

2023年志愿献血活动心得体会 大学生志愿献血心得体会(大全8篇)

9. 读书心得可以帮助我们回顾和总结自己的阅读历程，形成积极的学习反馈和自我提升。以下是一些培训心得的范文，希望可以给大家提供一些写作上的灵感和参考。

志愿献血活动心得体会篇一

近年来，大学生志愿献血活动在校园中逐渐兴起。作为青年一代的我们，积极参与志愿献血活动，不仅有助于帮助需要帮助的人们，也能够锻炼自己的爱心和奉献精神。在参与志愿献血的过程中，我深深感受到了其中的意义和乐趣。

第二段：准备

在献血前，我们需要提前做好一些准备工作。首先是检查身体状况，确保自己身体健康，并且没有感冒等疾病。其次是进食充足和摄入充足的液体，以确保体内血液的含水量。此外，还要充分了解献血的流程和注意事项，以便在参与活动时更加配合和理解。

第三段：参与过程

志愿献血活动通常分为登记、体检、采血和休息四个环节。在登记环节，工作人员会核对个人信息，确认无误后，进行体检。体检主要包括测量血压、测量体温、检测血液中的铁含量等。体检合格后，就可以进行采血了。采血时需要卧床休息，工作人员会选择合适的地方在你的手臂上针灸，短暂的疼痛过后，血液开始流出。整个过程并不痛苦，只是稍有些恐惧。采血完毕后，我们还需要卧床休息一段时间，以确保身体恢复正常。

第四段：体会

通过参与志愿献血活动，我深刻体会到了奉献和爱心的重要性。献血是一种无私的付出，虽然只是花费了一点儿时间和精力，却能为他人的生命带来希望。在与其他献血者和工作人员的交流中，我也感受到了大家对公益事业的热情和支持。此外，献血也让我对自己的身体状况有了更多的了解，促使我更加重视自己的健康和生活习惯。

第五段：意义

大学生志愿献血的意义不仅在于帮助他人，也在于培养我们的社会责任感和公民意识。通过参与志愿献血，我们能够更好地理解社会的需要，增强自己的社交能力和团队合作精神。另外，大学生志愿献血也能为我们的未来发展带来很多积极的影响。在求职时，参与过志愿献血的经历会展示我们的爱心和奉献精神，向雇主展示我们的团队精神和社会责任感。

总结：

通过参与大学生志愿献血活动，我深刻体会到了奉献和爱心的意义。不仅帮助了他人，也让我更加明确了自己的责任和使命，更加坚定了我对公益事业的热爱和支持。我相信，只要每个人都能积极参与志愿献血，用自己的方式去传递正能量，社会将变得更加美好。让我们携手共进，为构建和谐社会而努力奋斗！

志愿献血活动心得体会篇二

那天，我和爸爸正在新六合广场散步，见一辆白色的绘有红色十字的车停正在旁，世人将那里围得风雨不透。哪儿正在干嘛呢？我们走过去看个事实。

人实多呀，我和爸爸费了九牛二虎之力才挤进去。只见一位

穿戴白衣服的阿姨正正在用一根针给一个叔叔抽血。哦，本来这么多人都是来无偿献血的呀！

这时爸爸也拉了拉袖子，将手臂显露，说他也要献血。“爸爸也要献血！”我吃了一惊。正在按要求登记后，医师给爸爸做了一系列查抄。献血的人太多了，查抄完毕，爸爸又正在椅子上坐了三刻钟，才轮到他采血。阿姨拿出一个又粗又大的针筒，敏捷地刺进爸爸洗净的左臂中。爸爸的手握拳，做放松、握紧动作。跟着时间一分一秒地过去，试管中鲜红的血慢慢地添加。正在旁的我想象着血被“吸走”的感受，：“用这么粗的针筒‘吸血’，必定很痛，很难受。”可血液从爸爸的身体中涓涓流出，他的脸上却没有一丝疾苦的神气。血终究献完了，阿姨浅笑着拿出一张绿色封面的无偿献血证和一个留念章说：“献血400毫升。感激您的参取，由于您的爱心更多人将会获得帮帮，世界将会变得愈加夸姣！”

我的心中一会儿涌出了很多问号：献血有什么用？献血会不会对人体形成影响？……爸爸笑着逐个解答了我的问题：“献的血会运送到病院，若是有量失血，只需血型合适，你的血就能输给他。献血一般不会影响人体，反而会疏通血液，对身体无益无害。”“那献血必然很难受吧。”“难受是有点难受，不外既能帮帮别人，又能无益本人，如许一举两得的功德，难受一点算什么！”我听了，欢快地拉起袖子说：“我也要献血！”爸爸却说：“献血者的春秋必需是18~55岁，现正在生怕不可喔。”于是，我暗自下定决心：“长大后必然要去献血！”

献血，只是人们爱的一种表示体例。其实，世界上还有很多人正在用本人动人的事迹延续着这份爱取，如帮帮流离汉寻找亲人的常淑琴阿姨、“舍己一条腿，救人一条命”的“最孩”刁娜姐姐……救死扶伤的“红十字”组织更是全国闻名。他们的爱遍及世界各地。我们虽然不必然能做如许催人泪下的大事迹，可是“莫因善小而不为”，糊口中爱的点点滴滴，

扶老奶奶过马、背小同窗过水坑等，都是我们能做的举手之劳。通过这些事，你也能成为“红十字”的一员。

人中都有一个闪光的“红十字”，它们无处不正在。擦亮你的眼睛，去发觉糊口中动人的情景；用你的步履，去添加“红十字”的。让我们配合勤奋，使爱的芬芳洋溢！

晚上，我一吃好饭就催促爸爸妈妈快点儿。因为我要去人民广场当小小无偿献血志愿者了。

伴着一路灯光，我们一家来到了人民广场。一下车，我就朝停在不远处的一辆无偿献血车飞奔过去。

原来陈诺姐姐也在这里，我赶紧找了一把凳子坐在姐姐旁边。我刚坐下，陈诺姐姐就让我站起来把志愿者的服装穿上。这件太大，那件也太大，看样子只有陈诺姐姐的衣服适合我了。

人民广场人来人往，我在车外坐了很久，还是没有人来献血。这时，我看见有一个阿姨走了过来。她拿出身份证，放在桌子上，轻声问：“我昨天来过的，请问我可以献血吗？”我一见生意来了，连忙说：“可以！阿姨，请坐，请您把这张表格填好。”我一边打开小电灯，一边把表格递给阿姨填。

当阿姨填好的时候，我带着她登上了献血车。我先带阿姨量血压。量好了以后，又带她测血型。阿姨悄悄告诉我，她到现在为止，还不知道自己的血型呢。杨医生拿起针快速戳了一下阿姨的手指，手指瞬间冒出来几滴血，医生在试纸的左右两边各滴了一滴。然后在左边滴上黄色的液体，在右边滴上蓝色的液体。我发现如果是a型的血右边摇了以后，里面的血就会分散开来。

测好血型，就可以献血了。我又把阿姨领到了献血处。医生把针戳进阿姨的手臂，血就流进了一个袋子里。等阿姨献好血，我让阿姨休息一会，才把她送走。我的第一份工作也就

顺利完成了。

回到凳子上重新等待，我期待着下一位客人赶紧到来。献血是光荣的，希望各位叔叔阿姨们都可以献出一份暖暖的爱心。

志愿献血活动心得体会篇三

志愿献血是一种伟大的行为，不仅能够帮助他人，还可以检测自己的健康状况。作为一名年轻人，我很早就听说过志愿献血的重要性和意义，但直到最近才有机会亲身体验。在这次第一次志愿献血之后，我深刻地体会到了献血的意义和价值，同时也对自己的身体状况有了更清晰的认识。

第二段：准备工作

我在事先做好了一些准备工作后，终于到了献血点。工作人员很热情地接待了我，并向我简要地介绍了献血流程和注意事项。然后，他们对我的身体进行了初步的检查，例如血压和体重测量，以确保我的身体状况适合献血。虽然这一过程并不复杂，但我能够感受到工作人员的专业和细致，这让我感到很放心。

第三段：献血过程

当我坐在献血椅上准备开始时，我感到有些紧张。然而，献血师温柔地鼓励我放松下来，并向我解释整个献血过程。然后，他们伸出手臂，在我的手腕上戴上了一个松紧带，以使血管扩张。接下来，他们将一根细长的针插入我的静脉中，让血液流入袋子中。尽管献血的过程可能会感到一点点不适，但整体上来说，它并不痛苦。献血师一边陪伴我一边与我交谈，使整个过程更加轻松愉快。

第四段：身体反应

在献血完毕后，我被要求在休息区休息片刻。我感到有些疲倦和虚弱，但这是正常的身体反应。工作人员提供了饮料和饼干，帮助我恢复体力。几分钟后，我感到自己的精神焕发，精力充沛。工作人员再次检查了我的血压和脉搏，并告诉我什么时候能够离开。虽然身体反应因人而异，但在这次献血的过程中，我并没有感到不适或副作用。

第五段：心得体会

这次志愿献血的经历给了我深刻的体会。首先，通过这次献血，我明白了献血对他人的帮助是多么重要，它可以挽救他人的生命。其次，献血也是对自己身体健康的一种检测。通过检测血液的基本指标，我能够了解自己的健康状况，及时发现潜在的健康问题。最后，我认识到了工作人员的辛勤和专业。他们无私地奉献自己的时间和精力，为他人提供帮助。作为一个有幸献血的人，我感到非常自豪和感激。

总结：

我的第一次志愿献血是一次难忘的经历。通过这次经历，我意识到了献血的意义和重要性，同时也对自己的身体状况有了更深入的了解。我希望以后能够继续参与志愿献血，并继续为他人的生命贡献自己的一份力量。同时，我也鼓励更多的人参与到志愿献血中来，共同为社会的的发展和进步贡献自己的一份力量。

志愿献血活动心得体会篇四

6月14日世界献血者日，我们胶南市无偿献血志愿者服务队积极响应“捐献更多血液，挽救更多生命”这一主题。我们以此为宗旨与胶南市采血点组织开展了爱心献血活动，招募无偿献血志愿者以及无偿献血应急志愿者服务队队员。该队伍将在我市发生重大医疗急救事件，临床用血急需情况下快速补充临床用血缓解血荒。

9点整，胶南采血点门口活动场地，标语横幅设施用品摆放完整，路边的爱心朋友涌过来了解献血活动和奉献爱心，有来咨询关于无偿献血的事项，有来咨询献血后营养的补充及血液临床的应用等问题。由“感动胶南十大人物”之一，胶南无偿献血志愿者丁会梅大姐和我结合自身的体会和培训学到的知识给予了一一答复，使许多的朋友了解并有了更深刻的认识，找到了志同道合的朋友。

关于志愿者填表报名，有胶南无偿献血志愿者尹宗泰、吕杰认真负责的记录和分发纪念品，使场面出现了人多而不乱，秩序规范的局面，树立了我们的无偿献血志愿者的良好形象。

在今天的活动中，我深深体会到我们无偿献血志愿者在“创建文明城市，树立文明新风”中，也营造了一种良好的社会和谐气氛，并且影响带动了许多朋友加入无偿献血志愿者队伍。让大家更加认识了解无偿献血志愿者的服务，更好的缓解血站血源采血问题，解决血荒，营造“崇尚科学爱心救人功德无量”的社会新风尚，让无偿献血成为延续生命的甘甜雨露，为生命和健康奉献爱心。

让我们无偿献血志愿者队伍更好的服务社会，为创造“文明城市和谐青岛美好胶南”贡献一份力量。

志愿献血活动心得体会篇五

第一段：引入献血的意义和背景（200字）

献血作为一项公益活动，不仅可以拯救生命，还能传递爱心和希望。近年来，随着社会的进步和人们观念的改变，越来越多的人意识到献血的重要性。作为一个健康的年轻人，我也深深地感受到参与献血的责任和使命。前不久，我第一次参与志愿献血，这是一个让我难以忘怀的经历，我深刻体会到了献血的意义和价值。

第二段：献血过程的准备和感受（200字）

在进行献血前，我首先接受了一系列相关的检查，包括血压、体温等，以确保我的身体状况符合献血的要求。然后，我被带到了献血点，这时候我有些紧张和兴奋。护士小姐姐亲切地告诉我不要紧张，她们会很好地照顾我。接下来，她们为我准备了献血所需的一切器械，并仔细地向我解释整个献血过程。当护士小姐姐将针头插入我的手臂时，我感到一丝针痛，但很快就没有感觉了。整个献血过程只持续了几分钟，感觉非常顺利。虽然最后会流失一些血液，但我并没有感到弱不禁风，反而感到一种身心愉悦的感觉。

第三段：见证生命奇迹的喜悦与动力（300字）

通过参与献血，我深刻地感受到了见证生命奇迹的喜悦与动力。当我看到我的血液渐渐注入一袋袋透明的献血袋里时，我内心充满了自豪和满足。这些血液将为那些急需帮助的人提供临时的救命之源，将帮助他们度过难关。我了解到，每滴血液可能是一个生命的希望，我觉得自己真的做了件有意义的事情。在那一刹那，我更加珍惜自己的生命，意识到我们应该懂得关心他人、奉献他人，同样也有时候需要帮助。

第四段：志愿献血给我带来的心理和身体的积极变化（300字）

志愿献血给我带来了一种心理和身体积极变化。首先，在心理上，我感到自己变得更加乐观向上，对生活充满了希望。献血让我深刻地意识到，自己的存在和行动对他人有着不可或缺的意义，这让我时刻保持着积极的心态面对生活的各种挑战。其次，在身体上，我感到自己的身体更加健康和有活力。献血促进了我体内新陈代谢的调节，加速了血液的循环，让我感到更加健康和精力充沛。我相信，只要坚持定期献血，我会拥有一个更加健康的身体。

第五段：号召更多人参与志愿献血（200字）

通过第一次志愿献血的经历，我深刻认识到献血的意义和价值。我希望能够号召更多的人参与到志愿献血中来，共同为公益事业贡献一份力量。献血不仅可以挽救生命，同时也是一种关心他人、奉献他人的方式。我相信，只要我们每个人都能够为献血事业贡献自己的一份力量，社会将会更加美好，人与人之间的关爱和信任也会更加深入。让我们携手共同参与献血，让爱心与希望的火焰在社会中燃烧。

志愿献血活动心得体会篇六

因为有了这一连串的感悟，我用十二万分的热情，投入到无偿献血志愿服务的工作中。在服务队中我具体负责招募、培训和考核工作。虽然在这之前有过一些其它领域的志愿服务经验，也认得不少的有志愿服务精神的朋友。但是要想让人们也可以对无偿献血有更多的了解，继而让大家认可无偿献血志愿服务。

在众多和人打交道的工作中，志愿者的关系和一般的人与人之间的关系处理是完全不一样的。有心来做志愿者的人大多都是素质比较高的，都有着一颗善良的心。大家走到一起追求的是一种精神上的认可。没有经济纠葛，没有权力的争执。相反，在人员的组织又有一定的难度。这里面不可能用行政手段来要求，更不能用经济来制约。大部分时间靠的是精神领袖和骨干的力量来实现管理。精神领袖和骨干又是不可能由谁或者某个部门来指定。只有靠自己实施才可以树立起来的。

我希望在接下来的日子，更多的有相同志愿服务精神的人们，为了无偿献血这一崇高的事业一起努力。

志愿献血活动心得体会篇七

献血是一种公益行为，也是一种对生命的无私奉献。大学生作为社会的中坚力量，参与志愿献血活动，不仅有助于缓解

社会的供血压力，更能为他们自己带来无穷的收获。在这次志愿献血的活动中，我深深体会到了献血的重要性，也收获到了许多宝贵的心得体会。下面我将从准备、献血过程、心情变化、收获以及感悟五个方面来介绍我的志愿献血心得体会。

在准备好献血之前，我首先要做的是了解献血前的注意事项。通过向医生咨询和阅读相关资料，我了解到献血前要注意休息好、饮食清淡、服用维生素和喝水充足等。为了确保我的献血过程顺利进行，我提前了解自己的献血资格，例如体重要达到要求，没有发烧、感冒等病症，以及是否近期有过手术等。通过这些准备工作，我保证了自己能够顺利参与志愿献血活动。

献血过程是一次简单但重要的过程。当我躺在献血床上，医生用针头轻轻插入我的手臂时，我感到了一丝紧张，但更多的是对生命的无上崇敬。整个献血过程中，我感觉很顺利，感觉医生非常专业，使我更有信心。随着血液慢慢被抽出，我开始有一种莫名的心安。虽然有些许的疼痛感，但想到我的献血可以帮助那些需要救助的人，我感觉这一点点的疼痛微不足道。整个献血过程大约只花了20分钟，但这20分钟对我来说是珍贵而有意义的。

在献血的过程中，我的心情也有了一些变化。一开始我有些紧张和忐忑，但在医生和工作人员的细心照顾和鼓励下，我慢慢放松了下来。随着献血过程的进行，我感到自己能做出这样的善举，心中充满了成就感和幸福感。同时，我也意识到了生命的脆弱和宝贵，更加珍惜自己的健康。我的心情逐渐变得平静和安详，因为我知道自己为他人贡献了一份爱心。

通过这次志愿献血，我收获了很多。首先，我明白了献血的意义所在——献血是一种无私奉献，是对生命的尊重和珍视。每一滴献血都可能是挽救他人生命的救命稻草，这种感动和成就感是无法用言语来形容的。其次，我了解到献血并不可

怕，通过自己的亲身经历，我知道了献血的过程是安全可靠的，而且对于大多数人来说，献血并不会带来任何副作用。最后，我认识到了自己的责任和义务——作为公民，我们应该积极参与到社会事务中，为社会做出我们自己的贡献。

通过这次志愿献血的活动，我深深地感受到了献血的重要性，也获得了许多宝贵的心得体会。志愿献血不仅仅是为了帮助他人，更是一种人人都应该具备的道德品质和责任感。我希望更多的大学生能够积极参与到志愿献血活动中来，为社会的发展和进步贡献自己的力量。无论是多大的贡献，都是我们用爱心拯救世界的开始。

志愿献血活动心得体会篇八

献血是一种伟大的志愿服务活动，能够挽救生命，帮助他人。通过多次参与献血活动，我深刻体会到了献血的重要性，也收获了许多宝贵的经验和感悟。在这篇文章中，我将分享自己在志愿服务献血方面的心得体会。

第二段：准备工作

献血之前，我们需要做一些准备工作。首先，了解自己的身体状况和是否符合献血条件，并提前预约时间。其次，保持充足的休息和饮食，以确保自己在献血时身体状态最佳。另外，带上身份证、献血证和相关证明材料，以便顺利完成登记手续。

第三段：献血过程

献血的过程通常分为登记、体检、采血和休息四个步骤。在登记时，须填写一份问卷，包括个人基本信息和身体健康状况，并接受体温、血压等相关检测。体检通过后，进入采血阶段，工作人员将按照规定采集血液样本，以确保安全和卫生。整个过程通常持续30分钟到1小时不等。完成采血后，还

需要在休息区休息片刻，并补充水分和糖分，以帮助身体恢复。

第四段：体会与感悟

通过多次献血，我深刻体会到了献血的重要性和意义。首先，献血是一种无私奉献的行为，能够真正帮助到他人，挽救生命。每一滴献血都是爱心的象征，能为需要帮助的人带去温暖和希望。其次，献血也是一种社会责任和义务，是每个健康人士应尽的义务。只有每个人都参与到献血中，才能构筑起一个更加和谐和团结的社会。

第五段：对未来的展望与呼吁

在未来，我将继续参与志愿服务献血活动，并将其作为一项自觉的行为投身其中。我希望通过自己的努力，能够影响更多的人参与到献血中，共同传递爱心和正能量。我也呼吁更多的人加入到志愿服务献血的行列中，为我们的社会贡献一份力量，使我们的社会更加美好。

总结：

通过参与志愿服务献血活动，我深刻认识到献血的重要性和意义。献血是一种无私奉献的行为，能够真正帮助到他人，挽救生命。同时，献血也是一种社会责任和义务，是每个健康人士应尽的义务。我呼吁更多的人加入到志愿服务献血的行列中，共同传递爱心和正能量，为我们的社会贡献一份力量。