

最新爱耳日的心得体会几句话(汇总9篇)

我们得到了一些心得体会以后，应该马上记录下来，写一篇心得体会，这样能够给人努力向前的动力。大家想知道怎样才能写得一篇好的心得体会吗？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。

爱耳日的心得体会几句话篇一

每年的3月3日是国际爱耳日，为了提高公众对耳疾预防和听力保护的意识，这一天被定为全球的爱耳日。今年的爱耳日主题是“听力健康·幸福生活”，旨在倡导大众要关注听力健康，积极预防和治疗听力问题，以此保障幸福生活的质量。

第二段：认识听力健康的重要性

听力是人类感官中重要的一种，对于语言交流、社交互动、工作和生活都有着不可忽视的作用。然而，当前随着城市化进程加快和噪声环境的恶化，听力损失或其它相关听力问题的发生率越来越高。从事噪声工作、使用耳机等行为过于频繁也容易对听力造成损伤。因此，保护听力健康尤为重要。

第三段：采取对策保护听力

保护听力是一个综合性的系统工程，需采用多种手段和措施。首先应积极预防各种原因引起的听力问题，减少噪声环境的影响，避免噪声过大的地方，使用耳塞、耳罩等防护装备。此外，注意合理使用耳机、调整音量，以免过度刺激耳膜。对于长时间从事噪声工作的职业人士，也要在工作中使用耳罩减少噪声。

第四段：重视治疗听力问题

如果已经出现了听力问题，则应及时就医治疗，以及时发现

和纠正听力异常。日常生活中要注意听力的变化，如果出现听力减退、突然耳鸣等症状，应及时就医，避免病情加重。听力损失早期发现，定期检查，做耳膜穿孔等早期治疗也是重要的措施。

第五段：总结

保护听力健康需要大众共同行动，宣传教育工作也应推广知识和预防面临的危险。爱耳日增加了人们对保护听力的重视，为了我们的健康和幸福生活，保护听力做到人人有责。

爱耳日的心得体会几句话篇二

今天，我们在这里隆重举行全省第15次全国“爱耳日”宣传教育活动，本次宣传教育活动的主题是“爱耳护耳，健康听力——预防从初级耳科保健做起”。“爱耳日”宣传教育活动在我省已经连续举办了14年，对提高人民群众爱耳、护耳意识，有效减少听力残疾发生，促进全社会听力残疾预防与康复工作发展，产生了积极作用，对于推动残疾人“人人享有基本康复服务”目标实现，具有重要的意义。2013年3月，世界卫生组织又将每年3月3日确定为“国际爱耳日”，充分体现了国际社会对我国“爱耳日”宣传教育活动的肯定，也是我国对全世界听力障碍预防与康复事业做出的重要贡献。

在此，向全省听力障碍人士表示节日的问候；向长期以来关心、支持残疾人事业发展的社会各界人士表示崇高的敬意和衷心的感谢；向积极组织实施宣传教育活动的各单位单位表示真诚的感谢，向现场参加义诊的武警甘肃总队医院和省卫生系统的医务工作者表示亲切的慰问！

残疾人事业是社会事业的一个重要方面，党的十八大明确提出“健全残疾人社会保障和服务体系，切实保障残疾人权益”的部署要求。充分保障残疾人权利、全面增进残疾人福祉、提高残疾人发展能力、促进残疾人平等参与，是社会主义制

度的本质要求，是社会公平正义和文明进步的重要标志。根据2006年第二次抽样调查数据显示，全省现有听力残疾人36.8万，占全省总人口的1.4%，听力残疾人中50%可通过采取适当措施加以预防，做好初级耳科保健是预防听力残疾的基本途径和有效手段。干预、预防、改善、康复听力残疾又是贫困听力残疾人家庭脱贫致富、改变生活、提高生活质量的主要桥梁之一。

目前，我省残疾人小康实现程度较全省平均水平尚有很大差距，已成为我省实现全面建成小康社会目标的“短板”。没有残疾人的小康，就没有全社会的小康。我们要清醒地认识到，做好残疾人工作的长期性和艰巨性，要紧紧围绕全面建成小康社会的奋斗目标，按照平等、参与、共享的目标要求，进一步增强工作紧迫感和责任感，突出工作重点，明确着力方向，切实做好保障服务，不断改善残疾人民生状况，大力推动残疾人事业加快发展。

一要加强组织领导，形成工作合力。各地要通过举办全国“爱耳日”和全国“助残日”等助残公益活动，推进各地把残疾人事业发展纳入经济社会发展总体规划，摆上重要议事日程，及时研究解决存在的困难和问题。残工委成员单位要切实负起牵头责任，进一步强化工作职责，加大组织协调力度，努力在出台优惠政策、解决重大问题、检查落实各项工作等方面发挥更大的作用；要把残疾人工作纳入本部门年度工作计划，加强协作配合，认真履行职责，形成工作合力，共同促进残疾人事业加快发展。

二要加强残联建设，提升服务水平。残联是党和政府联系残疾人的桥梁和纽带，要认真履行“代表、服务、管理”职能，以开展各类助残公益活动和实施民生项目为平台，完善组织体系，加强能力建设。要把做好残疾人工作与党的群众路线教育实践活动、“双联行动”结合起来，牢牢扎根于残疾人之中，千方百计为他们解难题、办实事、谋福祉，真正成为残疾人之家。广大残疾人工作者是发展残疾人事业的骨干力

量，要恪守“人道、廉洁、服务、奉献”的职业道德，不断提高服务本领，锤炼过硬作风，全心全意为残疾人服务，真正成为广大残疾人的好朋友、贴心人。

三要完善服务网络，拓展服务深度。要以“爱耳日”宣传教育活动开展为契机，采取综合措施，加大初级耳科保健工作力度。要进一步完善基层医疗卫生服务网络，面向基层医疗卫生专业人员，做好初级耳科保健业务培训；要统筹规划，做好初级耳科保健与耳科临床治疗、听力康复工作的有效衔接，形成机构合理、功能完善的听力残疾预防与康复体系，要进一步加强初级耳科保健、耳科临床治疗及听力康复服务相关保障政策建立和落实。

同志们，推进残疾人事业加快发展责任重大，使命光荣。省委书记王三运在省残联六代会讲话中指出，各级党委、政府要做加快残疾人事业发展的推动者，切实把残疾人工作摆上议事日程，把残疾人事业纳入经济社会发展总体布局，不断加大投入力度，及时研究解决残疾人工作中存在的突出困难和问题，多开“小灶”、多开“绿灯”，建立残疾人政策上的“无障碍通道”。各有关部门要发挥各自优势，整合各类资源，密切配合，齐心协力做好残疾人工作。按照要求，进一步开拓创新，真抓实干，推动残疾人事业跨越发展，为建设幸福美好新甘肃做出更大的贡献！

最后，预祝全省第15次“爱耳日”宣传教育活动取得圆满成功。

爱耳日的心得体会几句话篇三

全国爱耳日是每年的3月3日，旨在宣传聆听、保护听力和预防听力障碍的重要性。在幼儿园中，借助这个特殊的日子，我们进行了一系列的活动，增强了幼儿们对保护听力的认识和意识。在本篇文章中，我将分享我对这些活动的心得体会。

第二段：聆听游戏促进学习

在幼儿园里，我们通过聆听游戏来增强孩子们的听觉感知能力。例如，老师会模仿动物的叫声，让孩子们猜出是哪一种动物。这样一来，幼儿对于周围的声音更加敏感，也更加热爱这个世界。同时，在听力游戏中，孩子们也不自觉地观察、思考、分析，促进了他们的认知和语言发展。

第三段：保护耳朵让生活更美好

在活动中，我们还通过视频、图片和故事等方式展示了对耳朵不良影响的事例。例如大声喧哗、听音乐声音过大、经常使用耳机等等，这些都是不良的听觉习惯，会对听力功能造成影响。因此我们教育孩子们要注意保护耳朵，避免这些坏习惯。保护耳朵的好处是能让生活更美好，不会让孩子们因听力问题而错过更多美好的事物。

第四段：佩戴防噪耳塞是保护听力的重要措施

幼儿园的老师还会认真向孩子们介绍防噪耳塞，告诉孩子们佩戴防噪耳塞是一种很好的保护耳朵的方式，可以降低噪音对耳朵的伤害。并向家长推荐适合幼儿佩戴的防噪耳塞，这样孩子们在嘈杂环境中也可以更加得心应手。

第五段：结语

全国爱耳日不仅让孩子们能更好地认识到保护耳朵的重要性，也为我们提供了更丰富的教育方式和资源。通过各种形式的活动和宣传，我们希望孩子们能够养成良好的听觉习惯，更好地享受音乐、交流和生活中的其他美好事物。我们将持续保持这种教育宣传，为孩子们成长保驾护航！

爱耳日的心得体会几句话篇四

3月3日是全国爱耳日□20xx年第xx次全国“爱耳日”宣传教育活动主题为：“安全用耳，保护听力”。近年来，伴随手机、平板电脑等电子产品的普及以及歌厅、酒吧等娱乐场所增多，社会公众特别是青少年因不当用耳发生噪声性听力损伤的风险日益加大。

1、保持良好的精神状态，不长时间使用耳机。

耳朵的安全音响分贝为85分贝，超过85分贝的音量，会造成耳朵听觉神经的损害。长期使用耳塞，会引起听力下降，因此使用耳塞的时间每天最好不要超过1小时，不听打击乐器，且音量不可过大，以听轻音乐或古典音乐为宜，避免听觉疲劳。

2、不随便掏耳朵。

随便掏耳朵稍不注意就会损伤外耳道，造成感染，导致发炎、溃烂，若伤及鼓膜或听小骨，造成鼓膜穿孔，就会影响听力。

3、慎用耳毒性药物，如：氨基糖类的`链霉素，庆大霉素和卡那霉素等易导致耳中毒的药物。

4、调节饮食结构，平衡膳食，增强营养。

少吃动物脂肪和内脏，多吃富含微量元素和维生素c□e的食物，以提高体内sod的活性，清除致病的自由基。蔬菜，水果，葱姜蒜等要多吃。低盐低脂饮食，多吃含锌铁钙等维生素丰富的食物，以促进血液循环，防止听力下降。

5、保持良好的生活习惯，戒烟戒酒，不暴饮暴食。

6、常做些耳部的按摩，如：按摩耳廓、捏耳垂、揉风池穴等。

爱耳日的心得体会几句话篇五

每年的3月3日被定为“爱耳日”，这是全世界关注耳健康和预防耳病的重要日子。今天，我们一起来探讨一下“爱耳日”的意义和体会。

第二段：了解“爱耳日”的意义

首先，我们需要了解一下“爱耳日”的意义。这一天是为了呼吁人们了解耳健康，预防耳病，提高对聋哑人士、听力障碍人士的关注和了解。耳朵是我们生命中非常重要的器官，它不仅帮助我们聆听声音，还能维持人体的平衡。因此，对于每个人来说，保护好耳朵非常重要。

第三段：提高耳健康意识

在“爱耳日”这一天，我们要提高耳健康意识，学习预防聋哑和听力障碍的方法。首先，要注意耳朵的卫生，避免在耳道里揉搓或使用尖锐的物体清理耳垢。其次，要避免长时间听大声音乐或噪音，这会对耳朵造成伤害。还有就是应该尽可能的使用耳罩或防噪耳塞，减轻噪音对耳朵的损伤。

第四段：预防耳病的方法

除了注意耳朵的卫生和减少噪音的刺激，还可以通过其他方法来预防耳病。如：保持良好的生活习惯，合理饮食、适量运动、保证充足的睡眠等；定期进行体检，如：听力检查等；避免使用耳机，尤其是高分贝的耳机，听音乐的时间和音量也需要适当控制。

第五段：总结

“健康是人生的第一财富。”耳朵的健康关系到我们的生活质量和工作效率，更关系到我们的健康和幸福。因此，我们

不能忽视耳朵的保健。整个社会都应该加强对耳健康的宣传，提高公众的耳健康意识，更好的保护我们的耳朵，享受健康的生活。

爱耳日的心得体会几句话篇六

一、高度重视，加强领导，召开了专题座谈会。为开展好这次全国爱耳日宣传教育活动，县残联印发了开展爱耳日活动的通知，对全县开展爱耳日活动进行了全面的安排和布置。县政府专题组织召开了开展好全国爱耳日宣传教育活动座谈会，县委办、县府办、县农办、县残联、县卫生局、县教育局等单位的领导参加了会议。会上，组织学习了开展全国爱耳日宣传教育活动文件、资料，传达了上级会议精神，讨论明确目的和意义，布置了开展爱耳日宣传教育活动工作。会上还具体明确了各部门的职责，确保了我县爱耳日宣传教育活动扎实有效地进行。

二、开展了爱耳日咨询宣传和耳聋疾病防治义诊服务。

1、由县府残工委、县农办、县康复办分室、县残联牵头协调，在__伍城大厦至中国银行段设爱耳日宣传教育活动咨询台，县农办、县残联、县民政局、教育局、广播电视局、县妇联等30多个单位参加，宣传减少噪声，爱耳护耳，预防耳聋，保护耳朵的重要意义与作用。

2、由卫生局、人口与计划生育局组织牵头，在伍城大厦段设置传咨询和义诊服务点。县卫生局、计生委、县人民医院、县红十字医院、县妇保幼健院、县防疫站等单位参加，宣传耳毒性药物科普知识，进行了耳聋疾病义诊服务。

三、爱耳日宣传教育活动期间，县广播电视局及时宣传报道了开展爱耳日宣传教育活动情况和感人事迹，重视听觉，预防药物中毒耳聋方面的科普文章。

四、县残工委、县康复办、县残联等单位牵头，结合县开展的卫生、文化、科技三下乡活动到乡镇进行了爱耳日宣传教育活动巡回宣传，通过开展爱耳日宣传教育活动，对树立全民爱耳意识，减少耳聋发生，加强耳病防治，产生了积极的影响和作。

五、据统计，在爱耳日活动期间，全县各地各单位共书写标语300多幅，张贴宣传画441张，发送宣传资料20000余份，大小会议100多次，共出动1500人直接参加与全国爱耳日宣传教育活动。

我县开展这次全国爱耳日活动，收到了较好的效果。通过开展全国爱耳日宣传教育活动，增进了全民爱耳护耳意识，对减少耳聋发生、保护劳动力、提高了人口素质、促进社会稳定、促进经济发展都具有重要意义。

爱耳日的心得体会几句话篇七

今年的3月3日是第24个“爱耳日”，也是我首次参与宣传的日子。在这次日常宣传过程中，我深深感受到了健康的重要性，也深刻了解到如何爱护自己的耳朵。

第二段：宣传的方法

我们采取的宣传方式有多种，其中最引人注目的是在学校广场搭建了一个充满趣味和知识的小屋子。在这个小屋子里，我们设置了一些耳朵相关的知识宣传牌，以及一些小的游戏和互动活动，让人们能够深入了解耳朵的重要性。同时，我们还张贴一些宣传海报，配合现场报告，让人们认识到听力保护的重要性。

第三段：宣传的成果

我们的宣传工作得到了良好的效果。很多人停下来看看我们

的展示，阅读着海报和解答问题。我们与现场群众之间的视线互动，不仅让他们了解到听力保护的重要性，同时还能够认识到我们关注民众健康和利益。在这样的互动中，我们收获了大量积极的反映，让我们感到收获满满。

第四段：感悟

在这次宣传过程中，我进一步认识到了自己对社会健康事业的责任感，以及向公众提供正确的、科学的健康知识的重要性。我深刻理解到了人们内部健康素质的重要性，并认识到健康宣传是通向健康生活的关键路径。

第五段：总结

我们要把宣传工作不断推广和深入，让更多的人 and 机构参与其中，逐步形成一种全民健康、健康生活、健康知识的环境，让我们的社会变得更加健康、快乐和繁荣。也希望下一次“爱耳日”我们能够做得更好，为建设健康中国贡献自己的一份力量！

爱耳日的心得体会几句话篇八

（二）结合课件，分段讲述故事，边讲边议，初步理解故事内容。

1、讲述故事从开始至……小松鼠没有摘小草，走开了后提问：

（1）小松鼠来到花园里想怎样打扮自己？

（2）小松鼠想用小草编一顶帽子，它摘小草了吗？小草是怎么说的？

（3）请幼儿学一学小松鼠美滋滋的样子。

2、帮助幼儿梳理故事内容，接着继续播放故事至……一定也很美。

(2) 红红的玫瑰花真漂亮，你觉得小松鼠会摘吗？为什么？

(3) 谁来说说玫瑰花会怎么说？

3、在幼儿猜测的基础上继续播放故事至……又走开了。

(1) 小草、玫瑰花是怎样说的？

(2) 小松鼠为什么不摘花草，用小草和玫瑰花来打扮自己？

(3) “小松鼠懂得爱护小草、小花，小朋友喜不喜欢它呢？”

4、继续播放故事至……悄悄地跟着小松鼠。

(1) 这件事被谁看到了？谁知道萤火虫有什么本领？

(2) 请幼儿站起来边做相应动作边学说故事对话。

5、继续播放故事至……故事结尾。

(1) 小松鼠去参加音乐会了吗？

(2) 当小松鼠轻盈地跳上舞台时，为什么所有的观众都惊呆了？

(3) 小松鼠耳朵上的绿星是从哪儿来的呢？

(三) 再次观看课件，完整欣赏故事，进一步理解故事内容。

(1) 小松鼠变漂亮了吗？是谁帮助它的？

(2) 同伴间互相帮助真开心呀！如果你是萤火虫你会怎样让小松鼠变得更漂亮呢？（引导幼儿自由讨论与想象）

1、在发现区与同伴一起了解萤火虫发光的秘密。

2、请幼儿挑选自己喜爱的角色进行表演。【设计意图】《耳朵上的绿星》这一内容情节有趣，形象鲜明突出，语言诙谐有趣，容易引起幼儿的学习兴趣，又可以拓展孩子的词汇量；其二是现在的孩子由于受生活环境限制，缺乏与周围人相处的经验，普遍存在对周围事物缺乏感情的行为，所以这一内容既符合幼儿年龄特点，又符合孩子的现实需要。

教师：老师

二、活动内容：耳朵听听乐

三、活动目标：

1、感知耳朵的作用，了解保护耳朵的方法。

2、喜欢玩听觉游戏，有初步的保护耳朵的意识。

四、活动重点：感知耳朵的作用。

五、活动难点：有初步的保护耳朵的意识。

六、活动准备：小镜子、耳朵图片、录音机等

七、活动过程：

1、播放歌曲，请幼儿说说听到了什么？导入主题。

2、观察图片，认识耳朵及作用。让幼儿感知自己耳朵的位置，耳朵是用来听声音的。

3、游戏：《你的耳朵在那里？》每人一个小镜子，观察自己的耳朵。

(1) 出示耳朵的图片，进一步观察耳朵。

(2) 幼儿讨论：

1、耳朵的外型，观察发现每个人的耳朵都不一样。怎样保护耳朵。

2、每个人都有耳朵，耳朵能帮我们听到许多声音。

3、我们要保护好耳朵，不要让耳朵受伤；不要往耳洞里塞小物品，不能对着小朋友的耳朵大声吼叫等等。

4、游戏：《听听说说》继续感知耳朵的用途，通过游戏分辨出各种声音。

5、活动结束。

保护耳朵小常识

第一，不要经常掏耳朵，我们的耳道有很强的自洁能力哦，不需要特殊地去清理它，过度清理会造成耳道损伤，可能会产生耳道炎等耳道的感染，因此，我们要避免不必要地掏耳，也不能往耳朵里塞东西。

第二，要好好保护听力，听力的影响主要跟噪声接触有关，所以我们要远离噪音和爆炸现场，听到很响的声音要张大嘴巴。在班级里也不要大喊大叫，尤其不能对着小朋友的耳朵大声吼叫。

第三，避免耳朵进水，在游泳、洗澡、洗头时，要注意不要让耳朵进水，进水后容易引起耳朵发炎。第四，不要捏紧鼻子用力擤鼻涕，正确的擤鼻涕方法：用手压住一侧的鼻孔，轻轻用力向外呼气，另一侧鼻孔的鼻涕便会擤出。

来，用同样的方法再擤对侧。或者用纸巾放在双侧鼻孔的下方，不压住鼻孔，轻轻用力从鼻孔向外呼气，将鼻涕擤在手绢里。

爱耳日的心得体会几句话篇九

每年的3月3日，全国都会举行爱耳日，这不仅是一个宣传爱护耳朵的节日，更是一个关注健康的节日。近日，我所在的幼儿园也积极开展了一系列的爱耳日宣传活动，为孩子们的健康成长做出了应有的贡献。在此，我想分享一下我的心得体会。

第二段：活动回顾

在这一次的爱耳日活动中，幼儿园组织了许多有趣的活动，比如唱歌比赛、绘画比赛等。不仅如此，幼儿园还请来了专业的医生进行健康讲座，让孩子们更全面地了解耳朵的保健知识。同时，孩子们也制作了各种有趣的宣传海报，加深了他们对爱护耳朵的认识。

第三段：积极响应

孩子们对此次活动的响应非常积极，他们踊跃参与各种比赛，并且在讲座中认真听讲。更为值得关注的是，在活动结束后，很多孩子们主动宣传耳朵的保健知识，践行了爱护耳朵的行动。这些积极的表现，让所有人都为他们的态度感到高兴和骄傲。

第四段：反思与建议

然而，也有一些孩子出现了不良的行为，比如听音乐时音量过大等。这让我们更清楚地认识到，仅有的宣传是不够的，我们还需要更加有针对性的教育和引导。因此，我建议幼儿园可以更加注重耳朵保健知识的普及，通过更多的专业讲座

和有趣的活动，让孩子们更深入地了解耳朵的重要性和保健方法。

第五段：总结

总的来说，这一次的爱耳日活动，让我们更加认识到了耳朵的重要性，也让我们更加深入地了解了耳朵的保健知识。虽然过程中有一些不良的行为，但是整个活动还是取得了不小的成功。我相信，通过这一次的活动，孩子们也能够更加深入地认识到爱护耳朵的重要性，感受到健康生活的重要性，这对于他们的成长将会带来非常巨大的影响。