# 202\_世界睡眠日活动总结

来源：网络 作者：独酌月影 更新时间：2025-04-04

*202\_世界睡眠日活动总结（精选5篇）202\_世界睡眠日活动总结 篇1 世界卫生组织调查，27%的人有睡眠问题。为唤起全民对睡眠重要性的认识，国际精神卫生组织主办全球睡眠和健康计划20\_\_年发起了一项全球性的活动――将每年的3月21日，即春...*

202\_世界睡眠日活动总结（精选5篇）

202\_世界睡眠日活动总结 篇1

世界卫生组织调查，27%的人有睡眠问题。为唤起全民对睡眠重要性的认识，国际精神卫生组织主办全球睡眠和健康计划20\_\_年发起了一项全球性的活动――将每年的3月21日，即春季的第一天定为“世界睡眠日”。

人类最佳睡眠时间为7—9小时,据市场调研显示，36.2%中国人睡眠质量不及格，患睡眠障碍的人比世界比例高20%。20\_\_年中国睡眠研究会把“世界睡眠日”正式引入中国。

今年世界睡眠日的主题：“健康心理，良好睡眠”。石家庄市第一医院耳鼻喉一科于3月21日(周六)上午9：00在本部院区门诊五楼小会议室举行睡眠健康大讲堂： 打鼾与健康 讲座并行有奖问答(礼品有：消鼾操，鼾托，鼾贴，止鼾球)。耳鼻喉一科门诊睡眠障碍病人就诊前20名赠消鼾操。

202\_世界睡眠日活动总结 篇2

医院公共卫生科苏桂苹副主住医师就如何科学管理睡眠，克服睡眠障碍，女性应注重睡眠质量，老年人怎样安排睡眠时间等睡眠中的小学问大道理做了深入浅出的讲解，并耐心细致地为受睡眠困扰的居民提供咨询服务。随后，医院和社区工作人员向在场居民、旅客发放优质睡眠宣传资料400余份。

此次活动，不仅广泛宣传普及了睡眠常识，也为受睡眠问题困扰的居民提出了科学的建议，增强了广大居民对睡眠重要性和睡眠质量的关注。

睡眠质量的好坏也是评价一个人是否健康的标准，为了唤起全民对睡眠重要性的认识，20\_\_年，国际精神卫生和神经科学基金会主办的全球睡眠和健康计划发起了一项全球性的活动，将每年初春的第一天—3月21日定为“世界睡眠日”。\_\_年世界睡眠日的活动主题：“\_\_\_”。

按上级要求，\_\_年3月21日，我院互相配合的形式举行了世界睡眠日的宣传活动。参加讲座有乡医和村民代表。听会人员表现了极大的热情，对所讲内容表现了极大的兴趣，都聚精会神的聆听讲座，现场鸦雀无声，讲解的内容深入浅出，不但科学而且生动易懂，现场气氛十分融洽。

讲座历时1个小时，听会者表示受益良多。摆放5个展牌，悬挂一条横幅，一张桌子及桌上排放着宣传单、宣传册。居民积极参与此次活动，有的人看展牌，有的人拿宣传单，有的人咨询，同时我们为他们免费量血压并记录，人来人往很是热闹。共向群众发放了宣传册500份和宣传单1000份。

此次活动于10：30圆满结束，过往群众受益匪浅，增加了群众对睡眠知识的了解，加强了关注睡眠的意识，老大妈的一句：“这下我明白了”充分体现了活动的效果是显著的，也是对我们工作的肯定。参加活动的群众一致表示我们老百姓对这样的活动表示热烈的欢迎，一定要多来两次!

202\_世界睡眠日活动总结 篇3

3月21日是第\_个世界睡眠日，为普及睡眠健康知识，科学认识鼾症危害，天津市第一中心医院耳鼻咽喉头颈外科在医院二楼门诊举办了“睡眠日义诊活动”，为患者及其家属提供咨询、诊疗服务，并发放宣传资料。当天，一中心医院还与天津广播电视台《百医百顺》栏目组共同推出了主题为“鼾症与睡眠健康”的大型讲解活动。

据了解，睡眠障碍已成为威胁公众健康的突出问题，我国有高达42.7%的人患有睡眠障碍。值得注意的是，打鼾不仅会造成睡眠障碍，还会引发高血压、糖尿病、冠心病等多种慢性疾病，甚至导致夜间猝死。天津市第一中心医院耳鼻咽喉头颈外科主任林鹏解释，鼾症根据不同阶段分为单纯鼾症和憋气型鼾症两种，它们的表现、治疗方法也有所不同。鼾症随着年龄的增长和身体肥胖，可能加重成为憋气型鼾症。憋气型鼾症也称为睡眠呼吸暂停综合征(英文叫OSAHS)。目前，在欧美发达国家，人们会定期监测血氧指标，以有效预防睡眠呼吸暂停综合征的发生。不过在国内，这一情况还没有得到普遍重视。天津市第一中心医院耳鼻咽喉头颈外科副主任鲁宏华表示，凡是睡眠时伴有鼾声，尤其是鼾声巨大并有呼吸暂停、憋气等症状者均应通过睡眠监测来进行鼾症的初步筛查，往往这一类人具有肥胖、脖子短粗、下颌较小、后缩等特征。

为此，天津市第一中心医院耳鼻咽喉头颈外科已联合南开区水上公园街社区医院成立了中国内地首家区域联动的鼾症筛查中心，市民挂号，抵押证件，领取专用的“橙意鼾症监测仪”，即可回家整晚监测鼾症程度。而且，一中心医院和水上公园街社区医院一直以来就是双向转诊的协作单位，通过筛查—检测—治疗这一系列的环节，使鼾症患者得以早发现、早诊断、早治疗。目前，该筛查中心的网点已正式对外提供服务。未来，这种分级诊疗模式将逐渐覆盖天津更多社区。

202\_世界睡眠日活动总结 篇4

再过两天就是五一劳动节了，在这个平凡的日子里，老师们深深意识到劳动节是一个重要的节日资源，是培养孩子从小爱劳动的良好开端。于是，我们全体教师和小朋友向辛勤工作在劳动岗位上的人们送上了节日祝福，给节日增添了一道更美丽的风景线!

首先，我们向学生介绍了五一劳动节的来历，介绍了各行各业不同阶层的劳动者，并组织学生进行各行各业劳动人民的绘画活动，其次，组织学生互相谈一谈自己父母的职业，并说出他们的辛苦，让学生深知劳动是最光荣的事情，潜移默化的培养学生的劳动意识。接着，我们组织学生进行义务劳动，如：帮助老师擦桌子、椅子、洗抹布等;最后，孩子们学习了歌曲《劳动最光荣》，还用灵巧的小手做出了一朵朵漂亮的小花，送给行业的人，并祝劳动者节日快乐。

此次活动，孩子们了解了各行各业不同的工作者对社会的贡献，知道在生活中如何运用各行各业的资源，激发了学生爱劳动的强烈意识，更重要的是孩子们了解到了五一劳动节真正的含义，感受到了辛勤劳动者的光荣，激发了孩子们对这些最可爱人的爱戴之情!

202\_世界睡眠日活动总结 篇5

此次七夕情人节活动从16：30到20：00，地点跨越了\_\_和\_\_广场。总体还是较成功的，但在细节中存在一些小问题，现对此次活动的各个方面进行一些总结和反思。

活动人员：原先准备了14对情侣，实际到场13对情侣(其中一对预备情侣)，参加活动12对情侣。为整体活动的顺利进行提供了坚实的基础。由于互联星空预算的六对情侣落空，此次的活动中有三对自己部门的 同事，说明前期的活动准备还不够充分，对可能出现的风险估计不足。

奖品及道具：极大程度地使用赞助厂商的资源，减少活动成本。所有奖品、赠品、拍卖品全部由厂商提供，俱乐部方面提供策划、组织、人员方面的。

经费：整体活动经费上基本网友自理，充分调动了网友自身对情人节活动的参与积极性。俱乐部方面仅提供一些交通费、宣传的经费和记者招待费，费用极其低廉。

宣传：前期的宣传，\_\_的\_\_网、\_\_网站、\_\_网站、\_\_各论坛社区发布活动前期活动公告，并设立专题的页面。中期活动中的宣传，在\_\_商场和\_\_咖啡吧内进行布置、\_\_商场进行滚动的广播宣传，全场DV跟拍。后期活动中进行和前期宣传一样的全面的网站宣传、专题页面报道，电台893广播跟入，\_\_报、\_\_电视台跟入宣传。

活动流程：\_\_方面活动很顺利，谜语问题偏简单，智力稍好的网友太早猜出谜底。餐厅方面出现组织的失误，功放出出现故障，造成麦克风声音太小，无法较好地组织网友。餐厅服务人员打破汤碗，造成上菜速度减慢。

整体组织：工作人员及时到位，活动全程保持联系。活动距离较远，也没有出现活动参与者走散现象。整体活动环节连接较紧凑，没有出现活动的脱节。

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！