

全国爱眼日的美篇 全国爱眼日标语(优质7篇)

人的记忆力会随着岁月的流逝而衰退，写作可以弥补记忆的不足，将曾经的人生经历和感悟记录下来，也便于保存一份美好的回忆。写范文的时候需要注意什么呢？有哪些格式需要注意呢？接下来小编就给大家介绍一下优秀的范文该怎么写，我们一起来看一看吧。

全国爱眼日的美篇篇一

任何水晶眼镜对眼睛都有害。动员社会各界力量，共同关心人们的眼睛。下面一起随本站小编来看看关于全国爱眼日的标语有哪些吧！

- 1、明亮眼睛迎奥运。
- 2、人人享有看见的权利。
- 3、任何水晶眼镜对眼睛都有害。
- 4、动员社会各界力量，共同关心人们的眼睛。
- 5、儿童斜、弱视，切莫错过6岁以前最佳矫治年龄。
- 6、视力1.5不等于没有视疲劳。
- 7、不合格眼镜已成公害。
- 8、爱护眼睛，世界等你去发现。
- 9、孩子总眯眼，尽早去查眼。

- 10、迎奥运，迎残奥，我看见，我参与。
- 11、加强全民爱眼意识，提高民族健康素质。
- 12、早期干预，减少可避免的儿童盲症。
- 13、防盲治盲，共同参与。
- 14、爱护眼睛，为消除可避免盲而努力。
- 15、保护儿童和青少年视力。

蛋白质视网膜上杆体细胞的功能主暗视，锥体细胞则主明视。杆体细胞对微弱光线之所以敏感，是因为它包含有一种特殊的视素质；视素质是由蛋白质和维生素a合成的，缺乏它便会引起夜盲症、白内障等眼疾。

维生素a视素质是一种含有维生素a衍生物的复合蛋白质。如果维生素a缺乏或不足，便会使视素质的再生缓慢，不健全，从而使暗适应机能减退，影响夜视；还会引起角膜上皮脱落、增厚和角质化，使这个原来透明的膜变得不透明。

维生素b1是维持并参与神经(包括视神经)细胞功能和代谢的重要物质。如果缺乏或不足，易使眼睛干涩，甚至使视神经产生炎症。

维生素c眼球晶状体中的维生素c较其他组织明显偏高，是晶状体的重要营养成分，若摄入不足，常使晶状体混浊，并且是导致白内障的重要原因之一。

钙钙是神经中的“信使”，参与形形色色的神经冲动。神经细胞(包括视神经)缺钙，容易出现视力疲劳和注意力分散。

锌能够增强视神经的敏感度，缺锌会影响维生素a在体内的吸

收。

硒在人体多种组织细胞中，以眼睛的含硒量为最高，是维持视力的重要微量元素。

另外，茶叶中含有丰富的胡萝卜素、维生素b1.b2和维生素c□而且含有多种微量元素。“茶能明目”几乎众人皆知。所以饮茶可以保护视力，还常用它来治疗一些眼疾，譬如取绿茶25克煎汁澄清，用来洗眼，可治疗眼睑炎和急性传染性结膜炎等。

20xx年新版眼保健操则是根据中医经络理论，对旧版眼保健操进行了一定的删减和增加，比如取消了“挤按睛明穴”，增加了“按压头部督脉穴”和“按揉耳垂眼穴及脚趾抓地”，并将“按揉太阳穴及轮刮眼眶”改为“按揉太阳穴刮上眼眶”等。

其中，取消了“挤按睛明穴”是因为这个穴位距眼球太近，中小学生在课间做眼保健操，双手的卫生很难保证，手上的细菌容易污染眼睛。增加的“脚趾抓地”动作，则不仅使学生全身得到放松，而且新颖的方式也使学生们感到“很有意思”。

各节详解：

经络，使孩子全身气血畅通，从而达到调节眼部的目的。

第二节：按揉四白穴。该章节动作与1972年版眼保健操基本保持一致。

第三节：按揉天英穴。该章节动作与1972年版眼保健操基本保持一致。

第四节：按揉太阳穴，刮上眼眶。“按揉太阳穴”部分保持

不变的基础上，从原先的“轮刮眼眶”改成了“刮上眼眶”。

第五节：按揉风池穴。风池穴位置在后脑勺下方颈窝的两侧，由颈窝往外约两个拇指的左右即是。注意穴位不需移动，按揉面不要太大。

第六节：按揉耳垂眼穴及脚趾抓地。通过对头部、脚趾等局部穴位的刺激，增加全身血液循环、疏通全身处的一段。

全国爱眼日的美篇篇二

1992年，天津医科大学眼科教授王延华与流行病学教授耿贯一首次向全国倡议设立爱眼日，倡议得到响应并将每年的5月5日定为“全国爱眼日”。1996年，卫生部、教育部、团中央、中国残联等12个部委联合发出通知，将爱眼日活动列为国家节日之一，并重新确定每年的6月6日为“全国爱眼日”。2015年6月6日是第二十个全国“爱眼日”。

6月6日全国爱眼日宣扬口号

俏丽新视界，健康新生活。

爱惜眼睛 让生命的阳光更出色

时时刻刻爱眼，健健康康生涯

爱护眼睛，你我同行

珍重视力，光明人生

擦亮心灵之窗，宽阔全新眼界

让“视”界充斥爱

“睛”彩世界，眼见为实

爱眼爱生活，健康心相约

爱护眼睛，享受光明

“睛”彩人生，珍“eye”永恒

万里山河眼底收，大千世界目中明

心灵窗户，专心呵护

“窗”明“己”净，闪亮人生！

多给眼睛放短假，眼睛不会请长假

光明，来自眼睛

健康眼睛、健康生活

爱眼护眼始于心，科学用眼践于行

把幻想点亮，为光亮导航

您的心灵窗户，咱们为您呵护！用眼有度，光明之路；科学用眼，美妙无限！观天下，辨秋毫，爱眼护眼很主要。

让眼睛更晶莹，让世界更精彩。

爱护眼睛，拥抱光明

迷信用眼，精彩无穷

领有好视力，生活更给力

多一份关爱，多一份“睛”彩。

爱眼护眼，专业专一

眼、绎精彩，科、求完善

漂亮“视”界，居心庇护！

全国爱眼日的美篇篇三

亲爱的老师们、同学们：

大家早上好！同学们，今天国旗下演讲的主题是

下面，我想给大家提几个建议：

1. 认真做眼保健操，注意用眼卫生。
2. 养成良好的阅读习惯，达到标准姿势。
3. 看看远方，每天都能看到更多的绿色。
4. 睡眠充足。
5. 多做户外运动，经常远眺，让眼睛得到休息，调节视力，缓解疲劳。

俗话说：冰冻三尺，非一日之寒，水滴石穿，护眼也不是一蹴而就的。注意用眼卫生，科学用眼，需要持之以恒，防止近视的发生和加深。

婀娜多姿的山川，多姿多彩的事物，一切都需要眼睛去观察。同学们，让我们一起来保护像眼睛一样的眼睛，拥有一双明亮的眼睛。

我的演讲结束了，谢谢大家！

全国爱眼日的美篇篇四

呵护眼睛，从小做起

眼睛是心灵的窗户，是人体中最宝贵的感觉器官，如果没有眼睛，我们的面前将会是一片黑暗。可随着科学技术的发展，人民生活水平的提高，我们身边戴上眼镜的人也越来越多。20xx年6月6日是第x个全国爱眼日，全国爱眼日的主题是“关爱青少年眼健康”。

- 1、使学生了解近视的成因和危害，激发学生保护眼睛的认识。
- 2、培养学生保护眼睛的好习惯，从我做起，从现在做起，同时也要关注别人的眼睛健康，做好宣传，让每个人都学会保护眼睛的措施，共同关注心灵的窗户。

全体师生

1、宣传阶段：

通过广播、班会、校会、国旗下讲话、橱窗等多种形式进行近视的宣传工作，让学生初步了解近视的成因和对青少年的危害。

2、行为巩固阶段：

(1)各班由教室领导组织，利用班队会时间组织全体同学进行以“关爱青少年眼健康”为主题的班会活动，通过讨论、辩论、小品等多种形式让学生了解并认识到近视对青少年的危害。

(2)每天坚持做两次眼保健操，使少年儿童在老师的指导下养

成正确做眼保健操的好习惯。少先队大队部对各班学生加强眼保健操及正确读书、写字、用眼姿势的检查，将检查结果纳入到教师量化考核中。

(3) 由姚校长进行一次爱眼护眼的卫生知识讲座。

(4) 在各班开展爱眼护眼知识竞赛，巩固少年儿童爱眼护眼知识。

(5) 落实每天一小时校园体育活动时间，积极引导少年儿童走上运动场、走到阳光下、走向大自然，培养少年儿童课间远眺、热爱体育运动、亲近大自然等健康好习惯。

全国爱眼日的美篇篇五

窗“明”已“净，闪亮人生。

动员社会各界力量，共同关心人们的眼睛。

拥有眼睛就等于拥有美好的世界。

爱护眼睛，让生命的阳光更精彩。

爱护眼睛，享受光明。

美好未来，尽在无限新视代

推开心灵之窗，世界就在你眼前。

会笑的眼睛，锁住你的心。

保护视力，还孩子一个美好未来。

孩子美好未来的健康保障。

孩子美好未来，从健康视力开始。

心灵窗户，用心呵护。

眼·绎精彩，科·求完美。

眼睛是心灵之窗，请保护它。

拥有好视力，生活更给力。

爱护眼睛，拥抱光明。

科学用眼，贵在坚持。

为明日之星，打开心灵的窗口。

擦亮你的窗户，让阳光深入你心。

青少年眼保，让高品质生活恰到好处。

科学用眼，精彩无限。

美丽”视“界，用心呵护。

爱眼爱生活，健康心相约。

用眼有度，光明之路；科学用眼，美好无限。

珍爱视力，光明人生。

整天看电视，肯定会近视。

多给眼睛放短假，眼睛不会请长假。

多一份关爱，多一份”睛“彩。

观天下，辨秋毫，爱眼护眼很重要。

孩子的心灵窗口，我们用心呵护。

儿童是世界的未来，让未来的视界更美好。

保卫孩子视力健康，开启光明世界之窗。

给你阳光，你还要一扇明亮的窗，你才能灿烂。

全国爱眼日的美篇篇六

20xx年6月6日是第xx个全国“爱眼日”。我院围绕“xxx”的活动主题，在市卫生局统一部署下，结合医院实际，开展系列爱眼宣传活动。总结如下：

病视网膜病变等会严重损害视力健康，是目前主要的致盲原因之一方面进行讲解。通过健康宣教，提高广大群众对糖尿病眼部并发症的认识和重视，有效控制血糖，及早、定期进行眼科检查，可以有效预防、延缓糖尿病导致的视力损害。

二、发放传宣资料，加强宣传。6月6日活动当天，在门诊一楼设置咨询台，为过往群众发放预防糖尿病致盲、普及眼保健、保护眼健康相关资料200余份。在门诊楼、住院楼一楼led屏幕显示主题标语。

三、本次通过开展“爱眼日”宣传活动，使广大人民群众知晓了爱护眼睛、预防糖尿病致盲的重要性。“爱眼日”活动开展对推动我乡防盲、致盲起到了积极的作用，达到了预期的目的，收到了良好的社会效果。

全国爱眼日的美篇篇七

1. 大眼睛，亮晶晶，样样东西看得清。好孩子，讲卫生，不

用脏手揉眼睛。全国爱眼日，祝全国的小朋友拥有一双明亮清澈的大眼睛！

2. 不要心眼，别翻白眼，磨练慧眼，少点表“眼”，记得睁眼，懂得闭眼，走路长眼，一双好眼。全国爱眼日，愿你人生路上眼明心亮，幸福相伴放眼长远！

3. 幸福不斜视，睁眼就看到；快乐不远视，天天来报到；朋友不蔑视，祝福要周到；全国爱眼日，愿你眼睛真是好，望见一切美好。

4. 六月六日爱眼日，关爱心灵亮窗户，送上美好多祝福，不忘宣传爱眼词，年轻时候不近视，上了年纪不远视，儿童日常不斜视，对待身体不无视，保护眼睛不蔑视，从小到大都重视，全国爱眼日祝你快乐爱眼！

5. 眼睛是心灵的窗口，大家一定要保护好眼睛。世界爱眼日到，愿你早睡早起，做眼保健操，多运动，多让眼睛休息；注意饮食健康，多食含维生素高的食物，养成良好的生活习惯。祝你有一双清澈明亮的眼睛。

7. 全国爱眼日，保护好眼睛，不要在刺光下看书，伤害眼睛；不要长时间看电视，保护眼睛；不要经常性熬夜，爱护眼睛；愿你有一双明亮的眼睛。

8. 倾慕你漂亮的eyes□点缀你精致的looks □甜美的像可人的sweets□总是让我时刻miss □期待收到你的news □对想你说声yes □全国爱眼日，愿你做爱眼的fans □成为幸福的boss □

9. 全国爱眼日，贴士心中记。电视要远离，游戏勿着迷，亮光下写字，坐姿要合理，规律来作息，熬夜必须弃，科学配饮食，切勿乱挑剔，锻炼要坚持，保健更美丽，真心祝福你，明眸更靓丽。

10. 喜欢你的眼睛迷离，超负荷杀伤武器，瞅谁一眼像闪电飘去；喜欢你的眼神犀利，超大个两粒小米，瞪谁一眼似乱箭杀去。全国爱眼日，爱护心灵之窗，祝你身心健康。

11. 因为眼睛的明亮，我们看到了美丽的风景，美不胜收；因为眼睛的爱护，我们看到了世界的美丽，一切美好；因为眼睛的保护，我们看到了世间的真爱，真情永存；全国爱眼日，愿我们的眼睛看到更多，更美的东西。

12. 保护眼睛很重要，用眼卫生要记牢。全国爱眼日提醒你，眼保健操天天做，穴位也要认真找。睛明、四白、风池穴，电脑电视少开启，每次不超半小时。用眼以后要休息，避免疲劳莫心急。以上这些要坚持预防眼睛变近视。

13. 世事莫测变幻，需要金睛火眼；快乐并不遥远，只需慈眉善眼；人情冷暖炎凉，需要一双慧眼；钱财身外之物，譬如云烟过眼；成功本不复杂，只要一板一眼；人生百年苦短，何必横眉冷眼；你我凡夫肉眼，何不简单一点：多点笑脸，少些心眼。全国爱眼日，愿你好好爱惜自己的眼睛，对自己高看一眼，让心情快乐一点！

14. 把快乐塞进你的瞳孔，看你眉开眼笑；把幸福推进你的眼眶，让你大饱眼福；把如意贴进你的眼睑，愿你眼前一亮；把祝福灌进你的眼睛，祝你慧眼识福。全国爱眼日，愿你爱护双眼，快乐每天。

16. 全国爱眼日，爱眼行动上演：烦恼变成硝烟，快乐保持笑颜，身材万分美艳，每天坚持爱眼，坐看天下美观！祝朋友幸福美满，开心每天！

17. 对朋友要多看一眼，融融情谊挂眼帘；对爱人要挤眉弄眼，才能眉目传情；对人生要借双慧眼，看清纷纷扰扰；对取舍要睁只眼闭只眼，因为难得糊涂；干工作要有板有眼，切莫眼高手低；对生活要眉开眼笑，乐观豁达。爱眼日到了，愿你大开

眼界，事事顺眼！

18. 早晨起床望远方，读书写字莫靠近。疲劳过度保健操，手机电脑应远离。日常细心换光明，明天坚持保明亮。

19. 我们只看该看的，非礼勿视。我们只看明亮的，防止眼疲劳。我们吃鱼耳聪目明，我们喝金菊茶护神明目，我们玩游戏只玩一会，我们笑口常开满目春风。全国爱眼日，吃喝玩乐，天天爱眼！

20. 全国爱眼日，护眼是关键，做做眼保健，视力最最棒，电脑应少看，手机别总玩，看远又看近，缓解眼疲劳，爱眼日，愿你保护视力，爱护眼睛，看到快乐不断，阅览幸福无数！

21. 美丽的风景要欣赏，美好的体验要分享，美妙的感情要流淌，美满的生活要闪光，眼睛为我们把幸福品尝，全国爱眼日，保护眼睛吧，甜蜜快乐洒满未来的路上。

22. 看到绿色，感受生命的希望；看到红色，感受生命的热烈；看到蓝色，感受生命的浩瀚；看到黑色，感受生命的稳健；看到白色，感受生命的纯洁。全国爱眼日，保护好双眼，用明亮的眼睛去体会五彩斑斓的生命色彩。

23. 眼睛是心灵的窗口，失去眼睛面临的将是一片黑暗，生活的质量将会大打折扣。全国爱眼日到了，愿你爱护眼睛，让眼前永远是一片光明！

24. 我们的生活离不开阳光，离不开植物，离不开水，更离不开眼睛，它是我们心灵的窗户，让我们可以领略多彩的世界，可以欣赏美丽的画卷，可以品味缤纷的色彩。全国爱眼日，爱护眼睛，美丽人生。

25. 保护眼睛要重视，严防眼疾成病理。保健眼操勤练习，

假性近视不沾染。看书作业远距离，电视电脑勿长久。端正
坐姿多运动，时常远眺缓压力。全国爱眼日，我劝诸君多保
健，耳清目明体自康。