# 2025年沈阳心得体会及感悟 沈阳改革感悟心得体会(模板12篇)

来源：网络 作者：蓝色心情 更新时间：2025-01-21

*沈阳心得体会及感悟一改革是一个社会进步的不断推动者，它推动着我们的经济腾飞，推动着社会的转型升级，推动着我们的生活质量的提升。作为中国东北地区的重要城市，沈阳在改革开放的浪潮中并不甘落后，积极投身其中。在过去的几十年中，沈阳历经了多次改革的...*

**沈阳心得体会及感悟一**

改革是一个社会进步的不断推动者，它推动着我们的经济腾飞，推动着社会的转型升级，推动着我们的生活质量的提升。作为中国东北地区的重要城市，沈阳在改革开放的浪潮中并不甘落后，积极投身其中。在过去的几十年中，沈阳历经了多次改革的洗礼，这其中的感悟和体会深深刻在了每个沈阳人的心中。

其次，改革一直以来都在推动着沈阳经济的发展。改革开放以来，沈阳市委市政府积极地推动着各项经济体制改革。特别是1992年沈阳市全面实施市场经济体制改革，开创了沈阳改革发展的新篇章。在改革的推动下，沈阳的经济实力得到了大幅提升。市区内涌现出了大批的高新技术企业和创新型企业，这些企业的崛起不仅为沈阳的经济增添了蓬勃活力，也为沈阳市民带来了更多的就业机会和发展空间。

除了经济的发展，沈阳的城市面貌也在改革中逐渐发生了变化。随着经济的快速发展，新的城市规划被提出并开始实施。城市的道路交通更加便捷，地铁线路的延伸即是一个生动的例子。此外，沈阳的生活配套设施也得到了大力提升，各类商业综合体、娱乐场所、体育场馆等如雨后春笋般涌现出来，满足了市民们多样化的需求。城市的绿化也迅速扩大，公园、植树活动等成为市民休闲娱乐的选择。沈阳的城市面貌得到了极大的改善，市民的生活环境也得到了明显的提升。

当然，沈阳的改革并不是一帆风顺的，也存在着一些问题和不足。首先是产业结构调整与转型升级方面还存在较大差距。沈阳过去过于依赖重工业，产业结构单一，对其他行业的发展支持不足。此外，沈阳也存在环境污染问题，尤其是工业废弃物污染和空气质量问题，对市民的身体健康构成了威胁。另外，部分区域的基础设施和公共服务仍存在不足，这给市民的生活带来了一定的不便。这些问题和不足需要我们下一步的改革与努力。

综上所述，沈阳的改革给城市和人民带来了巨大的变化。改革推动了沈阳的经济快速增长，促使着城市的转型升级。虽然还存在很多问题和不足，但沈阳人民坚定不移地走在改革开放的道路上，相信在党和政府的正确领导下，沈阳的改革一定会取得更大的成绩，在改革的洪流中继续砥砺前行。

**沈阳心得体会及感悟二**

金风送爽稻谷黄，教师培训心底亮。20xx年9月15日，我，一个临近退休的乡村教师，继20xx年初中语文“送教下乡”学科培训完成两年以后，于今年我又一次有幸参加了“国培计划”（20xx年）双峰县送教下乡通识研修培训活动。虽然上次国培使我心灵震撼，得到很多启迪，但是我认为这次研修培训是本人近三年以来参加的规模最宏大，组织最严密，计划最全面，主讲课题最接地气的一次研修培训活动。

本次活动在双峰县会务中心第一会议室隆重举行，参加成员有来自全县教学一线的老中青骨干教师450余人，再加上组织领导、主讲教师、工作人员总共达500人。参培人员之众，规模可谓空前。

严密的组织，科学的计划亦是本次活动特色之一。活动由县教师进修学校牵头，县教育局督办。从发放学员的《研修手册》里可以清楚看到“培训寄语”、“项目实施方案”、“送教下乡培训名额分配表”、“培训通知”、“培训管理团队”、“学员花名册”、“评课稿”、“参培小结”、“研课磨课工具单”、“成果展示单”、“个人总结”等实施步骤。此次县教师进修学校站在非常睿智的高度将全县基础教育的初中英语、化学、体育，小学科学、音乐，幼儿教育等短板学科教师组织起来学习培训，这样会使广大乡村教师的课堂教学能力、教育教学能力得到很大程度的提升。

其次，我感觉到本次通识培训的两位来自教学一线的主讲者，同时也是特优教师，他们的传授与讲解非常接地气。

株洲市二中物理老师黄国雄老师独具匠心，从零距离与学员互动直观演示铁环穿越封闭铁链的实验入手，在引起全体学员极大兴趣的前提之下，号召全体学员向书本学习、向生活学习、向学生学习、向同行学习。他还图文并茂、深入浅出的讲授了“菜坛子漏气检验”、“拔火罐健体”、“浮力定律的实践探究”、“曹冲称象的发散思考”、“竖鸡蛋游戏带来的思考”等物理现象，系统科学地总结出：物理来源于生活又反过来为生活服务。

新形势之下，教师如何维护学生的合法权益，如何惩戒学生的不良行为，如何处理校园欺凌侵权事件，如何使惩罚权不逾越法律底线这些问题成为了学校、教师尤其是班主任教育教学管理工作中的棘手问题。然而湖南第一师范大学、省内资深师资培训师李婷老师亲自走入地厅座列为学员们语重心长地做出了“学生权益保护暨教师依法执教的技巧”等热点的分享，并通过枚举一系列校园实例，对教育教学实践工作中的体罚、变相体罚、教育性惩戒进行了准确的界定。这样使学员们更加明确了如何加强未成年人保护与教师合法权益的保护。名师的讲座让学员们真是受益匪浅。

双峰县教育局、双峰县教师进修学校高度重视师训工作，“送教下乡”活动为补齐学科短板、为推进双峰教育迅猛发展提供了强大的动力，我坚信，双峰教育的脚步定会走得越来越稳，越来越坚实！

**沈阳心得体会及感悟三**

我很少去影院看电影，尤其是在老家，就更少去看了。但这部《大鱼海棠》出来后，我一直都在找机会去影院看，即使现在网络上已有了影片资源。一来，我是听说这部电影耗时十二年才制作完成，十二年的心血不是几十块钱票价可以换回来的;二来，国产动漫发展不易，我想支持一下祖国事业;三来，这部电影名字取自《逍遥游》，场景、人设都颇有古风，很合我的口味。

看了电影简介和预告片后，我是准备好了纸巾去大哭一场的，神奇的是，到末了我的纸巾也没能派上用场，这对我这个泪点很低的人来说，颇为不易。事实上，我是掉了几滴眼泪的，但用手背擦一下就没了。这眼泪有点莫名其妙，因为我从头到尾都没有感受到那种震撼心灵的伤悲或者感动。

就动漫而言，画面精美、配音符合人设，这些都是基本要求。《大鱼海棠》这两点做的非常棒，我跟随着它的画面和配音，彷佛真的来到了它们的世界，天空和海洋美轮美奂，干净得让你不得不相信，这是世外桃源。剧中人物的配音也是绝佳，椿的沉稳执着，湫的嘻嘻哈哈，乃至灵婆的狡猾和善意，都能在配音中辨得一二。

如果把《大鱼海棠》当作一部世外桃源的宣传片来看，它无疑取得了巨大的成功。但是，这毕竟是一部电影啊!电影是要看剧情的。我实在不想说它是一部三角恋的爱情片。虽然电影中涉及了人性的单纯美好，民风的淳朴，自我牺牲精神等超乎爱情的东西，但是椿对鲲的守护，湫为椿的牺牲，实在很难摆脱爱情层面的束缚。

电影一开始，椿和湫去参加成人礼的时候，我猜到了湫喜欢椿。到了椿要去人间游历七天的时候，我猜到了她会爱上一个人类。椿的母亲在她临行前千叮咛万嘱咐，让她离人类远一点，这一次次的强调似乎就是在昭示，椿一定会遇到某个人类，爱上他，然后改变她的一生。诸如此类的地方还有很多，这部电影对我来说简直“一览无余”，甚至连人物的结局，都在我的设想之类，所以我的眼泪实在无处挥霍。

我想我可能真的被日本动漫和迪斯尼动漫洗脑了，或者说，我已经深受日本文化和欧美文化的影响了。最近读东野圭吾的小说较多，如《嫌疑人x的献身》《白夜行》《暗夜》等。欧美方面看美剧较多，如《绝望的主妇》《神盾局特工》等。我所看的这些影视或者文学作品，都有一个共同的特点，那就是我永远猜不到下一秒会发生什么，剧情的发展永远颠覆我的构想。很遗憾的是，我很爱看这类的作品。这也是我看完《大鱼海棠》后略感失望的原因之一。

无论如何，我依然相信国产动漫会越来越好。中国不缺好演员，不缺高品质影视制作团队，但是，中国的好编剧真的快成国宝了。剧本写不出来，就疯狂改写小说，一次次翻拍，一次次毁小说。同样是翻拍，我觉得法国的《香水》就比原著更有味道，更高了一个层次。中国影视翻拍后的口碑如何，看的是演员的魅力如何。

**沈阳心得体会及感悟四**

尽你的能力，影响身边的孩子，先唤醒沉睡在他们身上的自尊自重自爱，才可能让他们的心触摸到“阳光”“感恩”“宽容”等等美好的词儿，而只有他们怀揣这些词儿了，才会萌发出对自己对生活蓬勃的热爱!

我找到了那个孩子：“班主任伤害了你，你恨她?”没有。他回答得很干脆。没有无缘无故的恨或恶，总得事出有因吧?我追问，“跟老师有点小矛盾?”没事干，好玩。他一副敢作敢当的凛然，将我的心又狠狠地砸了一个坑，比听同事转述时更厉害。

我努力使自己平复下来，继续跟他沟通。“你那样对待老师的手套，看起来是手套，其实伤害的是老师的感情……如果你一进教室，发现自己的书包公然被同学们踢来踢去，甚至踩得脏兮兮，你会怎么样?你可能会很伤心甚至很愤怒，就像踢你自己一样。”他低下了头，用脚在地上划拉着。我继续说，“你的书包跟老师的手套从根本上讲是一样的……因为你的那个举动，老师批评你甚至打你俩耳光，都是正常的，那就叫‘自取其辱’，——你不尊重别人，自然得不到对方的尊重……”

后来事情发展得有点狗血，家长死死抓住“打了孩子一巴掌”这一点大闹，并要求处分老师。不难想象，那孩子被我苦口婆心说得低下去的头又会高昂起来。

我知道，我无力改变社会的种种畸形，无法影响有些孩子身后的家庭，只能拼力来唤醒孩子自身沉睡着的美好。我也知道自己没有金刚钻，却还是见瓷器活就想试试。我坚信，没有孩子生来就是破罐子，也一定还有些孩子在危机四伏的原生家庭里很小心地保护着自己的洁净与良善，等着自己有能力了尽快逃离。

“老师”这个身份很沉重，教书育人不能只划定在自己所带的班级里。尽你的能力，影响身边的孩子，先唤醒沉睡在他们身上的自尊自重自爱，才可能让他们的心触摸到“阳光”“感恩”“宽容”等等美好的词儿，而只有他们怀揣这些词儿了，才会萌发出对自己对生活蓬勃的热爱!

**沈阳心得体会及感悟五**

沈阳，位于中国东北地区的一个历史悠久的城市。它以其丰富的文化遗产、壮丽的自然风光和独特的历史氛围而闻名于世。我有幸到访了这座城市，并在此次旅行中收获了许多感悟和体会。

第二段：历史的厚重

沈阳作为一个有着几千年历史的城市，承载了无数的文化积淀。在沈阳的故宫，我仿佛穿越回了过去。这座占地超过60万平方米的宫殿群，保存完好地呈现了满洲文化的辉煌。故宫的建筑宏大壮丽，而其中蕴含的历史故事更是令人神往。我被那些纷繁的文物和故事所吸引，深刻地感受到了中国传统文化的博大精深。

第三段：自然的魅力

除了丰富的历史文化，沈阳还拥有令人叹为观止的自然景观。位于沈阳市郊的棋盘山，是一个著名的风景区。登上山顶，我俯瞰着整个沈阳城。沈阳市区的高楼大厦和繁忙的街道在我眼前变得微不足道，而壮阔的山川和碧绿的森林让我感到无比宏大和自然。在这里，我可以真正地与大自然融为一体，在喧嚣的城市生活中找到一片宁静。

第四段：人文的温馨

沈阳的魅力还在于人文风情。每当我漫步在沈阳街头，总能感受到人们的热情和友善。无论是卖菜的老奶奶，还是售票员大姐，他们总是微笑着迎接每一个游客。沈阳人的诚实和纯朴让我感觉到一种亲切和温暖。我在这里结识了许多朋友，他们的真诚和善良使我深受感动。在沈阳，我学会了用真诚去对待每一个人，用善良去感染身边的人。

第五段：收获与体会

通过这次沈阳之行，我不仅仅是感受到了历史的厚重、自然的魅力和人文的温馨，更重要的是收获了许多人生的体会。在沈阳，我看到了中国传统文化的辉煌和魅力，在这片古老土地上我感悟到了真正的美。我也意识到了自然的伟大，人与自然的和谐相处是多么重要。而最重要的是，我明白了善良和真诚是人与人之间最宝贵的财富。这次旅行让我对生活有了新的理解，对自己有了更深的认识。

总结：

沈阳旅游的感悟和体会都源于这座城市丰富多彩的文化和自然景观。历史的厚重让我感叹中国传统文化的伟大，自然的魅力给我带来了宁静和平和。而人文的温馨让我明白了人与人之间的亲切与温暖。我相信，这次沈阳之行将会给我留下难以磨灭的记忆，并对我的一生产生深远的影响。

**沈阳心得体会及感悟六**

沈阳，一个历史悠久，文化底蕴深厚的城市。我借着一个假期，来到这座有着众多名胜古迹的城市，进行一日游。沈阳一日游带给我许多美好的体验和深刻的感悟，在这里我看到了历史的印记，感受到了沈阳的独特魅力。今天，我就来分享一下我的沈阳一日游心得和体会。

首先，沈阳的历史和文化令人叹为观止。我首先来到了沈阳故宫，这座具有明清风格的建筑群让我震撼不已。走进故宫，我仿佛穿越到了古代帝王的世界，感受到了皇家气派和威严。每一座宫殿和花园都展示着中国古代建筑的精华，让我感叹古人的智慧和才华。古代帝王的生活和管理方式也让我深感敬畏和钦佩，他们以无比巧妙的方式统治国家，推动了社会的进步和发展。

其次，我参观了沈阳草铺岭抗联纪念馆。这里是中国革命的圣地，我感受到了革命烈士的英勇牺牲和为国家民族作出的巨大贡献。纪念馆内陈列着许多珍贵的文物和照片，展示着抗联英雄们的事迹和战绩。在抗联纪念馆里，我如同穿越到了那段动荡的岁月，亲身经历了革命先烈们的艰辛和牺牲。这次参观让我对于国家和民族的责任感更加深刻，也让我深刻体会到了革命的伟大意义和价值。

还有，我登上了沈阳的象山，俯瞰了整个城市的美景。从山顶上，我可以看到沈阳的夜景，灯火辉煌的大街上穿梭着车辆和人群，给人一种繁忙和活力的感觉。夜晚的沈阳尤为迷人，整个城市弥漫着温馨的气息，人们在闲暇时刻散步在街头巷尾，享受着夜晚的宁静和美好。我不禁感慨，这座城市充满了生活的活力和希望，让人感到温暖和愉悦。

同时，我还参观了沈阳的北陵和东陵。这两座皇家陵墓是辽宁省的重要景点，也是中国历史上的重要文化遗址之一。在这里，我看到了清朝的辉煌与灿烂，也了解了提供皇帝服侍的国家制度及其代代相传的传统。站在陵墓前，我感受到了古人对于家族和家国的忠诚和深情，这种精神始终让我深思。

最后，我参观了沈阳的故事王国。这是一座集知识普及、趣味性和互动性于一体的博物馆。在这里，我了解到了沈阳的风土人情和历史文化，通过互动的方式，我更加深入地了解了这座城市。我对于沈阳的了解也更加全面和深入，感受到了这座城市的独特魅力和个性。

通过这次一日游，我收获了很多。沈阳这座城市让我感受到了历史的厚重和文化的底蕴，也让我领略到了这座城市的独特魅力。我对于历史和文化的认识也更加深入，对于国家和民族的责任感也更加坚定。沈阳一日游让我体验到了丰富多彩的人文景观，也让我学到了许多知识和智慧。我对于这座城市充满了感激之情，希望有机会再次来到这里，继续探索和发现沈阳的魅力。

**沈阳心得体会及感悟七**

沈阳，作为中国东北地区的重要城市，历史悠久，文化底蕴深厚。我有幸在最近的一次旅行中来到了沈阳，这座让人留连忘返的城市给我留下了深刻的印象。在这次旅游中，我汲取了许多感悟与体会，下面将与大家分享。

第二段：历史文化的魅力

沈阳有着悠久的历史与丰富的文化底蕴，其中最具代表性的就是位于沈阳市区的沈阳故宫。漫步在故宫内，仿佛回到了古代皇宫中，历代帝王所留下的宏伟建筑和珍贵文物让我叹为观止。同时，参观沈阳城墙及其遗址也让我感到震撼，可以感受到这座城市的历史厚重和传承精神。通过这次旅行，我深刻意识到了历史文化的魅力，它们不仅仅是我们了解过去，也是指引我们前行的精神支撑。

第三段：自然景观的美丽

除了历史文化，沈阳也拥有许多自然景观，令人心旷神怡。我在沈阳的一个周末去了棋盘山，那里被誉为东北的小瑞士。登上山顶，可以俯瞰整个景区的美景，如同置身于仙境之中。山上的花海、瀑布和溪流给人以清新宜人的感觉。与此同时，沈阳还有诸多公园和湖泊，如郊野公园、植物园和北陵公园等，这使得沈阳成为了一个以人文景观和自然景观为一体的城市。在我看来，自然景观的美丽不仅能够让人放松身心，还能够激发人们对大自然的敬畏之情。

第四段：美食文化的精髓

沈阳的美食文化也是其独特的魅力所在。作为辽宁省的省会，沈阳汇聚了各地美食的精华。我尝试了当地的特色小吃，“张洼烧饼”、“小杂碎”等都让我大呼过瘾。此外，沈阳还是东北菜的发源地之一，这里的火锅、涮肉等特色菜肴吸引了众多美食家的到来。每一口都充满了浓郁的东北风味，让我流连忘返。通过品尝沈阳的美食，我不仅感受到了东北人豪爽淳朴的性格，也体验到了他们对美食的热爱和讲究。

第五段：人文情怀的魅力

最后，在我这次游玩中最深刻的感受就是沈阳人的热情和友善。无论是在景区还是在街头巷尾，沈阳人总是乐于助人，给予我许多帮助和指引。我在购物时遇到困难，一个路人主动为我解答疑问；在寻找饭店时，一位出租车司机带领我直接到达目的地。这些点滴的细节无不彰显了沈阳人们热情好客的品质，在这里我总能感受到一种温暖和宾至如归的感觉。这种人文情怀无疑是沈阳城市魅力的重要组成部分。

结尾：

总而言之，沈阳这座城市给予了我许多感悟与体会。历史文化的魅力、自然景观的美丽、美食文化的精髓以及人们的热情好客，这些都使我对沈阳充满了深深的向往与爱意。沈阳，我将再次回来，与你共同探寻更多的美好。

**沈阳心得体会及感悟八**

十四天的大学军训结束了，留给我们的是永远的记忆与说不尽的酸甜苦辣。

回顾军训，从入营的第一天起，有许多人因为没有受到过这样的训练，有的人没过多久就已经感到了体力不支打起了报告。教官也很体谅大家，也随时的注意着大家是否能够坚持下去，这个小小的细节，让我们感受到了，在军营中教官们对于我们的关心，这让我们感到了温暖。

到了第二天，天气开始炎热起来，但是，打报告的人却越来越少了，虽然15分钟军姿练习让我们的手臂酸痛，让我们的汗水流下，但是我们依然坚持着，坚持到营长吹起休息的哨声。因为我们学会了面对困难，要坚持，不放弃。

每当太阳下山，晚饭过后，是我们最开心的时候，也是我们最期盼的时候。不是因为我们可以回到寝室休息了，而是因为我们的全团拉歌开始了。拉个活动不是比拼哪一个人的歌声有多么的美妙，而是全团的比赛。并且拉歌时候比拼的不是哪个团的歌声美，而是全团的合作。

教官常常对我们说，拉歌不是比赛，而是友谊，拉歌的目的是增进友谊，是创造快乐。拉歌可以在营与营之间，连与连，教官与教官，营长与营长之间进行。每次拉歌都由我们来鼓动其他人唱歌，在一来一去的诙谐幽默的语言中，进行着拉歌活动。

经过了这次的磨练，我的收获颇多，在军训中，我学会了面对困难，要有不屈服，坚持到底的精神，面对团队，要有团结的精神。我相信，在经历了这次的考验之后，我会向一名合格的大学生对齐。

军训，我真心的感谢你，感谢你，让我收获颇多。

**沈阳心得体会及感悟九**

沈阳，作为中国东北地区的重要城市之一，拥有悠久的历史和独特的文化底蕴。在近期的一次旅行中，我有幸游览了这座城市并深受其魅力所吸引。在沈阳一日游的经历中，我感受到了城市的繁华和历史的厚重，也思考了许多关于城市发展和历史传承的问题。

第二段：沈阳的繁华与现代化

首先，沈阳的繁华和现代化令人印象深刻。我在游览辽沈战役纪念馆时，感受到了这座城市的沉重历史和勇敢精神。而当我走进市中心的商业区，我看到了一片高楼大厦和繁忙的商业活动。这一切都让我想起了沈阳作为中国东北地区的中心城市的地位。我意识到，现代化的建设和繁荣经济是沈阳能够快速发展的重要原因。而这也引发了我对于城市发展模式和经济发展方向的思考。

第三段：沈阳的历史厚重与文化底蕴

其次，沈阳的历史厚重和文化底蕴也给我留下了深刻的印象。当我参观沈阳故宫时，我被那些古老的建筑和流传下来的文物所吸引。我想象着几个世纪前这里繁荣的场景和帝王的辉煌生活。在我走进沈阳市博物馆时，通过丰富的展品和详细的历史介绍，我更加深入地了解了沈阳的历史故事和文化遗产。这一切都让我明白，要想建设一个持久的城市，需要历史积淀和文化传承的支撑。

第四段：城市发展和历史传承的探讨

这次沈阳一日游的经历也让我开始思考城市发展和历史传承的关系。现代化所带来的经济繁荣和高楼大厦是城市发展的重要标志，但历史记忆和文化传承同样是一座城市的灵魂。当我在沈阳的老街区漫步时，我感受到了一种特殊的氛围，那里充满了古老的建筑和悠久的历史。然而，老街区的人口不断减少，许多古建筑也遭到了破坏和改建。这引发了我对于城市发展和历史保护之间如何平衡的思考。我认为，城市应该在发展的同时保留历史遗迹，并通过合理的规划和保护措施使之与现代化的城市建设相协调。

第五段：个人感悟和对未来的展望

通过这次沈阳一日游的体验，我对于城市发展和历史传承有了更深入的理解。城市发展与现代化无疑是推动经济繁荣和社会进步的重要力量，但历史和文化同样是城市发展的重要组成部分。当我想到自己的家乡，我希望它既能够拥有现代化的便利和经济的繁荣，同时也要能够保留历史记忆和文化传承，使之成为一个有温度、有灵魂的城市。正如沈阳一日游所带给我的启示一样，城市的发展不能只有经济的繁荣，还需要历史和文化的庇护。只有保持平衡，才能让城市在繁华和历史传承之间找到合适的路径，并为人们创造更美好的生活。

**沈阳心得体会及感悟篇十**

近日，沈阳爆炸事件引发了全国人民的关注。作为一名普通大学生，我也深感震惊。沈阳爆炸事件对每个人都是一个沉重的打击。本着对这起事件的敬仰和尊重，我写下了这篇文章，分享我的感悟与心得。

一、事件始末

据报道，20\_年1月1日凌晨，沈阳市和平区的一家工厂发生燃气爆炸，导致至少13人死亡、32人受伤和4人失踪。整个事件引起全国人民的关注。警方迅速启动了应急预案，救治伤员并展开了事故原因调查。这起事件严重损害了人民群众的生命财产安全，也给整个社会带来了不小的冲击。

二、众志成城

面对沈阳爆炸事件，全国人民展现了伟大的团结精神。不仅是当地警方、消防队伍、医护人员和志愿者们在第一时间赶到现场，进行救援和治疗，而且还有其他省市和群众也积极行动起来，捐赠医疗物资、献血、为灾区众筹，以实际行动支持救援行动。这些行动表明了我国人民的集体主义精神和对人民生命安全的高度关注。

三、对社会的警醒

沈阳爆炸事件对社会敲响了警钟。事件让我们深刻反思燃气安全问题。正如报告中所说，事发的工厂涉嫌超量使用天然气和嵌套改装，致使瓶罐内压力增大而爆炸。这也告诉我们，渎职造成的安全隐患危害不可想象。我们需要从源头治理，加强对企业的监督检查，加强对安全管理人员的培训和管理，严格落实相关法规，在源头上保障人民的安全。

四、关注职工权益

报告还指出，有一些工人在生产过程中，缺乏必要的安全技能和安全意识，并经常超负荷工作。而这些恶习很容易导致生产安全事故的发生。所以我国的企业在生产和管理过程中，应该加强职工的安全技能培训，不断提高职工的安全意识，还要保障职工的合法权益，避免因工作压力过大而引发生产安全事故。

五、珍惜生命，追求幸福

敌人只会加强我们的意志，让我们在困境中变得更加坚强。我们应该珍惜生命，保护日常生活中的安全，不断追求幸福。同时也应该保持乐观积极的心态，相信在党和政府的领导下，日后我国将会过上更加繁荣富裕、安全幸福的生活。

沈阳爆炸事件是我国生产安全方面的严重警戒，国家和社会应该及时跟进，从事发根源入手，切实做好预防工作，保障人民的生命安全。让我们共同祈祷，希望受伤的人能够尽快康复，失踪的人能够早日回家。在这个特殊的时刻，我们更应该坚定信心，同心协力，携手前行。

**沈阳心得体会及感悟篇十一**

x月x日—x月x日。我们\_学校的新生到\_基地军训，在这短短x天的时间里，我们付出了许多，也收获了许多。

在\_的时候，我们军训了x次，还有一次是住在基地的，所以我自以为我能做的不错。但事实证明中学的军训和我们\_的程度是完全不一样的。

在我们到来第一天的开营式上，老师们就强调了很多军训的精神，如：军训不但培养人有吃苦耐劳的精神，而且能磨练人的坚强意志。最突出强调的就是“流血流汗不流泪，掉皮掉肉不掉队”了，在后来的军训里，也证明了要求的高。这x天下过雨，其余时候太阳很毒，军训真的很辛苦。

可是在我回家的时候，我发现我收获了很多，例如走路的时候都会挺直腰板，平常有精神了许多。我就突然想到军训时门上挂的“军训一阵子，受益一辈子”这句话，现在想来确实是这样。和班上的同学同宿舍，让我们更亲近，大家现在想必很想念那段同宿的日子吧！

在这次军训我的想法还有意想不到的改变。在有一次我在吃早餐的时候，教官很关心我们，还问我能不能吃饱，要不要去加一点。在休息时间，教官就像我们的朋友一样，叫大家来表演节目。我知道了教官不是一直特别严肃，其实也是很温和的普通人。

这次军训磨练了我们的意志，让那个我们体会到了团结的精神，以后的生活会有什么变化呢，我期待着！

**沈阳心得体会及感悟篇十二**

生命滚过一场泥石流之后，彩虹才会伴着阳光冉冉升起。

—————题记

常常幻想着一种生活，那有着微风温暖的午后，独自一个人静静地坐在家里的阳台上，欣赏着那清丽的散文集和诗文…，聆听着柔和的音乐，让思绪自由的弛奔于现实与幻想之中，悠然而惬意…...

然而，现实总是残酷的，因为在这美丽的天气里迎来了我大学生活中军训…...

记得我们都是爸爸妈妈的心肝宝贝，就是饭来张口，衣来伸手，平常生活里就是偷懒再偷懒的懒人的懒人…然而大学的军训却让我们彻底的改变了…它锻炼我们的身体和吃苦耐劳的精神以及向上的动力和懒惰的心理…...

而让我期待的第二天军训也终于来了，今天我可以发誓说…...老天爷真的在耍我们，因为今天烈日炎炎…不过开心的是今天没有昨天那么累吧，或许是我自己的心理作用吧！因为今天是学习我最喜欢的武术，所以我觉得一点都不累也不辛苦，不过是那个可恶太阳，搞得我们个个都大汗淋淋、脸蛋红彤彤的。不过我们个个都坚持一个信念：挺住！坚持就是胜利！

五天是短暂的，是辛苦的，是丰硕的。短短的五天军训培养了同学们的文明礼貌，吃苦耐劳，坚忍不拔，敢于拼搏的内在品质和外在仪表风度。虽然五天还没有真正过去，我可以说我们同学是可以真正的做到：“流血流汗不流泪，掉皮掉肉不掉队。”至少今天我看到我们的可爱教官笑了…...

是的，不经风雨，怎见彩虹呢？大学军训对我来时一辈子无法忘记的，大学军训是如此的苦，虽然我有了退缩的想法，但我还是坚持了下来，以后的人生道路上，我会怀念我这次大学的军训，想到今天的苦与收获，一切艰难险阻都变得无所谓了。在这里，我们体会了很多快乐，体会了团结的欢乐，体会了奋进的快乐，感受到了集体的温暖…...在这里，我们大笑欢呼，在这里，我们留下了我们最美好的回忆…...

本DOCX文档由 www.zciku.com/中词库网 生成，海量范文文档任你选，，为你的工作锦上添花,祝你一臂之力！