实践能力应有达到怎样的程度等等。而且，目标的实现又是一个个小怒表实现的连贯过程。如一天记5个单词，到考前便可记到很多。但，这需要坚持和毅力。

第一，是要放远眼光，是指不被暂时的情绪和心情所拖所沉溺，要成就大事业，就必须大事抓紧，小事放松。如，不要

被上网玩游戏等所带来的满足感所一直沉溺，孰不知，暂时满足的背后的更大的空虚。相信大家都有这种体会。

第二是树立就业危机感。我们总是在怪自己自己控力不强，没有上进的动力。孰不知是自己的意识上没有清醒。有人会说：“爱情是学习的动力”或“家境贫穷的学习的动力”等等。其实，从直接意义上来说，就业危机感才是也应该是我们上进的动力。我自己常想自己毕业以后究竟能干什么？又多从报纸杂志上看到目前就业形势的异常严峻，所以心里很是后怕。有人说目前找工作：要么有关系，要么有文凭，要么有才能(技能)。而我们呢？文凭，只是大专；关系，相信在坐的.大部都没有什么关系。所以，我们唯一的出路便是要有什么才能。而这，就要问问自己：你学到了什么，你掌握了什么？现在的问题不是我们不知道学什么，而是我们不想学。

第三，是要学知识与发展能力并举。以前是重知识而轻能力，但现在不同了，恰相反，由于社会上影响，文凭要求的适当下降，所以现在的很多大学生纷纷跑出外面找兼职。如果他们是在不影响学习的前提下去的，那没话说，反而应该提倡。但他们有些不是，为了一份端菜的服务生工作，不惜请假旷课，晚自习也不上。我身边就有这样的现象。现在，出现了这样一种错位思潮，就是，在职的机关企业工作人员，纷纷利用业余时间”充电“，而在校的大学生们却纷纷跑到社会兼职。我觉的应该纠正这种思潮，归位。

此外，还有，就是，要多看看书和报纸杂志。了解最新社会动态，知晓国家大事，掌握第一时间的时政经济新闻……是的，这不仅对我们以后找工作容易有帮助，而且对我们本身的工作也有帮助。广告是一们综合边缘性学科，我们做为未来的广告人，就应该博学，什么都应该了解一下，并且要有重点地突出模些领域学科！

好了，我今天的演讲也到此为止了。最后，只上一句话：”路漫漫其修远兮，吾将上下而求索。“是的，送给我自己，

也与大家共勉！

战友情谊演讲稿篇七

你在哪里？往事难忘，温馨如昨，多少次梦里依稀相见，执手无语，醒来却是一片茫然，无语话衷肠，深深的思念犹如一只无形的手指轻轻地拨动心弦……在那些年月里，我们相知相逢，经历了人生最纯净美好的时光，军营里结下的友情如谷中泉水浩然成湖。弹指一挥间，转眼已是三十多年了，不觉我们已近老年。

时光流逝，岁月如梭，三十年来的时光，我们体验了人生百味，并且每个人都会有许多的人生感慨，是啊！无论人生浮沉与贫富贵贱如何变化，但我相信，无论你回到故乡，或远在他乡，可是战友之情不变，你终究不会忘记咱们在训练场上的摸爬滚打，哨所的巡逻值班，国防工地上的热火朝天，也许你已经将久远的记忆封存，等待着相聚，现在是时候了，三十多年前我们酿造了一坛美酒，三十年后，我们共同开启，这酒一定是醇美醉人的，各位战友，来吧，三十多年的沧海桑田，我们很想同你去往事里走走，听听久违的声音，看看久违的面孔，说说离别的思绪。

请你记住这次久违的聚会，哪怕你的时间比黄金要珍贵，哪怕你的距离比天还要遥远。我们本届战友筹备会的全体成员，诚恳邀请你参加。我们在期待，相聚是惊喜，相聚是快乐。别因为你的缺席而使大家留下遗憾！

让我们重温过去的美好时光，展望明天，让我们的人生更加辉煌。

时间：_____

地点：_____

联系人： _____

xxxx战友委员会

20xx年xx月xx日