

# 最新疫情灾难心得体会200字(优质5篇)

心得体会是个人在经历某种事物、活动或事件后，通过思考、总结和反思，从中获得的经验和感悟。优质的心得体会该怎么样去写呢？下面小编为大家带来关于学习心得体会范文，希望会对大家的工作与学习有所帮助。

## 疫情灾难心得体会200字篇一

愿疫情过后，人长久。海有舟可渡，山有路可行。余下岁月，无灾无难。

——题记

春节，本是一个合家团圆的日子，游子们满怀期待地踏上了回家的路，却不知，一场没有硝烟的战争在中国乃至全世界蔓延开来。面对来势汹汹的疫情，人们都居家不出。病毒无情人有情，在危急关头，一批批志愿者连夜奔赴武汉，抗击疫情，只留下一个个坚定的背影。

这无数个背影令我难以忘怀，那些背影虽瘦小，却高大；虽单薄，但伟岸！这些最美逆行者或身为人妻，或身为人夫，或身为儿女，或身为父母……他们舍小家，顾大家，舍弃与亲人难得的团聚时光，没有丝毫畏惧，奔赴一线，给患者带去温暖。他们不计报酬，无论生死，在人与病毒之间砌起高墙，在没有硝烟的战场上冲锋陷阵！

“他们，是白衣天使，是每个人心目中的英雄……国家所需，百姓安危为重，以个人生死，物质得失为轻。在这些医护人员身上，我们看到了他们的高风亮节！”面对人们这样的评价，一位医生说：“哪有什么白衣天使，只不过是一群平凡的人披上了一身载着使命的外衣。”多么朴实而圣洁的话！让我看到了中华民族的凝聚力！

随着病情扩展，火神山医院和雷神山医院成为了我们的焦点。参与建设的所有施工人员都在与死神赛跑。最后，经历了五天五夜后，火神山医院通电，于2月3日正式收治病人；雷神山医院也相继通电了，在2月6日正式收治病人。都说，中国人是“基建狂魔”，可以用神一般的速度，建成一所医院。其实，我们都知道，哪有什么奇迹，只是为了挽救生命罢了；哪有什么“基建狂魔”，只不过有一群美丽的逆行者罢了。除夕春晚刚开始，辛苦了一年的工人们，刚吃上一口热乎饭，本来不想继续工作的，但一听说要建设医院，立马放下刚端起的碗筷，火速奔赴泥泞的工地现场。他们在团圆的日子里，一连工作十几个小时，顾不上喝一口水。”98年抗洪抢险我们还小没赶上，今天赶上这个事情了，也要尽一份力把它干好，只要我们尽一份力就可以。”这是河南的刘海龙师傅说的。听说疫情后，没有回家，自发打车，来到武汉。他在工地上没有认识的人，没人给他指派任务，也没有上下班的时间。但他说，只要有活就会自己去干。在寒风苦雨中，他们像战士一样战斗，与病魔竞速，与时间赛跑。

除了医护人员和施工人员外，还有许多人一起对抗着这次无硝烟的战争，我一直关注疫情，心系武汉，因为我们有一个共同的母亲——中国！我一直坚信：武汉必胜！中国必胜！

## 疫情灾难心得体会200字篇二

20\_\_年的日历已然翻到了二月，春色闹上了枝头，春意飞上了云霄；但这个春天却又是静悄悄的，少了聚会的喧闹，华夏大地只回响着同一个声音：“某某市，加油！”

当前，全国的疫情防控已经入白热化阶段，很快就将迎来一个决定性的“拐点”，也是局势彻底翻转的重要节点。控制人口流动，避免交叉传染和输入性传染是当前防控的当务之急，所以全国各地在利用一切可能的手段减少居民外出，减少病毒通过人体传播的概率。作为一名年轻党员，我也被派驻到了一线体温监测点上执勤，亲历了前线抗“疫”的点点

滴滴。相比起湖北千钧一发的治疗工作，在我们这个没有发现确诊病例的小县城，在一个个基层工作者的话语间，我发现了疫情中和“普通人”有关的感人瞬间。

“同龄人”和我一起站岗，疫情中的短暂调剂。因为我是单位中的年轻人，为了照顾年龄更大的同志，所以经常让我值守凌晨的班次。自打从学校毕业后就很少熬过通宵，从一开始接受这个时段的工作确实还有些不太适应，想打瞌睡的时候就 and 一同值守的公安同志、医护同志谈天说地。我深深地记得有一位年纪比我还小的执勤民警，说起日夜颠倒的值班让他老婆抱怨不少的事情，“本来大年30晚上值完班才刚回到家，想着能多陪陪老婆两天，没想到这个疫情来的太突然了。她现在不能外出来看我，我也很少回去，其实心里觉得怪亏欠她的”。我也记得，另外一个护士小哥说起他的医生同学在前线救人的故事，“在过道就睡着了，不能脱隔离服，一是没工夫脱，二是物资确实太紧张了。也就刚刚梦见周公吧，又要起来收治病人了。”我们也趁着半夜车少说一说年轻人关注的事，聊一聊疫情结束后要怎么放松一下，大家七嘴八舌，原本被防控工作制造的疲惫一扫而空。

在刚迈入20\_\_年的那几天里，大家都说“第一批90后已经30岁了”。三十而立，而我的同龄人们也确实在这次疫情中彻底长大了，他们成为了活跃在防控一线的重要力量，也正是有了这样一群年轻的干部冲在一线，学着像长辈一样挑起社会的责任，我们的防控大网才能越织越密。

“过路人”和我交流体验，疫情里的世间冷暖。夜里执勤，最常见的便是长途运输的过境货车了，因为时效要求和限行法规的限制，货车司机经常会开上通宵。外籍车辆在盘问和检查好相关证件后还会进行登记。我记得有一位从陕西出发路过县城的货车司机说：“哎呀，这个病毒可恶着嘞，我们一路过来检查体温麻烦，你们执勤也麻烦。”我回答说：“都是为了大家的安全，特殊时期还请理解。”大哥不好意思笑了。还有一位云南的司机说疫情发生以来，各地物

流单子少了很多，他们的日子也不好过了。我安慰他说：“会好的，再坚持一下，国家已经开始行动了，我们很快就能过上正常生活！”我还在白天去过村口的劝返点执勤，面对村里赶集的人潮，只能是苦口婆心地劝导大家尽量少出门聚集。有一个路过卡点的婆婆曾问我：“你们天天守在这儿是不是奖金很高啊。”我回答婆婆说：“我们没有奖金，如果大家能配合我们少出门、不聚集就是对我们最大的褒奖。”市场的寒冬终将过去，热热闹闹的日子也终将回来。

在远离感染中心的基层，老百姓的生活也不同程度地受到了波及。党和政府正出台一系列帮扶和救助措施，在保证安全的情况下有序开展复工复产，并给予寒冬中的企业更多的帮助，相信春天已经到来！

“家里人”和我嘘寒问暖，疫情里的滴滴温情。“晚上执勤要多穿点。”“口罩一定要戴严实，在外面吃饭要仔细洗手。”每次出门工作家里人的叮嘱总是萦绕在我的耳边，一字一句的背后又何尝不是厚重的牵挂。自大年初二得到疫情防控工作部署以来，一直没能好好地陪陪家人，哪怕一天。当下防控形势严峻，人手紧缺，家人对我的工作总是支持的，也尽量在鼓励我“趁着年轻多到前线去磨练磨练！”作为一线防控的党员干部，我时常和他们交流在乡镇上防控工作的点点滴滴；另一方面，我也教导他们要按照党和政府的要求减少出门，避免交叉感染，做好个人防护。

家人永远是我们坚强的后盾，但危难当前作为党员干部就有责任做到“一家不圆万家圆”，为人民群众站好岗、服好务。更要以身作则，管好家人，严格践行党和政府的要求，早日打赢这场疫情阻击战。

还有很多的“普通人”也曾给我留下过很深的印象：向我们竖起大拇指的过路司机，向执勤点送来慰问品的村民、爱心企业，还有积极加入联防联控队伍的志愿者们。“普通人”没有真正和病毒面对面的抗争，但却在广阔的基层坚守岗位，不

断织密联防联控的大网。一个普通人的坚守可以保卫脚下的方寸土地，每一个普通人都参与到联防联控中来，终究会打赢这场艰难的战役。

## 疫情灾难心得体会200字篇三

连日来，各地有一些恶意“隔离”举措，让武汉人很寒心。

譬如很多从武汉返乡的上班族、大学生，本着配合相关调查、对抗病毒的想法，到社区里填写了一些与个人信息相关的调查表，却不承想他们的身份证、居住地址、电话等个人隐私信息随后被公开在朋友圈、微信群里；一批在离汉通道关闭之前出行的旅行者，由于航线被迫取消或更改而滞留在全国各地，却被很多酒店拒之门外，过年了也只能住帐篷或流落街头；还有很多关于武汉人吃野味的刺耳声音在网上传播。

采取隔离措施，可以理解。政府也要求武汉人近期不要离汉，以防疫情蔓延。但隔离措施不能恶意，不要作出一些伤害人的举动。

就拿武汉返乡者的信息来说，信息上报、筛查，对隐瞒的要举报，没有错。恶意传播病毒是违法行为，坚决不能容忍。但这个时候，请不要恶意泄露他们的隐私，这并不利于防控病毒，反而会造成不必要的恐慌，给社会添乱。

为了防止疫情失控蔓延，武汉在1月23日宣布关闭离汉通道，武汉人也积极响应号召，挑头退了票，主动取消外出探亲、度假的计划，本着对自己负责也对他人负责的态度，自我隔离。即便是在离汉通道关闭前从武汉离开、返乡的人，也纷纷去社区登记。可以不点赞这些行为，但绝不应该冷语相向，甚至故意伤害。

武汉是新型肺炎猛烈爆发的地方，武汉人也是受害者，而不是加害人。对抗病毒，是一场人与病毒的战争，而不是人与

人的战争。这场战争的出发点和落脚点都是爱，而不是恨和冷漠。要让爱成为对抗病毒的特效药，不要让冷漠成为加剧病毒危害的催化剂。

1998年洪水，武汉人齐心协力严防死守；20\_\_年非典，武汉人齐心参与战斗。现在，武汉“病了”，需要全国各地伸出援手，刚刚广东湛江等地宣布为滞留当地的武汉人提供免费住宿。让我们一起做武汉的守护者，善待武汉人！

## 疫情灾难心得体会200字篇四

时光如逝，岁月如梭！春节的钟声再一次敲响，当我们阖家团圆之时，一场没有硝烟的战斗早已打响，突如其来的疫情早已在人间弥漫，令我们提心吊胆！

20\_\_，\_\_年，又是十二生肖新一年的轮回。但这突如其来的疫情迅速蔓延，仅在数几天的时间，武汉的这次新冠病毒就已经蔓延的许多其他的省市和地区，甚至中国周边的国家也受到了影响！因为一时的美味，导致了这无穷的后果！自从疫情一爆发，钟院士就和李院士等人前往疫情第一线和病魔战斗！

随后各个省市立刻开展了防疫工作。许多明星、中国重点企业和集团都积极为疫情第一线伸出援助之手，捐财捐物……每当我看到这些感人的故事，我是多么的感动。各地医护人员为了疫情，放弃和家人团聚的机会，坚守自己的岗位，更为感动！！

为国家做贡献：各地医护人员夜以继日的工作，研制抗疫药，解放军和大批医护人员入汉作战；建筑工人仅仅十来天就建成俩大神山医院，这是多么了不得的奇迹啊！

同心协力，共同战疫！

千言万语汇成一句：“中国加油！”“武汉加油！”

## 疫情灾难心得体会200字篇五

今天是3月5号，从官方公布的各种消息来看，闭关的日子应该是结束了。居家抗疫期间，除了听从指示，不出门、多洗手、戴口罩以外，还有不少感悟与体会和朋友们分享。

一、平时要多锻炼身体，锻炼身体形成强大的免疫力，才能抵挡病毒的袭击。

报道中说有的人带毒二十几天都未发病，有的人打个照面就被传染，与抵抗力有直接关系。毛泽东说过：“身体是革命的本钱。”看来以后要放下手机，多出门、多运动才是王道。要不然已经躲过两轮追杀的中年油腻男危矣。

二、要囤积点口罩。一罩难求，是这次疫情给中国人最大的教训。

从1月底至今仍未通过药店这一正常途径购买到口罩，可见这种东西有多么稀缺。查阅口罩说明书，口罩的保质期均在两年，恢复正常生活后，建议家中常备两包口罩，才能躲过病毒的再次追杀，自救自保从口罩开始。

三、夫妻中至少有一人要在体制内。

通过本次疫情可以发现，体制内不仅有可能分配到口罩，并且有各种官方信息让你耳聪目明。各种消息，均是体制内的人先知道，不在体制内的吃瓜群众不仅不明真相，只能乱传各种小道消息。一纸通行证不仅代表着你是公家人，还能保证你的基本生活。被门卫无情拒绝的你，完全证明了你混的怎么样的问题，作为中国人这样的心情你应该秒懂。

四、储蓄是一个好的习惯，要继续保持。

要留点备用金，千万不要听银行的人忽悠，办一堆信用卡。更不要碰什么花呗、借呗，白条，切不可“寅吃卯粮”过度消费，要不然在灾荒面前，没有一点抗风险能力。武汉的教训太深刻了，有的人多花了几万元，多挺了一天，就赶上了医保免费的治疗，有的人没有钱只好回家了，阴阳两隔。多么痛的领悟啊！

## 五、平时要多学习厨艺美食。

居家抗疫，全民神厨，看朋友圈里各种显摆、得瑟，你也心动，但平时连油壶都不碰的你，怎么能比得过人家，估计疫情结束后，新东方、蓝翔的厨师学校都可以开设一些短期班，不用多只用教会10个菜就行，关键时候就不会露丑了。

## 六、要有一个小爱好。

不论是书法，画画，摄影，下棋，针织、太极、厨艺都行，不然的话你会非常无聊，手机快刷烂了，剧也追完了。在家转来转去却不知道干什么，无比尴尬。

## 七、房子还是大一点好。

封闭管理以后，你会发现被束缚在一个有限的空间内是多么难受，从客厅到卧室总共七步，每天走过走过去，却也写不出“七步诗”。与老婆的吵架指数却直线上升。建议以后买房户型要大一点，物业管理要好一些，说不定还能给你送点菜。提前规划好影音室，咖啡间，台球室，瑜伽室，健身房，要不然非得活活憋死。

## 八、电脑打印机要备齐。

电脑打印机至少各两台，随时钉钉上课，居家办公，修改公文、下载作业打卡，实在是居家利器。尤其是打印机，非常重要，老师“叮铃铃”一响，子女在一旁大声的催促，你抄

作业的大手不停地颤抖，经过每天两轮的轰炸，不到半个月就会发疯。真的感谢打印机呀！还有电脑，谁当初说台式机已灭亡，经此一疫，估计联想股票都要上涨，前段时间连神舟这样的牌子都因分赃不均，开始吵架，说明夕阳产业又迎来了春天。