

健康事迹心得体会800字(优秀10篇)

心得体会是对所经历的事物的理解和领悟的一种表达方式，是对自身成长和发展的一种反思和总结。记录心得体会对于我们的成长和发展具有重要的意义。以下是小编帮大家整理的心得体会范文，欢迎大家借鉴与参考，希望对大家有所帮助。

健康事迹心得体会800字篇一

小菡，女，现年10岁，历城区实验小学四（1）中队队员，班级班长。她品学兼优、乐于助人，团结同学，她小小年纪，却以良好的思想品质，优异的学习成绩，全面发展的综合素质，成为同学中的佼佼者。

一、在学习上，她积极进取，品学兼优；

对待学习，她刻苦勤奋，从小学一年级到四年级，各科成绩都名列前茅，作业工整，成绩优异，每学期都被评为“金星少年”，但她从不骄傲，反而更加严格要求自己，精益求精。

她课上认真听讲，课后认真复习巩固，遇到问题，能及时和同学讨论，力求及时解决问题，身边的小伙伴也在她的带动下，形成了良好的学习习惯，同学们都以她为榜样，争做好学生。

二、课余时间，她全面发展，多才多艺；

课余时间，她安排好学习任务的同时，积极学习多种才艺，一年级时就取得社会艺术水平考级“硬笔书法伍级”；三年级时取得社会艺术水平考级“软笔书法捌级”，现在她已经获得“山东省书法协会小会员”提名；她学习的舞蹈专业已经取得中国歌剧舞剧院考级“中国古典舞柒级”和国际认证的imaa艺术等级评鉴“芭蕾舞肆级”；她取得的成绩与她平

日里刻苦训练是分不开的。

三、她积极参加各项社会实践活动，勇于接受挑战，率获佳绩。

节假日她跟随艺术团体进社区演出，多次获得“优秀小演员”称号；她的芭蕾舞在“北京20xx新年交响音乐会”中被评为“未来之星”；她的书法作品在“山东省双龙杯书法大赛”中获得“银奖”，她还积极参加校内外各项活动，使自己得到更好的锻炼。

从热爱朗读到班级各项活动的主持人，从国旗下讲话到各种比赛的获奖，小菡同学洋溢着青春的朝气，她活泼开朗，善良自信，成绩优异，工作突出，综合素质高，不愧是一名全面发展的优秀少先队员！

健康事迹心得体会800字篇二

xxx是大通区洛河镇淮建村村委会主任，同时还是淮南市绿佳园林工程有限责任公司总经理，他在当地有一定的知名度，不仅是因为他在事业上取得的成绩，还因为他和他的家人有很强的环保意识，积极参与环境保护工作，自觉维护公共环境。“绿色环保，从我做起”，是xxx一家的响亮的口号，他们不只是这么说的，也是这样做的，在保护生态环境和促进人与自然和谐发展方面做出了积极贡献。

xxx是做园林工程的，所以他有极强的环保意识，这是长期养成的习惯□xxx和他家属在家庭中带头开展环保行动，并用自己的行为去教育、感染孩子，经常提醒家庭成员在各方面从环保定位，从思想上营造绿色氛围，生活实践中创建绿色家庭。

他们平时注重学习和运用环保知识，并把环保落实在行动上，处处以环保标准为依据。购买家电首选环保节能产品，购置

电脑选防辐射的显示器，购置电视机选择防静电产品，电冰箱也是无氧的绿色冰箱。在节能方面，家里的厨房和厕都按上节水龙头，大厅里使用的是节能灯，并养成随手关灯的习惯。平时，用过的洗菜水和洗衣水都存着用来拖地；冲淋浴时站在洗澡盆里，节省下来的水用来冲厕所，淘米的水用来浇灌花木。用他的话说，这是“废物利用”。为了减少一次性产品的消费，他要求家人杜绝使用一次性筷子；为了降低白色污染，他坚决不使用塑料袋和一次性饭盒。他是这样做的，并且时时提醒身边的人，向别人宣传节能环保知识。

淮建村有三十多年蔬菜种植历史，发展至今，已经有了千余亩的基地规模，是淮建村经济发展的主导产业，也是村民致富的主要来源。但是多年来，菜农们一直沿袭旧时的蔬菜种植技术，早了就漫灌，大量的施化肥、喷洒农药，不仅浪费资源，还造成了很大的污染，而且这样种出来的菜还卖不上价。这个问题急坏了一直以“节能环保”为宗旨的xxx□他经过苦思冥想，多方打听解决方案，最终带领群众解决了这一问题。他引导菜农施绿色肥，到淮南农场拉奶牛粪便制作绿色肥，不仅能减少污染，还能减少农药对人体的伤害；他请来市农委和农科所的专家，教授如何通过物理方法解决病虫害的问题；为了解决灌溉问题，他多方筹资，为蔬菜基地修建了石渠，并引导菜农采用科学方法浇灌蔬菜。如今淮建村的蔬菜不仅打出了自己的市场，注册了“淮建村”品牌，还被农业部认定为“无公害蔬菜”，淮建村被认定为“无公害蔬菜生产基地”，村民的收入大大增加了，生活水平也提高了。

在农村大力发展沼气池：能有效地节省燃料，据统计，建造一个8立方米的沼气池，可以解决一家5口人的日常生活所需燃料，农户每年累计节省燃料费用约1500元；能降低农业生产成本，一座沼气池年产沼肥约27吨，相当于尿素300公斤，磷肥500公斤，硫酸钾200公斤；能提高土壤肥力，施用沼肥可增加土壤有机质和微量元素，改善土壤结构，提高地力，降低生产成本；能保护森林资源，发展沼气后，农民用沼气代替柴草为燃料，从而换来了青山绿水，促进林业生态的发展。总

之，有利于促进农业增效、农民增收和改善生态环境，而且在提高农产品质量安全水平和改善农村公共卫生环境方面，将发挥越来越重要的作用。xxx在了解了建沼气池的好处后，他大力提倡村民“改厕、改厨”，走村串户宣传建沼气池的好处，并且给予一定的资金补贴。经过他的宣传发动，淮建村有50户村民建立沼气池，并在使用中取得了预期的效果，对淮建村建设绿色环保新农村做出了一定的贡献。

xxx一家，不管是在生活中，还是在工作中，时刻牢记“节能环保”的宗旨，并用自己的行为去感染他人，是不少村民的模仿、学习对象，为我们村百姓养成节能绿色的生活习惯做了一个良好的榜样。

健康事迹心得体会800字篇三

谈起xx，很多人都会流露出羡慕的眼神，这是因为她拥有一个幸福美满的家庭。xx的家是一个幸福的六口之家，夫妻敬业爱岗，事业有成，儿子热情礼貌，健康上进。结婚二十多年来，他们夫妻恩爱，孝敬老人，关怀儿子，热心助人，邻里和睦，用生活工作中平平凡凡的事、点点滴滴的情诠释了家作为爱的港湾的真谛，赢得周围人们的赞美。

xx的丈夫方冠成是响肠镇金山村卫生室的负责人，从医以来，一则因为医术好二来人缘好，方医生在响肠镇受到广大村民的敬重，这些聚着方冠成多年的心血，更饱含家人的理解与支持。每当看到丈夫取得成绩时，xx都会对丈夫露出会心的一笑，那笑，透着他们多年夫妻的默契，那笑，虽然平凡，但美丽而真实。

为了支持丈夫的工作，不让丈夫因家务而分心，xx主动承担家中的大事小事，把家庭生活安排的井井有条。在工作xx也不甘落后，身为响肠镇金山村的计生专干，她平时兢兢业业，默默耕耘，丈夫方冠成既是生活中的好伴侣又是事业中的好

搭档，他们互相激励、互相竞争，共同提高，自工作以来她几乎每年都被评为优秀村干，几乎每届都是镇人大代表。

孝敬老人是中华民族的传统美德，这种美德，在xx家中更是表现得细致入微□xx结婚后和公公、婆婆住在一起，婆婆身体不好，患病住院，照顾婆婆的任务就落在xx一人身上，白天除了上班，家里做家务，晚上还要到医院护理，有一次因为太累□xx趴在婆婆的床头睡着了，同病房的都夸她是好媳妇，她却总说：“这是应该的”。她精心照顾公婆的饮食起居，婆媳关系十分和睦，亲如母女。同样婆婆、对他们也很好，帮他们整理家务、接送孩子等等，解除了他们的后顾之忧，安心工作，一家人其乐融融。

健康的家庭需要一个健康的环境才能得以健康的发展和延续。儿子现在也已成家，儿子非常优秀，儿媳对他们也很孝顺。要求儿子做到的自己先做到，用行动教育着儿子，感染着儿子。

“家和万事兴”，一个和睦的家庭之所经和睦□xx一家总结出—条经验就是“真诚待人、和睦相处、互敬互爱”。我们相信在今后的生活和工作中□xx一家一定会过的更加幸福!更加美满!

健康事迹心得体会800字篇四

今年42岁的小张，是浙江中医药大学附属第二医院放射科医生，宣恩县李家河镇老司城村人。

1月19日，他带着10岁的儿子从杭州回到家乡与亲人团聚。随着新冠肺炎疫情蔓延，原本计划1月27日返回杭州的小张取消了行程。

1月29日晚，小张主动向宣恩县卫生健康局“请战”，愿意参

与李家河卫生院疫情防控救治工作。1月30日早上，小张走进卫生院，成为该院一名“编外医生”。

小张从医20余年，主要从事放射科临床医学研究，在此次疫情防控中，小张发挥自己优势，参与卫生院影像学报告诊断。

李家河卫生院进出口只有一个大门，医护人员和患者通道通用，小张与卫生院商量改造，按照传染病楼两通道、三分区的标准，隔离出医护人员通道、患者通道，分开清洁区、污染区和半污染物区。同时，针对通道还改造两个小门出入住院楼，该院在卫生院大门，也专门用隔离带分开为进、出口。

该卫生院医用物资紧张，小张便多渠道联系，为卫生院筹集捐助医用防护物资。“又捐物资，又捐技术，真的很感动。”李家河卫生院院长段万能表示。

健康事迹心得体会800字篇五

xxx有一个崇尚文明、用心、相敬相爱的家庭。夫妻敬业爱岗，勤奋上进，十个月的孩子乖巧可爱，他们一家人严于律己，宽以待人，就是在这种和谐文明的氛围中构建出幸福快乐的和睦家庭。

xxx一家共有三口人，丈夫是一名建筑工程师，还有一位十个月大的儿子。夫妻都是遵纪守法的好公民，一向以来都未发生过任何违纪违规的事情，良好作风经常受到邻居的赞扬。该家庭在生活中一向以来都相信科学，尊重科学，依照科学规律办事，反对封建迷信。并且经常向周围的人宣传科学知识，扫除迷信危害。

xxx作为县外经贸局办公室副主任，日常工作较繁琐，她依然兢兢业业，尽心竭力的做好自己的本职工作，在县外经贸局工作七年来，业务潜力强，工作认真负责，受到领导和同事的一致赞扬。丈夫陈凯作为一名建筑工程师，工作作风认真

踏实，任劳任怨，以工作至上为原则，对工作高度负责，得到了广泛好评。

丈夫平时工作重，在单位时间多，照顾家庭的精力相对较少，xxx对此总是理解、支持，从无怨言。她不仅仅做好单位事外，把家务事也处理的妥妥当当，让丈夫儿子有一个温暖温馨的家。对于孝敬老人、养育孩子，她与丈夫一齐商量，互相配合，二人互敬互爱互商互谅，成为人人羡慕的模范夫妻。

xxx一家人在邻里间有着很好的人缘，他们在生活中热心、善良，与邻居能够和睦相处，经常给予邻居力所能及的帮忙。此外，他们都很支持公益的开展，不仅仅为困难群众灾区人民捐款捐物，并经常利用休息时间参加公益活动。

“家和万事兴”，一个和睦的家庭之所以和睦，总结出一条经验就是“真诚待人、和睦相处、互敬互爱”。在xxx的家庭里，家庭成员之间有一个能相互理解、和睦相处的生活氛围；有一个热爱生活、用心健康的生活态度。

健康事迹心得体会800字篇六

“冰冻三尺非一日之寒，很多慢性病都是长期积累的结果，要想调理好身体一定要正确规律用药、合理饮食、科学运动。”80后的杜晓丽是山西省忻州市偏关县新关镇社区的健康指导员。近日，她到辖区居民贺玉民(化名)家中进行健康指导服务，临走时仍不忘嘱咐其养成健康的生活方式。

今年6月，杜晓丽在开展居民健康需求调查时注意到社区居民贺玉民骨瘦如柴，甚至走路都需要家人搀扶。是什么原因导致这个正值壮年，身高超过1米8的男性遭受病痛折磨呢？原来，贺玉民嗜酒如命、“无酒不餐”，加之饮食、作息长期不规律，导致他患上了糖尿病，空腹血糖达30mmol/l，眼见本应处于上升期的家庭“顶梁柱”却倒下了，杜晓丽决定对

贺玉民的家庭进行“一对一”健康指导并劝说其住院检查治疗进而控制血糖。

经过一段时间的系统治疗，贺玉民的病情已有好转，但因未达到他的心理预期，贺玉民认为自己得了“不治之症”，开始自暴自弃，血糖波动较大。在一次次入户健康指导过程中，杜晓丽耐心地劝解贺玉民，告诉他控糖不可能一蹴而就，要树立正确的健康观和战胜疾病的信心。

通过规范治疗和不断调整用药，目前，贺玉民的各项生化指标趋于正常，精神也明显振作起来。他逢人便说是家庭健康指导员把他从“鬼门关”拉了回来。

杜晓丽介绍，为推进“健康知识进万家”工作，新关镇社区设立了社区家庭健康指导员和社区网格健康指导员，组织社区居民参与健康知识宣传、讲座、竞赛等活动，发放健康教育宣传册12000余份、家庭健康服务包2000余个。

据了解，在推进“健康知识进万家”工作中，山西省计生协发挥组织网络优势，推动3万名村(居)计生协秘书长转型担任家庭健康指导员，倡导240万名会员成为家庭健康宣传员，组建起数量庞大、遍布城乡的健康宣传促进工作队伍。

健康事迹心得体会800字篇七

车站社区xxx有一个和睦和谐，相敬相爱的家庭。夫妻结婚30多年以来相敬如宾，孝敬老人，善待邻里，她与爱人物质生活追求淡泊，不摆阔气，从不浪费，提倡节约，精打细算，用之有度，是一个和睦的四口之家。

孝敬老人是中华民族的传统美德，这种美德在他们家中同样表现得更细致入微。6年前婆婆患上脑萎缩症，“刚刚查出病情的时候，婆婆那时已经比较严重了，什么都干不了”，为了让老人好好休养，一日三餐她变着花样的做，她怕婆婆走

路滑倒，就每顿饭都做好给老人端到床前喂到嘴里。

当老人犯病时，经常会有大小便失禁，常常前脚刚吃了饭，后脚就尿到裤子上，有时候几天不大便，一大便就弄得床上地上到处都是，而她不嫌脏不嫌臭，给老人拆洗被褥，换洗衣服，把婆婆的房间收拾的干干净净，隔三差五就给婆婆洗澡。

93岁高龄的公公颈椎病复发，她每天都要陪着公公去医院检查、做治疗，服侍公公吃药、看吊瓶，回家做好饭伺候公公吃下，凡事亲力亲为，公公逢人就夸“我这媳妇好的很，比亲闺女都要亲”。

xxx一向乐于助人，与邻居相处十分融洽，从没有与任何一家邻居吵过架，看到别人家要是有了困难，他总是先跑去帮忙，为邻居分忧解难。她常说一个家庭，是一个从无到有，从小到大的过程，这个过程必须依靠共同经营。这种经营不仅是指物质上的，更多的还是强调精神上的，培养共同的兴趣、爱好，营造良好的家庭氛围等等，“家和万事兴”，一个和睦的家庭，之所以和睦，她总结出一条经验就是“真诚待人，和睦相处，互敬互爱”。

只有家庭和谐，社会才能和谐。大力宣扬和谐家庭事迹正是希望我们周围触手可及的榜样力量来推动更多的家庭走向和谐。

健康事迹心得体会800字篇八

一、勤奋刻苦，孜孜不倦。

在学习中，她有着一股钻劲儿，不向任何一道难题低头。她求知欲强，课堂上，她敢于提问，善于质疑，对所学的知识能理解地掌握；课外，她大量阅读一些有益的书报，以开阔自己的视野、增长知识，碰到难题就向老师请教或自己查阅

资料解决，正是这种好习惯促使她不断发展，并获得了丰硕的成果——她从一年级至今学习成绩均保持在班级的前列。五年来，孙薇薇同学多次获得表彰，多次荣获过学校“好孩子”“三好学生”、“优秀少先队员”的称号。此外，她还多次在校级的. 数学竞赛、演讲比赛中获得好成绩。组织同学积极参加文娱演出。

二、兴趣广泛，全面发展。

除了掌握丰富的文化知识以外，她在体育、美术等方面也是佼佼者。她在体育“五项”达标比赛中获得了第一名的好成绩。而面对成绩，她从不骄傲，她说，这算不了什么，俗话说：山外有山，楼外有楼，我还必须不断努力，追求更高的标准。

三、尊敬师长，团结同学，乐于助人，心地善良，深受同学们的信任。

请教，都能耐心帮助别人。从小就不会欺负别人，从来没和同学吵过架。所以，同学关系非常融洽，就连那些班级公认的调皮鬼，都很尊敬她。心地特别善良，非常富有爱心。

总之，孙薇薇同学是一位德、智、体、美、劳各方面都比较优秀的少先队员，愿这只展翅的雏鹰在今后的日子里锻炼得更加坚强。

健康事迹心得体会800字篇九

作为一名医生，只有通过提高医疗服务质量，才能赢得患者信任。近几年来，刘芩主任多次到上级医院进修学习，带着平时工作中遇到的疑难问题，虚心向别人请教，不断学习和掌握普外微创外科疾病治疗的新知识、新技术和新疗法，了解微创外科发展的新动态，积累新经验。回到医院后，他把学习到的新技术广泛应用于临床，利用自己掌握的医学知识，

尽量减轻患者的痛苦和经济负担。如率先在景德镇市开展腹腔镜下胃癌、结直肠癌根治术、腹腔镜下阑尾切除术、腹腔镜下成人疝、小儿疝修补术，腹腔镜下甲状腺腺瘤切除术，腹腔镜下胆总管切开取石引流术等，采用这些新的手术既为患者减轻了痛苦，节约了医药费用，且术后患者恢复快，切口疤痕小。现已广泛应用于临床。这些技术水平达到江西省领先水平，而且多项技术填补了市内空白。

他作为一名学科带头人，在景德镇地区确立了普外微创外科的领先地位。他还是江西省医学学科省市共建计划项目的负责人。刘芩主任积极开展新技术和创新研究，勇当科技兴院的急先锋。他先后成功主持和领导市级科学研究项目3项，并通过市级专家组的鉴定、验收。撰写的10多篇见地独到的医学论文在国家级和省级医学刊物上发表。

技术全面，医术高超，医德高尚，刘芩主任用实际行动把自己锻造成景德镇地区的名医，赢得了广大患者的信任和同行的尊敬。景德镇市第一人民医院普外微创外科在他的带领下必将更加辉煌。

健康事迹心得体会800字篇十

第三社区小军一家，夫妻相敬相爱，遵纪守法，平等互助，倡导健康文明的生活方式，在生活上互相照顾，共同进步，共同提高，在生活中尊老爱幼，教子有方，取得了家庭、事业的双丰收，尤其是在创建“平安家庭”示范户的活动中树立了榜样，成为该社区家庭的楷模。

和谐的家庭是和谐社会重要组成部分，夫妻和睦是家庭和谐的坚实基础。小军一家3口人，她一家人和睦相处，遵守党和国家的政策法令和各级规章制度，拥护党的改革开放的一系列方针、政策。尤其是在创建“平安家庭”示范户的活动中，他和爱人知法守法，积极倡导无暴力、无犯罪、无违法的“三无”文明户的宣传活动中，努力做到防拐卖、防盗窃、防

抢劫、防隐患“四防”，做安全文明之家。

在家庭中，夫妻俩对于双方的老人，都做到无微不至的照顾，经常买上营养品去探望，并常常与老人家谈心，不仅在生活上关心、体贴老人，而且在思想上关心老人，让父母生活的快乐、健康。双方老人的生日，他们都记在心里，总会烧上一手父母喜欢的可口饭菜；逢年过节，也总是不忘给老人买些礼物；天寒了，给老人买来保暖衣，让老人心里暖烘烘的。

走进小军的家，你会发现家里从大人到小孩都待人和气有礼、文质彬彬。小军和爱人高度重视对孩子教育，他们家从不玩牌赌博，不搞封建迷信，不作违法乱纪的事情，为孩子创造了良好的成长环境。为教育好儿子，他们无论工作多忙总要抽出点时间问问孩子的学习情况，了解孩子的思想状况，教育他学会做人，学会做事，并一道重点培养孩子的学习兴趣、良好的学习及生活习惯。儿子的健康成长也映射出一个文明、和谐、向上的家庭会给孩子带来无尽的精神食粮。他们总结了几点体会：一是父母是孩子的最好老师，要以身作则，言谈举止对孩子的影响至关重要；二是对孩子即要严格要求，又要交朋友，轻说教重引导，锻炼她思考问题和独立学习的能力；三是在生活上不能溺爱，要养成孩子勤俭和独立的品格。

在单位他们尊敬领导，团结同事。在社区，他们和邻里的关系相处的也非常好，每当谁家有困难，他们都热心帮助，尽自己所能为别人解决矛盾。隔壁邻居都非常喜欢他们，他家和邻里从没红过脸，大家互相尊重，互相关心，遇事有商量，相处的很融洽，周围居民都称小军一家是一个和谐、幸福的家庭。

平等互爱，老有所养，邻里和睦，共建和谐，在这个家庭里每个人都在努力实现着自身价值，为社会大家庭在尽职尽责，“平安和谐家庭”在这里得到了很好的诠释。在她家的带动下，周围居民不但提高了自身素质，提升了安全防范意识，

也积极倡导了一种文明健康的生活方式。