# 高铁新时代演讲(精选8篇)

在日常的学习、工作、生活中,肯定对各类范文都很熟悉吧。 大家想知道怎么样才能写一篇比较优质的范文吗?下面是小 编为大家收集的优秀范文,供大家参考借鉴,希望可以帮助 到有需要的朋友。

# 高铁新时代演讲篇一

时间流逝得飞快,正如小品中所说的:一眨眼,一天的时间就过去了。人们常常抱怨自己的时间太少了,其实,时间是公平的,不多给你一秒,也不少给你一秒,每个人一天只有二十四小时。有许多哲学家说,人的一生分为三天,昨天和今天还有明天。仔细想想,的确,昨天一去不返,今天正与你在一起,明天很快就会来到,也很快就会流逝。

都说时间来得匆匆忙忙,走得匆匆忙忙。都说时间是悄然无声地来,静悄悄地走。都说时间是奔跑着来的,健步如飞走的。人们经常回想昨天,幻想明天,对今天不闻不问,今天好如被父母抛弃的婴儿。可是一天前,"今天"是令人幻想的明天,一天后,"今天"是令人回想的昨天。人们时常把握不住今天的时间。当生命快落山时,人们才明白一个道理:珍惜时间等于珍爱生命。

马克思曾经说过: "一切节省,归根到底都是为时间的节省。"是的,你节省使用某一种东西,同时也节省出了你买这样东西的时间。这句话也说明了时间在世人生命中、生活中的重要性。

我曾读过一个故事:

一天,一个小学生在学校旁边看见一家银行,名字甚是奇怪,时间银行,小学生迫不及待地走进去探个究竟。

公共场所四个字在门上贴着,小学生推开门,向大厅走去。 工作人员告诉小学生说这家银行是用来借时间的,不等工作 人员说完,小学生毫不犹豫向银行借了两个小时的时间来打 游戏。

一个星期过去了,小学生每天来借两个小时。

直到第二天要期末考试,小学生吃完午饭想要复习,结果一看表,竟然四点了。小学生揉揉自己的眼睛,睁大眼睛一看,四点半了。

小学生急急忙忙跑向时间银行,想问清楚原因,工作人员告诉小学生,你已经向银行借用了十四小时的时间,并未奉还,现在要双倍偿还你所借用的时间。

小学生一听,马上着急得大哭起来。

故事结束了。可以说这只是童话故事,因为现实中不可能借用时间,偿还时间,一天只有充分的二十四小时供你使用。也同时是寓言故事,这个故事向人们诉说了一个道理:一寸光阴一寸金,寸金难买寸光阴,故事情节反反复复、时时刻刻提醒人们珍惜时间,利用好生命中的每一分每一秒。

提醒人们珍惜时间的故事、名言警句数不胜数,人们还是像往常一样浪费时间、浪费生命,总是对自己说最后一次,下次不会了。可一生中又有几个"最后一次"?又有几个"下次"?总是说下一次,可下一次还说下一次[en这样,永远你都节省不了时间。有人说时间是挤出来的,确实有道理。一件事与一件事的间隔中的时间可以利用,久而久之,时间慢慢地就节省出来了。

时间珍贵、宝贵。可人们却不珍惜,总说"时间长"、时间还"有很多",其实时间并不多,比人们想象的少许多。

如果一个人可以活到一百岁,那么一年只有三百六十五天, 他最多可以活三万六千五百多天,一天二十四小时,顶多可 以活八十七万六千多小时。请好好珍惜每一分、每一秒吧!

# 高铁新时代演讲篇二

进入早春,万物苏醒,一片生机盎然的景色。同时也迎来了,一年一度的"5.12"国际护士节。五月,是快乐的,它总是在护士的充实中进行,五月,是惬意的,它也总是在护士的足迹中溜达,五月,是美好的,因为它总是提醒你作为一个圣洁"天使"的伟大。

恍然之间,从20\_\_年实行优质化护理至今已经有六七年的光景,作为医院首批省级优质化示范病房的我们,心里是满满的蜜意。因为同时我们也收获了幸福。虽然由于工作的繁忙,妇科病房的"天使"每天都像上紧发条的机器,但机器身体的每个细胞都呼吸着灿烂的氧气;虽然有的时候你已疲惫的不想张开双唇进行宣教,甚至不想撑开"翅膀"操作,但当你的面前是虚弱的面孔和颤抖的灵魂,生命又会教给你要goon.是的,我们团队就是这样的,并且一直是这样的。从平素普通的晨间护理,"您昨晚睡得还好吗?",到常规的术前术后健康宣教,从简单的基础护理到picc导管的维护,无不渗透着"天使"们的人文情愫,这是她们平常的工作场景的现在进行时,但她们就是这么一群平凡的可爱的人儿!

生活教给了我们乐观,也教给了我们无私,生命教给了我们敏捷和迅速,也教给了我们洞察和分析,社会教给了我们宽容和理性,也交给了我们思考和真情。是的,也不知道从何开始的,我们已经变得淡然而从容。

现在打开我的老款诺基亚n73的手机,我还是能够找到其中的一条短信。上面赫然写着"你就是我心中的白衣天使"的字样。 现在回想起来,还有一些幸福的味道,因为我帮助到了她们。 因为那时候,每个病人出院的时候,护士长都会发一个满意 度调查表"您认为谁是你心中的白衣天使?",这个"5月妊娠"引产后小姑娘的母亲就给我本人发过来这样的一条简讯。我还清楚的记得当初入院时这个十七岁的小姑娘的状态:很腼腆,但很干净,对别人是隔离的样子。她的妈妈非常焦虑,为了一些诸如"引产会不会疼?""对孩子的以后的生活有没有影响?""什么时候能出院?"的问题反复发问。我对病人特别的关注,不光是因为我是她的责任护士,还因为我看到这个年轻的生命此时是那么的无助和悲伤,以至于她的母亲也似乎无能为力。

在那一刹那,一种从未有过的体验涌上心头,原来自己的"手"这么受用。虽然平凡,却如此重要,它不仅维系着健康,快乐,还有保护作为一位女性的尊严。那一刻,我深深的体会到天使的手虽然不是世界上最美丽的手,但却是对生命而言最重要的手,也是最独特的手。它就像沙漠当中的一抹绿洲,为迷路的小孩指出了方向,为对生活沮丧的患者带来丝丝的光明。就是这样的手每天都在劳动它的平凡。为卵巢癌术后的患者做贴心的口腔护理,尽管你的腰际由于劳损已不能很优美的完成操作,但也要极力让患者保持舒服的姿势,一声"谢谢",就化解了所有的腰酸和背疼。为外阴癌的病人做会阴擦洗,虽然会飘来阵阵的不好的气味,但是我们还会在操作间隙,关切而真诚的问候病人的感受。

其实就是在我们妇科病房—这样一个"平凡的世界"里有了这么一群不平凡的人,组成了这平凡的世界。

当今,在这样一个随时会上演群体性冷漠的社会里,作为天使的我们真诚的为弱势群体的一员付出关注和食粮,不管是谁,此刻都是感动的。

人间自有真情,人间自有真爱。

其实作为奋斗在临床第一线的天使们,每天都在平凡的岗位上感受着人生百味,体会着家常冷暖。曾几何时,我们放弃

了万家团圆的日子,冲在生命的前沿;曾几何时,我们已全无了生物钟的作息规律:在夜深人静的时候巡视于病房间;曾几何时,我们已经全然不顾自己的劳损身体,穿梭在走廊间。

记得当时我们一位即将退休的老护士,在她的送行晚宴上,操着我们的山东口音,这样说道"我告诉大家,当了护士,我不后悔。"多么平淡无奇的总结,多么掷地有声的评价,她的一生都奉献在护理事业上,此刻只是发自肺腑的真情流露。直到现在我还清楚得记得她那时候的脸,平静而淡定,真诚而踏实,就是这样定格在那个时刻,因为她的声音在我胸中是如此的光芒和灿烂。

几天前,有的护士跟说起"临床上好累啊。"我说:"那有时会感受到快乐吗?"她说"经常会啊。"所以说我们的医疗环境就是这样的,我们为病人服务,病人会感受到共情,但总有一些人道主义道德始终矗立在那里,鞭策着我们,无论多少的打击,无论多少的嘲讽,多少的不信任都改变不了我们护理的初衷一那就是人本位的责任制护理。

其实,我们就这样把青春流逝在平凡中。就像小草,虽然平凡,不也一样能辽阔无垠的草原?所以就让这柔韧的生命在反复的摔打,潮起潮落间呈现坚定与成熟。我已经不再害怕青春在平凡中流逝,要让青春在平凡中闪光。

我这就是我们所拥有的平凡人生!

# 高铁新时代演讲篇三

激励学生的演讲稿

尊敬的各位领导,各位同事,亲爱的同学们:

大家好!

在成功者的队伍里面,很多人并不见得很聪明,在失败者的 队伍里面很多人并不见得愚笨。我们经常聊到一些牛人,所 谓的牛人就是平时不做作业也偶尔会考高分的人,也可以叫 投机取巧的人们, 天上掉馅饼的时候, 也许他准备好了筐子, 可是你能保证天上永远下馅饼吗?不能,只有拥有真本事的 人,真金不怕火来炼,这样才不会考运气吃饭。有个木桶原 理,即短板决定盛水的多少。同样,在人生中,你的弱点就 会决定你未来的发展,能改正的叫缺点,永远克服不了的叫 弱点。那么同学们学习是你的弱点吗?你们会让学习成为自 己的弱点吗?对,不是,那么就让学习成为你的武器,成为 你通向未来的桥梁吧,学习无敌,加油!同学们,在学校里, 老师和你们是最亲的人啊,你们就是我们的梦想和希望。教 你们的几位老师付出了很多辛勤劳动。吃饭的时候,她们在 想这节课该怎么上? 走路的时候在想怎样能和你们处的更好? 怎样才能更接近你们的心? 在她们的眼里, 你们就是她们的 家人、朋友。以心换心,要知感恩。我相信有这些好老师, 加上你们这些勤奋努力的学生, 今年六月份的毕业考试一定 会取得最优异的成绩!

同学们,相信你们都是最棒的,为了未来,为了梦想,加油!

大家好,我是\*\*\*。岁月匆匆,时光转瞬即逝,从我踏进这个中学的校门开始至今已将近两年了,想想两年前那个十分稚嫩的我,到现在已经光荣加入共产主义青年团。回首过去,在这过去的两年时光里,有苦有乐,学到的东西,无论是在学习上,还是在生活上都十分丰富,得到了很多经验和教训,人也比以前长大些了,在学习上也较以前有了很大的进步,并且积极参加团组织的活动,也认识了更多的同学。

学生主要是学习,只有不断地苦学巧学,才能让自己充实起来,不像气球,仿佛飞得很高,仔细一看却是被浮云托着,表面看上去还饱满,但肚子里却是空空的。我们追求的是内在的饱满,而不是表面上的虚华。一个人的学习是永无止境的,自己就像半杯水,要觉得自己拥有的知识是半空的,而

不是半满的,需要的是不断地去填补,而不是觉得已充足,要知道如果一个杯子满了,没有空间了,它就变成了一个没有用的杯子了。

在平时的学习中,我没有太多的资本,靠的就是勤奋。从来不会觉得学习已经足够。在课堂上,把老师讲的主要内容记下。在课外,把一天的学习任务列在一张小纸条上,按着学习计划,有条不紊地完成每一天的学习。不懂就问,不会就学。少上网,少逛街,把能用的时间都花在学习上。用早上最好的时间学英语,用晚上睡前半个小时看些课外书。在读书看报时,养成读书做笔记的习惯。一件事做到某一阶段,决不可停止下来,而应该继续努力,以达到更高的高度。如果在学习上自以为满足而不再追求进步时,便是由盛转衰的开始。人的身体之所以能保持健康活泼,是因为人体的血液时刻在更新。同样在求学的路上应该时常吸收新鲜的思想,先进的知识,不断地充实自己。

我一直在摸索一种适合自己的学习方法,从而使生活学习达到事半功倍的效果。方法大家都听了许多,但要想知道是否适合自己,就一定要亲自尝试,并坚持不懈,逐步积累,定会有满意的结果。

学习最重要的是要有信心,一个人的成就决不会超过他自信所能达到的高度,在做每件事之前,我都会默默地为自己鼓劲,只要我努力,一定能行。只要把自己的心态调整好,有自信就等于成功了一半。我每做一件事,都是一方面充满必胜的信心,另一方面又去努力备战,尽力把事情做到尽善尽美,决不留下遗憾之处。

我爱我的学生演讲稿

尊敬的领导及各位同行:

大家好, 今天我演讲的题目是: 我爱我的学生

今天我们集会于此,共表心声。这其实是在见证教师职业持久的光辉,我们都是在肯定自己的承诺。将教育事业树立在心上的,不是我们的名称,也不是职业操守的教条,更不是法律制度的约束。而是我们拥有一颗奉献教育的心;拥有一颗热爱学生的心。这颗心让我们成为阳光下最灿烂的人。

著名学者许亢梅说: "看见学生想到自己的孩子,看见自己的孩子想到学生,因为爱子所以爱生,因为关心自己的孩子,所以关心每一个学生,因而心中牢记——爱生如子!今天,我们继续着这一未竟的征程,架起这些真理与现实的桥梁。

今天,我们是为了兑现诺言而来的,当我们迈上讲台的第一步起就暗许诺言:承诺要用毕生的心血来浇灌祖国的花朵; 承诺视他们如自己的孩子;承诺用自己的生命来保护他们。

我忠诚于我们的事业,保证让每一个学生都知道,他有同其他人一样成功的机会。因为,他是我的学生。

我爱我的学生,领导们,老师们,三钱粉笔,万钧重担。教师之责任,任重而道远。山登绝顶我为峰,莫管风逐秀林木。

### 高铁新时代演讲篇四

#### 大家好!

今天我演讲的题目是:保护水资源,做环保小公民。

同学们,烈日炎炎的夏天,当你拧开水龙头,舒舒服服地冲着凉水澡时,你们知道吗?你洗澡所用的水是缺水地区几十人的日用水量;当你冲洗马桶时,你一次用水量当于发展中国家人均日用水量;当粗心的你没有拧紧水龙头,它一个晚上流失的水,相当于非洲或亚洲缺水地区一个村庄的居民日饮用水量……这些事例决不是耸人听闻,而是联合国有关机构多年调查得来的结论。

大家都知道,我国是一个贫水国家,人均淡水只有2240立方米,不到世界人均水平的四分之一,居世界第109位,被列为世界13个严重缺水的国家之一。由于缺水,我国农村粮食产量减少,西北沙漠化严重,沙尘暴频繁发生。节约用水对于我们每一个中国人来说,已是当务之急。

但是,环顾四周,破坏水资源,污染水资源的现象屡见不鲜,就拿外面的\_\_河来说吧!

据老人们说:很久以前,我们的\_\_河是那么清澈,那么美丽,犹如一块碧绿的翡翠,河里,鱼虾快活的游动,岸边,人们愉快地生活。大家喜欢直接饮用那干净的河水,品尝肥美的鱼虾,夏天,河里满是尽情嬉戏的人们。几十年过去了,我们的\_\_河变了,河水不再清澈,鱼虾不再肥美,人们也不再直接饮用河水。是什么原因才使得\_\_河变化如此之大呢?人类!我们人类是罪魁祸首!几十年来,人们胡乱地向河里倾倒垃圾,工厂不断地向河里排泄废水,医院大肆向河里排放污水……日复一日,年复一年,我们的母亲河——\_\_河,已变得浑浊不清、伤痕累累!有的地方河床甚至成了堆放垃圾的臭水沟。夏天,人们再也不敢在河里尽情的游戏……这一切的一切,都是人类破坏水资源的罪证!

同学们,"黄金有价水无价"。为了我们自身的健康,为了子孙后代的幸福安宁,为了人类今后的生存和发展,让我们积极行动起来,从身边的小事做起,从一点一滴做起,节约用水,保护我们赖以生存的水资源,做一个惜水如金的"环保小公民"吧!让/"地球上最后一滴清水/将是人类的眼泪"/这样的广告/永远只成为广告吧!

### 高铁新时代演讲篇五

失败也很可贵, 因为你可以把失败当成创造的良机。

谁都有可能遭遇挫折,很多人面对挫折,就会失去人生的自

信,再也不愿意去努力,甚至断言自己是一个失败者,自己和成功无缘。

其实,并没有失败,只是暂时没有成功而已。如果敢于倒空"失败",那么成功同样属于自己。

《凤凰卫视》着名的战地记者闾丘露薇曾经在复旦大学做过一场报告,这场报告吸引了近千名学子,他们当中大多数即将走出校门。

令人意外的是,在这场报告会上,闾丘露薇并没有谈太多自己的成名经历,也没有讲那些战地采访的故事,而是一再向大学生们强调两个字——归零!

为此,她讲述了工作中难忘的两次经历。

第一次是她刚刚从复旦大学哲学系毕业,还没有进入新闻行业。

有一天,她看到一家会计师事务所需要一名英文翻译,于是发了简历去应聘。

对方一看她是名牌大学的毕业生,很快就通知她去面试。

闾丘露薇对这次面试非常自信,因为读大学时,她的英文水 平在系里就是拔尖的。

笔试时,对方要求闾丘露薇翻译一份会计报表。虽然可以查字典,但是对着那些专业名词,她根本不知道从哪里入手。

等她把翻译好的报表交到考官手上时,考官只看了几眼,就皱起了眉头。

结果可想而知, 闾丘露薇没有得到那份工作。

那次失败的面试给闾丘露薇打击很大,她开始怀疑自己的能力。直到半年后,她考进了一家国际会计师事务所。这家公司花了大量时间对新员工进行培训,几个月下来,闾丘露薇的财经专业英文水平突飞猛进。这时,她才重新找回了自信。

后来她进入新闻行业,刚开始时她很自信,觉得自己站在镜头前挺清秀可人。

这句话仿佛给初入新闻行业的闾丘露薇当头浇了一盆冷水, 她的心情沮丧到了极点,面对镜头开始变得不自信,怎么也 找不到自如的感觉。

这句话让她恍然大悟,在镜头面前,她不再想着自己的外表,而是专注于如何通过自己的内心向观众传达最有价值的信息。慢慢地,她找到了自己的风格,多次深入战地采访,并成为第一位进入阿富汗战地采访的华人女记者。

这两次经历,让闾丘露薇感到,在职场中,越是难受、挫败的时刻,越需要归零。

在面试失败、被上司否定的时候,如果闾丘露薇就此认定自己不行,不敢再去尝试,那么就不可能有今天这位出色的战地记者。

在一个真正追求成功者的字典中,并没有"失败"两个字。 只有你勇敢地追求,不断地提升,你同样会拥有梦寐以求的 成功!

### 高铁新时代演讲篇六

#### 大家好!

我的名字是xx[]站在大家面前,我稳重但不刻板,激进但不张扬,温柔但不懦弱,平淡但不懒惰,诚实但不固执。首先感

谢公司在人事制度上营造了一个公平竞争的环境,让我有机会参加这次比赛。我正在竞争销售部助理销售经理的职位。现在我站在这个舞台上,以我全部的信念和正直,竞选经理的职位。中文字典里的经理是指经营管理。管理以管理为基础,管理是根本。只有严格的管理和正确的经营理念相结合,才能创造我们成功的奇迹;在我看来,一个合格的经理,是站着就能说话,坐下就能写字,出门就能出去的人。人生只有美好,没有辉煌。于是我勇敢地来到了这里。

下面说说我对销售经理工作的理解和对以后工作的想法。

在现代企业管理中,"以人为本"已经成为现代企业管理的核心理念。"以人为本"就是尊重人、理解人、关心人,充分发挥全体员工的才能,激励全体员工为企业的生存和发展做出最大的贡献。因此,销售部门是具体组织和实施公司管理计划的主体。在我看来,销售部门的工作极具挑战性,销售部门的工作人员应该热情、善良、公正,所以我有这方面的天赋。因为我诚实,公平,有原则,责任心强。我知道销售部副经理的工作很重要,主要体现在服从、执行、做一线员工的后盾。如果能参赛成功,我就做部门副。

#### 我的工作思路是:

第一、要求自己"三从",人格服从调配,情感服从原则, 主观服从客观,不为自己找借口,不给领导找麻烦。

第二、完善执行公司既定程序坚决执行。刚健、求实、务实的工作作风,培养了我遇事不含糊、不拖沓的工作习惯,养成了我不唯书不唯上、唯真理、唯现实的工作态度。

第三,提高协调性,我们是一个销售团队,这个团队是一个融合了很多个性特征的团队,让整个团队有凝聚力,拳头最有力。

第四,不断增强自己的学习能力,当今社会竞争激烈,各种学术和科学技术日新月异。文凭高,学历高是不够的。只有学习能力高,才能立于不败之地。火车跑得快,看人头。只有当团长以身作则,整个团队才能学得更好。通过学习,可以对整个行业未来的发展有一个相对准确的定位和远见。

我们是一个销售团队,销售力量是我们团队的根本和灵魂。以上四点是我对三年来提升销售队伍的总结。我是一个农村孩子,深刻理解"剑锋来自削尖,梅花香来自苦寒"的道理。十年磨一剑的精神,一直激励着我向上游奋斗,永无止境的奋斗。阿基米德说,给我一个支点,我就能举起整个地球。我说,你给我一个支点,我可以带领一群队伍冲锋。毫无疑问,在领导和同事面前,我还是一个比较陌生的学生;平心而论,我工作时间短,没成绩,没资历,没基础,没优势可谈。是拿破仑的那句"不想当将军的士兵不是好士兵"激励我去尝试。我不敢奢求什么,我只想让大家了解我,理解我,帮助我,或者喜欢我,支持我。正因为如此,我更清晰地看到了差距,这促使我履行自己的职责,努力学习,努力工作,用自己的微薄之力回报自己,回报公司。

我的演讲结束了,谢谢!

#### 高铁新时代演讲篇七

让我们从一个初一新生的角度来谈谈怎样做好一名合格的中学生。

作为中学生,我们应该把学习抓好。

到了中学,我觉得学习压力明显地比小学大了。

因此, 我们的学习方法也要改变一下。

我们不仅要在课堂上认真听讲,也要利用好课余时间,可以适当地做些练习题、看些课外书,以增长我们的见识,开拓我们的思维,使我们的大脑活跃起来。

另外,我们不能靠人推一步才走一步,要靠自己自觉努力、 学习。

每当老师讲完一课,对其内容、例题,我们都要复习几遍。

我们还要做好预习工作,先看几遍课文,并进行思考。

有不懂的问题,在第二天老师讲课时提出来,及时解决,什么都要比老师快一步。

以前的成绩只代表过去,现在,我们都站在同一个起跑线上,看谁跑得快,我们要争做第一个冲线者。

另外, 仪表也很重要, 自己身上整洁, 别人看了也舒服。

老师曾给我们讲过:"要穿戴整洁,朴素大方;头发干净整齐,不烫发、化妆、佩戴手饰。"因此,我们要听老师的话,把老师的话记在心里,时刻提醒自己。

全校的学生都穿着整齐的校服,面貌一新。

这样,才体现出我们市一级学校的精神风貌。

从卫生习惯可以看出一个人的精神风貌,因此,我们要特别注意卫生,养成良好的卫生习惯,我们不能乱扔垃圾,随地 吐痰。

要定时更换衣服,勤洗勤换,不要一星期才换一次,弄得全身"臭哄哄"的。

我们还要守纪律,在课堂上认真听讲,一切听从老师指挥,不能在课间大吵大闹,要营造一个安静的学习环境。

身体是学习、生活的本钱,如果身体不好,就什么事也做不了。

因此我们要踊跃参加各种体育活动,锻炼身体,增强体质。

让我们从一个初一新生的角度来谈谈怎样做好一名合格的中学生。

作为中学生,我们应该把学习抓好。

到了中学,我觉得学习压力明显地比小学大了。

因此,我们的学习方法也要改变一下。

我们不仅要在课堂上认真听讲,也要利用好课余时间,可以适当地做些练习题、看些课外书,以增长我们的见识,开拓我们的'思维,使我们的大脑活跃起来。

另外,我们不能靠人推一步才走一步,要靠自己自觉努力、 学习。

每当老师讲完一课,对其内容、例题,我们都要复习几遍。

我们还要做好预习工作, 先看几遍课文, 并进行思考。

有不懂的问题,在第二天老师讲课时提出来,及时解决,什么都要比老师快一步。

以前的成绩只代表过去,现在,我们都站在同一个起跑线上,看谁跑得快,我们要争做第一个冲线者。

另外, 仪表也很重要, 自己身上整洁, 别人看了也舒服。

老师曾给我们讲过:"要穿戴整洁,朴素大方;头发干净整齐,不烫发、化妆、佩戴手饰。

"因此,我们要听老师的话,把老师的话记在心里,时刻提醒自己。

全校的学生都穿着整齐的校服,面貌一新。

这样,才体现出我们市一级学校的精神风貌。

从卫生习惯可以看出一个人的精神风貌,因此,我们要特别注意卫生,养成良好的卫生习惯,我们不能乱扔垃圾,随地吐痰。

要定时更换衣服,勤洗勤换,不要一星期才换一次,弄得全身"臭哄哄"的。

我们还要守纪律,在课堂上认真听讲,一切听从老师指挥,不能在课间大吵大闹,要营造一个安静的学习环境。

身体是学习、生活的本钱,如果身体不好,就什么事也做不了。

因此我们要踊跃参加各种体育活动,锻炼身体,增强体质。

让我们以《中学生守则》为准则,努力把自己培养成一个"有理想,有文化,有道德,守纪律"的"四有"新人。

#### 各位同学们:

大家早上好!我演讲的题目是"决不轻言放弃"。

作为即将参加高考的高三学子,我们正前行在人生奋斗的征途中,万里长征,我们刚刚起步。

就在这起步的阶段, 我们获得过掌声, 也遭逢过挫折。

月考与竞赛后的几家欢乐几家愁,就是最好的证明。

面对成绩,无疑要胜而不骄,再接再厉;而面对失败,我们则要坚定地说,切莫放弃。

亚伯拉罕•林肯先生,24岁经商失败,26岁恋人死去,27岁精神崩溃,中年时代多次竞选参议员和副总统,均告失败。

或许只有这些,才能算得上人生中真正的挫折。

可面对这么多挫折,林肯并没有放弃自己的追求,而是仍旧坚持不懈地努力。

最终,他成为了美国第十六任总统。

正是因为决不在挫折面前轻言放弃,林肯最终实现了自己的理想。

如今的我们,将理想分成了几个小目标,一个一个地去奋斗、去努力。

比如说在月考中取得好成绩,比如说在生活中成功进行富有 挑战性的活动。

同学们,决不轻言放弃是一种美德,更是一种积极的人生态度。

我们无法创造命运,但我们可以用实际行动改变命运,我们可以向命运中的艰难困苦挑战。

不被困难所吓倒,不言放弃,终能历经风雨见彩虹,谱写精彩的人生。

桑兰摔残了肢体,张海迪高位截瘫,海伦·凯勒的生命中没有 光明与黑暗,可她们从未放弃自己对美好理想的追求。

正是不轻言放弃,她们有了壮美的人生,赢得了世人的尊重。

白驹过隙,流水无痕。

在匆匆忙忙的尘世中,我们能做的只有不懈地努力,不懈地奋斗,最终实现自己的理想。

这,才是我们生命的意义。

无论前面的路多么坎坷,"决不轻言放弃"将永远是我们人生追求的永恒动力。

我的演讲完毕,谢谢大家!

励志演讲稿--决不轻言放弃

各位同学们:

大家早上好!我演讲的题目是"决不轻言放弃"。

作为即将参加高考的高三学子,我们正前行在人生奋斗的征途中,万里长征,我们刚刚起步。

就在这起步的阶段,我们获得过掌声,也遭逢过挫折。

月考与竞赛后的几家欢乐几家愁,就是最好的证明。

面对成绩,无疑要胜而不骄,再接再厉;而面对失败,我们则要坚定地说,切莫放弃。

亚伯拉罕•林肯先生,24岁经商失败,26岁恋人死去,27岁精神崩溃,中年时代多次竞选参议员和副总统,均告失败。

或许只有这些,才能算得上人生中真正的挫折。

可面对这么多挫折,林肯并没有放弃自己的追求,而是仍旧坚持不懈地努力。

最终,他成为了美国第十六任总统。

正是因为决不在挫折面前轻言放弃,林肯最终实现了自己的理想。

如今的我们,将理想分成了几个小目标,一个一个地去奋斗、 去努力。

比如说在月考中取得好成绩,比如说在生活中成功进行富有挑战性的活动。

同学们,决不轻言放弃是一种美德,更是一种积极的人生态度。

我们无法创造命运,但我们可以用实际行动改变命运,我们可以向命运中的艰难困苦挑战。

不被困难所吓倒,不言放弃,终能历经风雨见彩虹,谱写精彩的人生。

桑兰摔残了肢体,张海迪高位截瘫,海伦•凯勒的生命中没有光明与黑暗,可她们从未放弃自己对美好理想的追求。

正是不轻言放弃,她们有了壮美的人生,赢得了世人的尊重。

白驹过隙,流水无痕。

在匆匆忙忙的尘世中,我们能做的只有不懈地努力,不懈地奋斗,最终实现自己的理想。

这,才是我们生命的意义。

无论前面的路多么坎坷, "决不轻言放弃"将永远是我们人生追求的永恒动力。

我的演讲完毕,谢谢大家!

### 高铁新时代演讲篇八

大家好!

我叫~~,是急诊科一名普通的护士。

有人说,这里的工作最脏最累,吃饭没定点,困了不能睡, 没有节假日,只要有人求救,哪里需要哪里去,是啊,这就 是我们急诊。

生命第一,患者至上。

急诊科工作需要人员时刻待命,只要接到120指令,必须迅速出车。急诊科危重病人集中,"时间就是生命"在这里最能体现,急救人员的反应速度、技术水平可瞬间决定病人生死,有天下午,120指派接回一位酒精中毒的病人,回到医院门口病人突然面色口唇青紫,自主呼吸消失,我顾不得戴口罩、戴手套,迅速打开病人气道,拍打病人背部,用手指抠出病人口腔内呕吐物,病人仍无反应,一边通知医生,一边告知家属:病人呼吸停止,可能随时死亡,快速置入口咽通气管,病人的气道内有气体溢出,立即吸出气管内呕吐物、在医生的指导下应用抢救药物。大家全力配合,病人得救了送往病区……一系列抢救措施快速而准确。当看到一丝生命的曙光,虽然满手污物,但心里充满无比的激动和自豪!

选择这个职业,就是选择了奉献。

在护理工作中,我们急救护士总是严格要求自己,力争精益求精,限度地减少病人的痛苦。急诊科抢救急性中毒病人,洗胃是家常便饭。从院前急救、中途转运,到急诊室的抢救,每个急救环节,都是争分夺秒,与死神赛跑!出车人员把中毒者快速转运到急诊室,二线人员早已准备好洗胃液,还没来得及喘口气,那个喝农药的患者就被接到了急救室。吸氧,插胃管,洗胃,用药,刺鼻的农药味,让人胃里翻江倒海,强忍着呕吐的欲望,紧张有序的配合着医生的抢救工作。半个小时后,洗胃液终于无色无味了,患者的生命体征也稳定了下来;当把病人安置到病房以后,忙碌了半天的急救队员这才感觉到全身酸乏无力,双腿像灌了铅一般沉重。

把苦、累、怨留给自己,将乐、安、康送给病人。

记得有天夜里1点多钟,中心指派救治一位急性心梗的病人。那位病人的家在~楼,体重有~~多斤,只有他~~多岁的家属在身边。患者病情危急,家属很着急。医生、司机和我决定费尽全力也要把患者从楼下抬来,当时的我每迈出一步都是那么的艰难,终于将患者安全抬到救护车上,我们累得满身是汗,直喘粗气,继续迅速救治,快速,安全,有效地把患者送往病房,急救队员的争分夺秒没有让病人失去的救治时间,当患者治愈出院和我们告别时,我们的内心感到无比的自豪和开心。

其实,在我们急诊科,像这样的急救事例还有很多,丰碑无语,行胜于言。作为其中一员,我为自己感到骄傲,更为我们急诊科感到自豪!

谢谢大家!