

让发展构建健康高州

——广东茂名健康职业学院三下乡活动方案

申请单位：广东茂名健康职业学院医学技术系团总支、学生会

指导老师：张裕海

申报项目：高州市居民健康生活方式、医疗保健意识的分析探讨

二〇二一年三月七日

目 录

一、“三下乡”活动地说明	·1
二、成员介绍表	·3
三、队员分工表	·6
四、团队成员职责	·7
五、活动总方案	·8
六、各项活动具体方案	
(一)调研活动方案	·12
(二)宣传活动方案	·14
(三)义诊活动方案	·16
(四)文艺汇演活动方案	·21
七、活动流程	·23
八、可行性分析	·25
九、成果展示	·27

一、“三下乡”活动地说明

高州，故称高凉郡，有着悠久的历史文化。从古到今，一脉相承，自南朝维护国家统一民族团结的巾帼英雄第一人冼太夫人到引导高州荔枝文化进入唐王朝宫廷的宦官高力士（冼太夫人之后），再到今天的“水稻之父”丁颖，革命战士杨永泰一家等不胜枚举的为社会发展作出巨大贡献的名人。此外，高州三大古塔、观山寺（江总书记曾下榻于此理万机，并提出了“三个代表”重要思想的最初表述）更见

证了历史与现实，至于全国独一无二的缅茄树和缅茄文化，更足以令高州人民感到奢侈。更不用说长坡旧城、仙人洞了。因此，走在高州的土地上，仿佛走进历史的高州、文化的高州，走进一个酿造香甜和芬芳的高州。社会实践活动选择高州，有着深厚的文化意义。

新千年伊始，一位高大魁梧的老人来到这里，他不是要来吃高州的荔枝，也不是要来宣传高州的荔枝，而是要把更多的荔香散播到这片鉴江大地，或者切切实实的体验一下高州人民的荔韵。于是，“三讲”在这里萦回了，“三个代表”的雏儿在这里发育了。一直以来很多人都认为，高州每年只会如约的向全国输送一批批的水果。殊不知，高州人民播下的和输出的远远超过了水果的本身。“三讲”的挥洒，难道仅值三两箱妃子笑、桂味、白糖罂吗？马克思主义在这里结出的最新成果“三个代表”重要思想，后来经过整理，成了党的基本理论、路线和纲领，进一步地回答了什么是社会主义，怎样建设社会主义的问题；创造性地回答了建设什么样的党，怎样建设党的问题。这能够用荔枝来衡量吗？作为“三个代表”的重要发源地之一，高州长出了超乎所有水果的强大的力量，推动了中国特色社会主义的步伐前进。

随着改革与发展的不断深入，全面建设小康社会进程的逐渐推进，人民日益增长的社会保障需要和落后的农村医疗卫生事业之间的矛盾越来越阻碍着高州，乃至全国大多数城乡地区的发展。为了协助党中央的“一号文件”和十六、十七届历次会议强调的构建社会主义和谐社会的实施，高州也需注入一股新的活力。因此，科技、文化、卫生的“三下乡”便成了发展的迫切要求。立足基层，联系政府，服务群众，探索独具特色的新农村社会保险保障的发展之路，提高居民

的医疗卫生保健意识给高校学生提出了更高的要求。

一直以来,高州引起了国内外的关注。步入社会主义新农村建设,构建社会主义和谐社会时期,她将会激发出调查者、学习者怎样的思想智慧的火花呢?这仍有待进一步的调查探讨。作为粤西的一面旗帜,我想高州市作为大学生“三下乡”社会实践活动之地也具有其独特的价值意义。

二、成员介绍表

五一“三下乡”一队名单		
指导老师	张裕海	
队长	刘依露	15219605230
副队长 1	区银怡	18475027244
副队长 2	许文娟	18312708756
组名 (人数)	姓名	手机号码
调研组 (8)	组长: 陈婷婷	18816746022
	李可柔	15119515266
	柯妮娜	13531580312
	黄佳敏	15089447876
	李蝶	18148816806
	王德汛	14770523678

	程小媚	13502250991
	邱群茜	13534867121
义诊组 (8)	组长: 陈如玲	13126025662
	邓玲	18320685688
	李雨薇	13437540524
	吴思贤	15766252912
	谭金凤	13415754113
	吴静欣	15218673472
	黄智滢	13076675780
	卓芷欣	13692956429
晚会组 (12)	组长: 朱伟城	13650630686
	刘依露	15219605230
	陈世栩	18127603997
	罗晓滢	17820401650
	李向荣	15768319604
	张钰儿	18928266588
	林冰纯	18707686293
	马洁纯	18929610196
	黄瑞恩	15218605342
	许文娟	18312708756
	陈晓淇	13380286186

	区银怡	18475027244
宣传组 (8)	组长: 毛祈凤	17817036697
	邓燕桃	17876258551
	李幸娟	18818784458
	谢欣怡	15919326295
	陈洁衡	18128311695
	杨岚	13392870938
	陈婉仪	13640838437
	卢俊霖	15767346501
外联组 (8)	组长: 张丹金	15989496687
	陈梓楠	15814923758
	黄丽君	18475068240
	洪晓真	13682864643
	李思慧	19927346930
	杨晓婷	15119749217
	苏茵婷	19875808221
	戴佳颖	13642504420

三、队员分工表

组别	组员	职责
安全保障组	刘依露、区银怡、许文娟、 朱伟城、陈婷婷、陈如玲 毛祈凤、张丹金	出行前充分了解环境、交通、 天气情况，提醒队友做好防范 应急措施；负责来回包车的安 全问题，各种应急药品的准备， 了解好医疗常识；必要时准备 一定的食物与水，供队伍应急 需要
外联组	张丹金、陈梓楠、黄丽君、 洪晓真、李思慧、杨晓婷、 苏茵婷、戴佳颖	负责与当地政府联系、沟通； 拉取下乡期间的赞助，做好日 常开支记录、收集并保存好发 票
调研组	陈婷婷、李可柔、柯妮娜、 黄佳敏、李蝶、王德汛、 程小媚、邱群茜	前期调查问卷、活动培训、活 动总结、根据调研材料，负 责撰写论文、调查报告
义诊组	陈如玲、邓玲、李雨薇、 吴思贤、谭金凤、吴静欣、 黄智滢、卓芷欣	义诊项目的培训、熟悉各种健 康养生常识
晚会组	朱伟城、刘依露、陈世栩、 罗晓滢、李向荣、张钰儿、	组织活动人员报名表演节目、 安排彩排时间、安排布置晚会

	林冰纯、马洁纯、黄瑞恩、 许文娟、陈晓淇、区银怡	场地
宣传组	毛祈凤、邓燕桃、李幸娟、 谢欣怡、陈洁衡、杨岚、 陈婉仪、卢俊霖	前期队旗、海报的设计、活动 期间相片、DV资料的收集、宣 传单的制作、后期推文的制作。

四、团队成员职责

(一)、队长职责:

1. 组建下乡团队，组织、协调好团队内部工作，做好活动的明确分工；
2. 与本校做好沟通，负责邀请指导老师；
3. 活动方案的总结和完善；
4. 在学院或学校审核期间，负责答辩工作，力求通过审核，争取立项；
5. 在整个团队出发到茂名高州市之前，了解好当地的具体情况，处理好食宿问题；
6. 活动期间起带头作用，在生活上要以身作则；
7. 下乡活动结束后，做好所有资料的汇总；
8. 回校后负责跟进团队的评优工作。

(二)、队员职责:

1. 服从队长安排，对分配的任务尽责完成；

2. 对方案中的不足之处及时提出建议，共同完善方案；
3. 在活动期间，每天的活动结束后，每个成员都要向大家交流自己的心得；
4. 队员之间要团结互助，下乡期间要特别注意礼貌待人，注重自己的大学生形象；
5. 注意安全，提高自我保护意识。

(三)、各个活动负责人（组长）需注意事项：

1. 做好该活动前期的筹备工作。调研活动的负责人要提前做好调研的资料，义演活动的负责人要在义演前申请号场地以及准备好物品，宣传和义诊活动的负责人分别要提前做好宣传材料和义诊所需要的用的物品，每个负责人要提前做好安全的预防工作，调研活动负责人需提前做好交流的材料，落实到方案的每一个步骤；安全保障的负责人出发前做好药品的准备等等；
2. 当天活动结束后，该活动负责人务必收集好当天的各类资料，包括文字、图片资料等，做好活动的总结工作；
3. 即将开展的活动，该活动负责人必须在前一天晚上做好准备工作，对团队成员讲述活动开展的具体步骤、操作细节、注意事项等，同时做好团队的任务分配。

五、活动总方案

一、目的与意义：

为了促进城乡文化建设，改善城乡社会风气，倡导健康文明营养

生活，深入贯彻党的十四届六中全会提出的科技、文化、卫生“三下乡”的精神，把科学发展观和社会主义和谐社会建设的种子植根于城乡基层；拉近与群众的距离，协助党和政府把医疗保险保障政策宣传到群众中去；拓展社会实践学习，城乡居民医疗卫生保健的意识，并给决策者提供相应的建议，为城乡建设贡献作为大学生应有的一份力量。现特举办这次“三下乡”活动，并向当地人民展示大学生“立足基层，联系政府，服务群众”的人文精神。

二、活动主题:

让发展构建健康和谐高州

三、活动时间:

2021年5月1日——2021年5月4日

四、活动地点:

广东省茂名高州市大井镇大井村委会

五、组织单位:

广东茂名健康职业学院医学技术系团总支、学生会

团队名称: 待定

六、活动对象:

广东省茂名高州市人民

七、活动综述:

(一) 活动内容

- 1、展开对茂名高州市医疗卫生保健现状的调研工作;
- 2、开展保障宣传活动，并为当地居民提供义诊服务;

(二) 活动流程

1. 前期准备工作

- 1) 成立团队，讨论并初定基本活动方案，确定我们大概的活动流程安排，队员进行分工合作完成方案的编辑工作；
- 2) 与当地政府沟通联系，简单了解当地政府机构设置以及运行方式，向当地相关部门介绍我们的活动方案，取得他们对我们活动的支持；
- 3) 了解当地风土人情，请我们团队中居住在当地的同学为我们具体讲解一下其家乡的特点以及当地人的生活习性、民情风俗等；
- 4) 出发前，对队员进行培训，强调实践期间要注意的问题，如礼貌问题、安全问题等，并要求每一位成员都认真遵守，要保证大学生的良好形象；
- 5) 注意完善好应急方案，做好应急方面的筹备工作；

2. 中期开展活动

3. 后期做好总结工作

- 1) 各组员写好对这次三下乡活动的感言；
- 2) 各活动负责人做好对本人负责活动的总结；
- 3) 收集好下乡时期的各种文字以及图片资料，负责人做好汇总工作。

八、具体分工：

队员具体分工表

活动内容	活动时间	负责人
调研活动	5月1日	陈婷婷
宣传活动	5月2日至5月3日	毛祈凤

义诊活动	5月4日	陈如玲
文艺汇演活动	5月4日	朱伟城

九、注意事项:

- 1、出行时要注意安全，禁止在未经告知的情况下离开团队，在出行途中如遇到什么突发事故必须保持冷静；
- 2、在采访时，要注意言行举止，尊重当地居民生活习惯，待人要礼貌；
- 3、到达当地，同学们要注意保护环境，不可乱扔垃圾；
- 4、途中同学们要保管好自己的财产，要注意自己的安全；
- 5、组员要听从队长的安排，积极配合各项工作；
- 6、做好来回的包车工作，确保交通方面的安全工作。

十、经费预算:

项目	金额
调研活动	490
宣传和义诊活动	1305
文艺汇演活动	1300
杂支	200
总计	3295

广东茂名健康职业学院医技系团总支、学生会

二〇二一年三月十四日

六、各项活动具体方案

(一)、调研活动方案

一、调研主题

高州市居民健康生活、饮食以及医疗保健意识的分析探讨

二、活动目的

通过一系列的调查研究，了解茂名高州市的生活方式和医疗建设状况，特别是了解新型农村合作医疗在当地的普及、发展情况。同时，针对调研结果提出可行的改善对策，并及时反馈给当地政府以及相关部门，促进当地医疗卫生与健康生活更好的发展，以取得更大的成就。

三、活动时间

2010年5月1日

四、活动对象

茂名高州市居民

五、筹备阶段(3月18日——3月31日)

1、查找资料(3月18日——3月21日)：

上网查找有茂名高州市的相关资料，初步了解当地居民的风俗习惯、住宿分布及当地的治理政策等；

2、重点了解(3月22日——3月24日)：

1) 高州市的医疗卫生政策以及当地居民健康生活、饮食情况

- 2) 近几年在医疗卫生方面所取的成绩;
- 3) 当地居民对新医疗制度、健康生活的了解及反映;
- 4) 当地居民对医疗保健以及对健康生活方式、饮食的认识及建议。

3、设计问卷（3月25日——3月29日）：

根据之前对当地居民的调查了解，针对医疗卫生、健康生活现状相关问题设计调查问卷。

4、完善问卷（3月30日——3月31日）：

以小组讨论或适当的问卷发放试填的形式，不断发现问题，完善问卷。

六、实施阶段（5月1日——5月4日）

1、确定具体的调研地点、方式（5月1日）：

实地考察，根据实际情况确定调研地点，同时修改并确定调查问卷及调查方式（走访调查、市集调查、医院政府机构调查等等）。

2、开展调查（5月1日——5月2日）：

1) 5月1日——5月2日：走访当地居民，利用问卷调查法、访谈法对当地居民的健康生活想法作深入了解；走访当地卫生院（站）以及相关卫生管理部门，了解当地的卫生建设大体情况；

2) 5月2日——5月4日：配合义诊组、表演组、宣传组的工作，并在现场开展相关的问卷调查；

3) 5月5日：分类整理前几天的调查问卷，并根据问卷情况做出初步分析。

七、总结阶段

用相关的软件对问卷进行相关的整理和统计，并根据调查结果撰

写调研报告。

八、经费预算

物品	单价 (元)	数量	单 位	总价 (元)	用途	备注
打印资 料			份	10		方案、调查问卷 和登记表
交通费				400		
调查问 卷	0.2	400	份	80		
合计 (元)	490					

注： 调查问卷见附表

(二)、宣传方案

宣传和义诊活动分三部分，分别是宣传活动、义诊活动和现场小游戏。这三部分紧紧围绕提高当地居民健康生活方式、饮食和医疗保健知识这一主题，通过组织宣传、义诊、健康教育、接受咨询等多种形式的活动，为居民提供健康生活方式知识、医疗义诊服务。

一、目的与意义

为使高州市当地居民更好地理解健康知识，更进一步提高该

地区居民的健康生活意识，为全民医疗保健服务打下良好的基础，促进全民健康生活方式、饮食的构想早日实现。

二、活动时间

2021年5月2日至2021年5月3日

三、活动地点

广东省茂名高州市大井镇大井村委会

四、活动对象

茂名高州市居民

五、活动流程

1、前期准备工作

- 1) 负责人分配好宣传单的设计与印制工作，宣传单要做到图文并茂、通俗易懂，符合当地特点；
- 2) 开展为期一个星期的宣传解答人员知识培训工作；
- 3) 安排好场地及人员，借好器材。

2、活动开展期间

- 1) 派发宣传单子，并向居民介绍活动内容，吸引居民向工作人员咨询；
- 2) 解答人员专门负责接待咨询的群众，运用具有代表性和地方性的典型真实事例为群众讲解。

3、活动结束

收拾东西，做好场地清洁工作，及时归还借用器材。

六、人员安排

宣传单资料的收集整理（可根据调研的题目）：（4人）

宣传单的设计和印制：（2人）

咨询人员的培训导师：张裕海

咨询人员：（6人）

器材租借：张裕海

现场布置：（4人）

照相：（1人）

七、经费预算

宣传单：500*0.2=100元

横幅一张：150*1=150元

矿泉水四箱：30*4=120元

海报两张：100*2=200元

合计 570元

（三）义诊方案

一、活动目的

为方便高州市广大人民群众就医，普及医疗保健意识，提高人民群众的防病治病意识，按照贴近实际、贴近生活、贴近群众要求，深入社区，服务人民，宣传普及卫生防病知识，深入实践科学发展观，将所学的医学知识运用于城乡医疗服务中去让老百姓得到更多实惠，促进城乡医疗保险事业和医疗卫生事业的和谐发展。另一方面，增进医学生对城乡基层医疗卫生现状的了解认识，增强发展城乡医疗保险事业的使命感和荣誉感，为今后更好服务城乡打下基础。

二、活动时间

2021年5月3日

三、活动地点

茂名高州市

四、主办单位

广东茂名健康职业学院医技系团总支、学生会

高州市医疗机构

五、活动对象

茂名高州市居民

六、活动流程

1、**义诊前：**在义诊前为工作人员培训，包括：量身高、体重、量血压；

1) 义诊目的；

2) 义诊细节：具体人数、开始时间和截止时间、地点、流程、现场负责人、物品准备、物品回收等情况；

3) 义诊地点应选择一些人流聚集多的地方，市民经常健身休息的地方；

4) 在义诊前一天开小会分配任务，传达义诊任务；

5) 与高州市医疗机构，邀请1~2位医生协助现场听诊；

6) 同时，我们应派人和当地小区负责人联系，由其出面增加权威和领导性。

2、**义诊中：**测量人员、服务人员各施其责

1) 工作人员在义诊前半小时摆好义诊所需用品，包括血压仪、小礼品、宣传资料等，工作人员各就各位；

2) 由 8 人组成的义诊小组开展活动，细心专业的为前来的群众服务，并向群众派发保健宣传单。

3、**义诊后：**回到大本营后，进行经验交流，最后由总负责人做这次活动的总结。

七、预期目标

组织志愿者开展义诊服务活动，大力弘扬志愿者精神，使广大青年志愿者树立为人民服务的意识，主动用自己的实际行动去帮助别人，诚心诚意为人民免费提供各项义诊服务，从而使青年志愿者在为群众提供义诊服务的实际行动中增强为人民服务意识，不断增强勤于学习，善于创造，甘于奉献的意识。一方面，向广大居民提供免费义诊，有效缓解居民由其是弱势群体的就医难问题，开展健康教育、防病治病宣传活动，使居民对与日常生活密切相关的医疗卫生、个人保健和自然科学知识有深入的认识和了解，从而有效提高居民的卫生意识。另一方面，通过为高州市居民义诊，了解当地群众的健康状况，结合对当地群众的调研结果，为当地政府改善民生，构建健康和谐社会提供具有参考价值的调查报告。此外，举行义诊活动，体现我校青年志愿者良好的医疗服务素质，强化对我校青年志愿者的医疗知识的培训，为他们创造了良好的实践机会以便他们把理论与实践结合起来，有力地促进了我校青年志愿者更好的熟悉掌握医疗知识技能，提高技术水平。

八、工作分配

派发传单：2 人

联系当地小区负责人：张裕海

现场布置：4人

义诊人员：全体人员

九、经费预算

横幅：1（条）*100=100元

小纪念品：200（份）*2=400元

工作用记录本：5（本）*3=15元

工作人员饮用水：4箱*30=120元

游戏预算：100

合计 735 元

备注：

以下物品均为自备：桌子、凳子、桌布、笔、义诊仪器（血压仪等）、绶带、照相机、音响（手提电脑等高端设备）。

小游戏方案（视情况需要举行）

一、游戏目的

活跃现场气氛，为义诊活动拉得更多的人气，鼓动更多的人来参加我们的义诊活动。

二、活动时间

2021年3日

三、活动地点

茂名高州市市区

四、活动对象

茂名高州市居民

五、活动分配

1、齐齐猜灯谜

1) 所需器材：绳索数根，纸片 50 张，长桌 3 张，椅子 3 张，小礼物若干

2) 人员分配：

 监督员：1 人

 游戏介绍：2 人

3) 流程：先将有关保险的相关知识，以灯谜的形式分别写到 50 张纸片上，然后在一个固定地点，将其分别绑在绳索上供现场观众查看。派传单的工作人员负责在路旁招引观众前来参加活动，1 名人员在特定的咨询点做监督员，核查观众灯谜的准确性，若观众回答正确，则奖励小礼品一份。

2、齐齐来升级

1) 所需器材：粉笔一根，绳索一根，保险知识资料一份，小礼物若干

2) 人员分配：

 指挥员：1 人

 秩序维护员：2 人

3) 流程：首先用粉笔在地上画出 5 个区域，分别为 A、B、C、D、E 呈阶梯状分布。首先现场观众根据秩序员的安排，站在 A 区域，2 名秩序员拉起绳索，将观众隔在 A、B 区域间。然后指挥员问观众相关保险方面的知识，答对的观众可以进入 B 区域。以此类推，到达 E 区域的观众可以到咨询台拿到小礼品一份。

六、经费预算

绳索 5 元，纸片 20 元，小礼品 50 元，共 75 元

（三）、文艺汇演活动方案

一、目的与意义

为了进一步推进新医疗卫生改革方案的普及和宣传，促进高州人民对健康生活方式、饮食以及医疗保健的认识和理解，从而提高当地人的健康意识，为贯彻落实科学发展观，构建社会主义和谐社会添砖加瓦。同时，为了弘扬大学生立足基层，联系政府，服务群众的良好风气，展现大众喜闻乐见的文艺文化，丰富当地居民的精神文化生活，促进大学生与高中生的密切联系和交流。特举办这次文艺汇演活动。

二、活动时间

2021 年 5 月 4 日

三、活动地点

（待定）

四、主办单位

广东健康职业学院医技系团总支、学生会

五、活动负责人

朱伟城、刘依露

六、活动主题

XXXX

七、活动内容

小品、相声、唱歌、跳舞、有奖问答环节

八、活动流程

- 1、19:00 活动开始，主持人发表讲话
- 2、19:15 嘉宾发言
- 3、19:15—21:00 演出环节
- 4、21:00—21:20 有奖问答环节
- 5、21:20 主持人总结，并感谢高州市人民的热情参与。活动结束

九、经费预算

项目	数量	单价（元）	合计（元）	备注
舞台背景	1	500	500	
服装	待定		300	租用
化妆品	1套	100	100	
互动礼品			100	
声响设备				向相关部门借用
其他			300	
总计（元）			1300	

十、注意事项

- 1、与当地居民做好思想交流与沟通；
- 2、活动所需道具要准备好，如要拉电线，应与活动地点相关人员联系，如需用U盘，应把所需的内容备份；
- 3、共同协商好节目，共同努力把节目搞好；

4、我们要主动与当地居民交流，对于他们遇到的困难，积极的帮他们解决，树立大学生的良好形象；

5、要注意活动的安全，未经批准，不能离开活动的现场。

(方案不合理之处视具体情况再做修改)

七、活动流程

时间	具体时间段	地点	安排活动
5月1日	7:00-9:00	学校	所有队员集合，出发去目的地，了解当地城市布局，准备活动物资。
	9:00-10:00	当地学校宿舍	短暂歇息，整理行李
	10:00-12:00	目的地	熟悉当地情况，准备安排调研工作
	12:00-14:30	当地学校宿舍	吃午饭，休息
	14:30-17:30		步行至居民区分组进行调研
	18:00-19:00	目的地	吃晚饭
	19:00-19:30		开会总结今天的活动，分配各组任务，并理清明天的活动流程。
	19:30-23:00		自行安排或分组排练晚会节目

5月2日	7:30-8:00	当地学校宿舍	起床洗漱吃早餐
	8:00-8:30		乘车或步行到上午服务地点并布置场地并做相应准备
	8:30-12:00		调研
	12:00-13:30	服务地点就近原则	吃饭并进行短暂休息
	13:30-14:30		午休
	14:30-18:00		调研
	18:00-19:00	目的地	吃晚饭
	19:00-19:30		开会总结今天的活动并理清明天的活动流程
	19:30-23:00		自行安排或分组排练晚会节目
5月3日	7:30-8:00	当地宿舍	起床洗漱吃早餐
	8:00-8:20		乘车或步行到上午服务地点并布置场地并做相应准备
	8:20-12:00	目的地	开展义诊服务、进行健康宣传
	中午 12:00-13:30	服务地点就近原则	吃饭并进行短暂休息
	13:30-14:30		乘车或步行到下午活动场地进行布置或准备
	14:00-18:00	小学	给小朋友科普用眼爱眼知识

			和小朋友玩游戏
	19:30-20:00	当地宿舍	开会总结当天活动存在的问题，安排明天的工作。
	20:00-22:30	当地宿舍	自由活动或者排练晚会。
5月4日	7:30-8:00	当地宿舍	起床洗漱吃早餐
	8:00-12:00		准备晚会
	12:00-14:30	宿舍	吃饭并短暂休息
	14:30-17:00		晚会排练
	17:00-19:00	居委会安排	回民宿吃晚饭
	19:00-21:20	晚会地点	晚会
	21:30-23:00		集合搭车回校，三下乡活动结束。

八、方案可行性分析

一、本校的引导与支持

本校团委非常重视每年的大学生三下乡活动，鼓励每位同学积极参与，为我们的下乡活动指明了方向；另一方面，学校将为部分下乡队伍配备老师及提供一定的经费支持，保证我们社会实践活动的顺利开展。

二、茂名高州市政府的大力支持

我们与当地政府做了充分的交流，当地政府对我们团队的活动表示支持，并为我们开具了“接收证明书”，为我们的工作的顺利开展打下良好基础。

三、活动方案的具体完善

经过本队成员的共同努力，我们为本次下乡活动制定了一系列方案，包括总方案与分方案，各个方案分工明确，灵活性强，具有较高的可行性。

四、团队建设

本团队的成员绝大部分为医保专业的学生，对医疗保障方面的知识有较深的了解，对我们的调研和宣传活动有极大的帮助；我们团队还有一部分是医学专业的学生，这为我们的义诊活动提供了强有力的人才资源基础，团队的两名负责人具有组织社会实践活动和三下乡的经验，组员均性格开朗，各有所长，其中大部分为学生干部，在表现突出，这让我们此次的三下乡活动的有序进行得到有效的保障。

五、经费预算合理

我们本着“文化下乡”的理念，把绝大部分经费都放在宣传方面，充分利用经费资源，把经费控制在 5000 元左右。现在，我们正积极向学校申请立项中，以争取获得学校的经费支持；另一方面，我们也正积极的联系当地的商家，以拉取一定的赞助。

九、成果展示

活动结束后，我们将向我们的接收单位及相关的主办协办单位汇报我们的工作，展示图片、文字、视频等成果资料，如果条件允许将会结集出版关于实践地和实践活动的宣传文集《让发展构建健康高州》，并赠阅高州市相关部门、共青团广东省委及广东医学院、广东高州中学等单位。

医技健民队三下乡活动调研小组分组情况

队号	队长	组员
第一小组	邓玲	陈如玲，谭金凤，卓芷欣
第二小组	黄智滢	吴静欣，李雨薇
第三小组	邓燕桃	谢欣怡，毛祈凤
第四小组	卢俊霖	廖丽平，李幸娟，王德汛
第五小组	罗晓滢	张钰儿，李向荣，黄瑞恩
第六小组	陈晓淇	林冰纯，许文娟
第七小组	陈世栩	李可柔，柯妮娜
第八小组	杨晓婷	张丹金，黄丽君，陈梓楠
第九小组	苏茵婷	洪晓真，戴佳颖，李思慧
第十小组	黄佳敏	程小媚，邱群茜
镇守大本营	区银怡，曹乐怡，马洁纯，罗嘉琪，李蝶，陈婷婷	

时间	具体时间段	地点	安排活动
5月1日	7:00-9:00	学校	所有队员集合，出发去目的地，了解当地城市布局，准备活动物资。
	9:00-10:00	当地学校宿舍	短暂歇息，整理行李
	10:00-12:00	目的地	熟悉当地情况，准备安排调研工作
	12:00-14:30	当地学校宿舍	吃午饭，休息
	14:30-17:30		步行至居民区分组进行调研
	18:00-19:00	目的地	吃晚饭
	19:00-19:30		开会总结今天的活动，分配各组任务，并理清明天的活动流程。
	19:30-23:00		自行安排或分组排练晚会节目
5月2日	7:30-8:00	当地学校宿舍	起床洗漱吃早餐
	8:00-8:30		乘车或步行到上午服务地点并布置场地并做相应准备
	8:30-12:00		调研

	12:00-13:30	服务地点就近原则	吃饭并进行短暂休息
	13:30-14:30		午休
	14:30-18:00		调研
	18:00-19:00	目的地	吃晚饭
	19:00-19:30		开会总结今天的活动并理清明天的活动流程
	19:30-23:00		自行安排或分组排练晚会节目
5月3日	7:30-8:00	当地宿舍	起床洗漱吃早餐
	8:00-8:20		乘车或步行到上午服务地点并布置场地并做相应准备
	8:20-12:00	目的地	开展义诊服务、进行健康宣传
	中午 12:00-13:30	服务地点就近原则	吃饭并进行短暂休息
	13:30-14:30		乘车或步行到下午活动场地进行布置或准备
	14:00-18:00	小学	给小朋友科普用眼爱眼知识和小朋友玩游戏
	19:30-20:00	当地宿舍	开会总结当天活动存在的问题，安排明天的工作。
	20:00-22:30	当地宿舍	自由活动或者排练晚会。
5月4日	7:30-8:00	当地宿舍	起床洗漱吃早餐

	8:00-12:00		准备晚会
	12:00-14:30	宿舍	吃饭并短暂休息
	14:30-17:00		晚会排练
	17:00-19:00	居委会安排	回民宿吃晚饭
	19:00-21:20	晚会地点	晚会
	21:30-23:00		集合搭车回校，三下乡活动结束。

“三下乡”大井社区预防知识培训课程表

授课日期、时间	授课题目	授课老师	联系方式
2020年5月1日 9:00-11:00	全民健康常识	张裕海	
2020年5月1日 11:00-12:00	常见的疾病 类型	张裕海	
2020年5月1日 14:00-15:00	如何预防疾病	张裕海	
2020年5月1日 15:00-16:00	良好的生活习 惯的重要性	张裕海	

广东茂名健康职业学院
医学技术系
2020年5月1日

“三下乡”大井社区预防知识培训学员名册

队长	刘依露	15219605230
副队长1	区银怡	18475027244
副队长2	许文娟	18312708756
组名（人数）	姓名	手机号码
调研组（8）	组长：陈婷婷	18816746022
	李可柔	15119515266
	柯妮娜	13531580312
	黄佳敏	15089447876
	李蝶	18148816806
	王德汛	14770523678
	程小媚	13502250991
	邱群茜	13534867121
义诊组（8）	组长：陈如玲	13126025662
	邓玲	18320685688
	李雨薇	13437540524
	吴思贤	15766252912
	谭金凤	13415754113
	吴静欣	15218673472
	黄智滢	13076675780
	卓芷欣	13692956429
晚会组（12）	组长：朱伟城	13650630686
	刘依露	15219605230
	陈世栩	18127603997
	罗晓滢	17820401650
	李向荣	15768319604
	张钰儿	18928266588
	林冰纯	18707686293
	马洁纯	18929610196
	黄瑞恩	15218605342
	许文娟	18312708756
	陈晓淇	13380286186
	区银怡	18475027244
宣传组（8）	组长：毛祈凤	17817036697
	邓燕桃	17876258551
	李幸娟	18818784458
	谢欣怡	15919326295
	陈洁衡	18128311695
	杨岚	13392870938
	陈婉仪	13640838437
	卢俊霖	15767346501
外联组（8）	组长：张丹金	15989496687
	陈梓楠	15814923758
	黄丽君	18475068240
	洪晓真	13682864643
	李思慧	19927346930
	杨晓婷	15119749217
	苏茵婷	19875808221

	戴佳穎	13642504420
--	-----	-------------











“三下乡”根子镇健康知识培训参与者名单

人员类别	姓名	学号	班级/系部	参与活动名称	活动日期
教师	陈应娟	23006	临床医学系	三下乡根子镇健康知识培训	2021年8月23日
教师	郭清燕	L00012	临床医学系	三下乡根子镇健康知识培训	2021年8月23日
教师	庄艳姗	21036	临床医学系	三下乡根子镇健康知识培训	2021年8月23日
教师	张长英	W210905	临床医学系	三下乡根子镇健康知识培训	2021年8月23日
教师	陈鹏飞	23008	临床医学系	三下乡根子镇健康知识培训	2021年8月23日
教师	黄成淦	21023	临床医学系	三下乡根子镇健康知识培训	2021年8月23日
教师	吴小清	21028	临床医学系	三下乡根子镇健康知识培训	2021年8月23日
教师	刘芸妃	20114	临床医学系	三下乡根子镇健康知识培训	2021年8月23日
学生	陈华保	62010521200046	20针灸推拿1班	三下乡根子镇健康知识培训	2021年8月23日
学生	邱海伦	62010521200073	20针灸推拿2班	三下乡根子镇健康知识培训	2021年8月23日
学生	邓惠健	62010521200020	20针灸推拿1班	三下乡根子镇健康知识培训	2021年8月23日
学生	朱裕颖	62010521200078	20针灸推拿2班	三下乡根子镇健康知识培训	2021年8月23日
学生	陈春潮	62010521200075	20针灸推拿2班	三下乡根子镇健康知识培训	2021年8月23日
学生	吴欣欣	62010521200098	20针灸推拿2班	三下乡根子镇健康知识培训	2021年8月23日
学生	邓惠瑜	62010521200074	20针灸推拿2班	三下乡根子镇健康知识培训	2021年8月23日
学生	吴桂盛	62010521200069	20针灸推拿2班	三下乡根子镇健康知识培训	2021年8月23日
学生	邓紫欣	62010521200044	20针灸推拿1班	三下乡根子镇健康知识培训	2021年8月23日

健康管理促进系“三下乡”社会实践第一天

为响应党中央、团中央的号召，学习贯彻习近平新时代中国特色社会主义思想，推动“乡村振兴”战略，在社会实践中“受教育、长才干、作贡献”。广东茂名健康职业学院健康管理促进系于7月20日前往广东省茂名市化州市良光镇出拨乡陂边村进行暑期文化科技卫生“三下乡”社会实践活动。出席此次活动的人员有：党支部书记阮竞锋，系主任张锡红，党务办主任黄翔，从勇老师、黄丹青老师、麦伊轩老师以及学生志愿者。



（图为健康管理促进系志愿服务合影）

首先，带队老师带领同学们熟悉当地环境，先从村长家开始再到宣讲宣教地点、社区服务活动室、村内农户分布地点、市场、留守儿童孤寡老人农户家逐个地点落实。随后，同学们在带队老师的带领下在村庄悬挂张贴提前准备好的宣传横幅，通过村民微信群、活动广播

站、逐户入户派发宣传单等方式深入的宣传健康知识，对村庄居民进行健康走访调研。



（图为志愿者为村民服务现场）

中午过后，带队老师带领志愿者们前往陂边村图书阅览室，对村民开展测量血压、推拔罐、艾灸，志愿者们的专业服务的得到村民的一致好评。晚饭后，由张锡红主任带领学生志愿者们为村民展示八段锦健身操，村民们边看边学，兴趣盎然，随后张锡红主任亲自教当地村民打八段锦养生操，从动作指导到现场展示，部分村民已初步掌握。



（图为志愿者为村民艾灸）

通过此次活动提高了村民的健康水平意识，让村民更了解自己的身体指标，更关注自己的身体健康，给村民送去便利，也体现了我系主动服务意识，展现了时代担当。同学们在实干中找到自身位置，在贴近人民基层中找到施展身手的舞台，勇做走在时代前面的奋进者、开拓者、奉献者。青春曙光，我们一直在路上。

撰稿人：杨春燕

初 审：黄 翔

终 审：张锡红

健康管理促进系“三下乡”社会实践第二天

为响应十九大的号召，全面贯彻充分发挥学生的知识和专业优势，使其在丰富的实践活动中增长才干，增长见识的思想。广东茂名健康职业学院健康管理促进系于7月21日上午在广东省茂名市化州市良光镇出拨乡陂边村进行暑期文化科技卫生“三下乡”社会实践活动。出席此次活动的人员有：健康管理促进系党务办主任黄翔，从勇老师以及学生志愿者。



（图为志愿者为村民测尿酸、血压、血糖）

在老师的带领下同学们开展测尿酸、血压、血糖，推拿、拔罐、艾灸、刮痧等多项医疗服务护理保健操作，促使更多村民了解医疗保健知识。同时，细心询问村民生活习惯、耐心解答村民咨询的健康问题，并对常见病、多发病的健康保健进行了指导，提高了村民们的日常健康保健意识。



（图为学生为村民进行刮痧）

医疗服务完后，带队老师带领同学们去集市购买食材给村民做健康养生餐。大家通过合理搭配营养和科学烹制食材，有条不紊地制作健康养生餐。在大家的共同努力下，健康养生餐端上了餐桌，村民迫不及待的进行品尝。品尝完后，村民纷纷表示既美味可口又健康营养。



（图为志愿者为村民烹饪健康养生餐）

通过此次活动全体人员们清晰地认识到只有将所学的理论知识与农村的实际结合起来，将谋民生之利、解民生之忧的惠民政策实实在在的宣传到基层，才是真的“受教育、长才干、作贡献”，作为未来“健康守门人”，每一位学子更加坚定内心的信念，力争为推进健康中国建设做出己身贡献。

撰稿人：杨春燕

初 审：黄 翔

终 审：张锡红

健康管理系暑期“三下乡”社会实践第三天

为亲身感受老一辈革命家，引导青年学生学史明理、学史增信、学史崇德、学史力行，更好地传承红色基因，切身感受坚守入党初心故事，感受革命先辈的理想信念，激励大家提升党性修养，不忘初心，继续前进。健康管理系学党史促担当小分队于2021年7月22日前往广东省茂名市化州柑村南路革命纪念馆进行暑期文化科技卫生“三下乡”社会实践活动。参加此次活动的人员有：健康管理系党支部书记阮竞锋，党务办主任黄翔，梁丽容、罗桂芳及学生积极分子。



（图为参加此次活动的师生志愿者）

首先师生们来到化州柑村南路革命纪念馆进行参观学习。大家通过参观馆内一幅幅珍贵的历史图片，一件件沧桑的革命物件，以及在讲解员的

讲述下，重温了当年南路革命人及柑村人民那一段波澜壮阔的革命斗争历史，感受着革命先烈开拓进取、信念坚定的革命精神，接受了一次深刻的党性教育和思想灵魂的洗礼。



（图为师生志愿者参观学习化州柑村南路革命纪念馆）

参观学习完后，老师带领同学们一起听讲解员讲党史。讲解员为我们阐述了老一辈党员，他们如何践行初心和使命，深刻表达了老一辈党员对党的忠诚和热爱，并讲述了每代人有每代人的责任与担当，每代人有每代人的执着和坚守。在这堂别样而又生动的党课上，同学们真切的感触到一名老党员的光辉形象，纷纷表示要以老一辈党员为榜样，谨记党的使命，牢记党的宗旨，自觉深入学习党史，全面提高自身素质，努力做到学史明理、学史增信、学史崇德、学史力行。



（图为系党支部书记阮竞锋总结讲话）

听完党史后，阮竞锋书记带领大家一同前往革命烈士纪念碑缅怀革命先烈。在革命烈士纪念碑前，师生们肃立默哀，满怀深情向革命烈士纪念碑三鞠躬，缅怀为新中国成立而英勇牺牲的烈士，用真诚的情感祭奠长眠于地下的英灵。虽然先烈们的英灵远去，但是他们的精神却永远留在我们的心中。先烈们“吃苦在前，享受在后，为共产主义事业而奋斗”的精神永远激励着我们奋发向前。



（图为师生志愿者向革命烈士纪念碑鞠躬）

晚上，老师带领志愿者们回到陂边村教村民八段锦，教完后跟着村民一起跳广场舞。在大家的带领下，村民们认真地学习八段锦的每一节步骤和每一个动作，一推、一拉、一仰。没一会儿，村民们的动作也越来越娴熟，态度认真，神情专注，潜心练习，表现出极大的热情和兴趣。练习结束后，村民们纷纷表示确实能感受到八段锦锻炼学习所带来的舒展胫骨、强身健体的效果，并且希望继续开展此类活动。



（图为师生志愿者和村民一起打八段锦）

通过这次活动，全体师生进一步激发了爱国情怀，深化了党性认识，增强了社会责任感，培养了乡村服务意识，提高了自主创新能力和社会实践能力。同时表示要终身坚定理想信念，恪守人民情怀，勇担历史重任，以实际行动传承弘扬爱国精神，确保在党史学习教育中学出党性觉悟、学出能力素养、学出过硬作风。

撰稿人：刘思余

初 审：黄 翔

终 审：阮竞锋

健康管理系暑期“三下乡”社会实践第四天

健康管理系于7月23日继续在广东省茂名市化州市良光镇出拔乡陂边村居委会开展“三下乡”社会实践活动。

在图书阅览室中，老师和同学们亲切地跟老人们聊天，细心地讲解日常生活中的预防保健知识和公共卫生注意事项，并为他们进行刮痧、推拿、艾灸等医疗保健服务，真诚地表达了我们对他们的关心。他们纷纷表示感谢，并向我们谈到，现在国家对他们的照顾和社会各界的爱心，已经使他们的生活状况大为改善，我们对此也倍感欣慰。



（图为学生志愿者给留守儿童做健康生活方式宣讲）

随后在从勇老师的带领下，学生志愿者给留守儿童做心理咨询与团体辅导。大家认真地倾听孩子们在生活中和学习中遇到的问题与烦恼，提出有效的解决方法，并给他们讲解了日常生活中健康饮食的知识以及讲述了大学的精彩生活，鼓励他们认真学习，为创造美好的未来而努力。



(图为从勇老师和志愿者同孩子们一起玩游戏)

游戏过程中，大家和孩子们通力协作，群策群力，积极开动脑筋，认真讨论游戏的通关方法，四处洋溢着孩子们的欢声笑语。游戏结束后，老师和同学们把准备好的礼物亲手送到留守儿童的手中，孩子们的脸上洋溢出了幸福的笑容。他们的父母常年在外打工，和祖辈们生活在一起。虽然父母平常不在身边，但是孩子们十分乐观，我们对此感到十分欣慰。



（图为老师们把礼物亲手送到孩子们的手中）

最后，志愿者们为空巢老师们送凉茶。送凉茶过程中，同学们亲切地询问他们近期的生活和健康状况，叮嘱他们要注意夏季防暑降温，积极预防夏季炎热带来的不适。同时对他们辛勤的劳动表示慰问与感谢，学生的进步离不开老师的辛勤付出，感谢你们在岗位上贡献了自己的力量。烈日炎炎，我们的关心和慰问，似缕缕清凉让空巢老师们倍感亲切，纷纷表示非常感谢我们对他们的关心，希望以后多开展此类活动。



（图为学生志愿者为空巢老人们送凉茶）

通过此次实践活动，不仅给基层带去了服务，更是让同学们进一步坚定了伟大理想信念，提高了综合素质能力，增强了奉献精神和服务意识，提升了实践能力和思想水平，充分展现了健康管理系学子“乐于奉献、服务社会”的精神风貌。



(图为老师与孩子们合影留念)

撰稿人：刘思余

初 审：黄 翔

终 审：阮竞锋

“三下乡”南塘活动成员名册

序号	学号	班别	姓名	电话
1	62040121200041	20医检一班	钟锦波	17875868401
2	62040421200015	20医美一班	陈月明	15816074696
3	62040121200025	20医检一班	黄丽君	18475068240
4	62040121200217	20医检四班	傅镁鸿	13502597985
5	62060421200007	20卫生信息管理班	许漫倩	13924431408
6	62040421200021	20医美一班	郑逸静	
7	62040121200006	20医检一班	洪晓真	13682864643
8	62040121200063	医检二班	高伟豪	13226622146
9	62040421200015	20医美二班	周晓珊	18218413545
10	62060421200048	20卫生信息管理班	朱金滢	18312648921
11	62060421200011	20卫生信息管理班	陈丽炫	18218684924
12	62060421200002	20卫生信息管理班	巫小玲	19820600242
13	62060421200031	20卫生信息管理班	陈崇怡	18211453733
14	62060421200014	20卫生信息管理班	黎妙珍	13725268713
15	62040121200109	20医检二班	冯明效	13827692198
16	62040121200099	20医检二班	余成威	15819013146
17	62040121200153	20医检三班	黄家卿	13035830570
18	62010521200045	20针灸推拿一班	杨凯杰	18718242784
19	62040421200077	20医美二班	廖丽平	13126068530
20	62040121200117	20医检三班	罗晓滢	17820401650
21	62040121200218	20医检四班	蔡少文	13536474453
22	62040421200016	20医美一班	赖文静	17725731487

“三下乡”南塘社区健康知识培训课程表

授课日期、时间	授课题目	授课老师	联系方式
2020年7月15日 9:00-11:00	什么是健康	张裕海	
2020年7月15日 11:00-12:00	有害健康的八 种行为	张裕海	
2020年7月15日 14:00-15:00	常见的健康生 活方式	张裕海	
2020年7月15日 15:00-16:00	合理膳食的原 则	张裕海	

广东茂名健康职业学院
医学技术系

2020年7月15日

三下乡出行的注意事项

1. 出发：2021.5月1号早上八点出发
回校：2021.5月3号晚会结束
2. 参与人员听从指挥，安全第一，注意人身、财务，饮食、交通等安全，做好各项应急准备。服从队伍/队长的安排，出行途中不可以私自出行离开队伍，不可以擅自行动、结对外出，要私自离开必须得到队伍的同意，时刻与队伍取得联系
3. 同学之间要相互扶持，相互帮助，积极完成自己的本职任务，把自己的精神面貌提起来
4. 了解当地的风俗习惯,...不要作出过激的行为
5. 注意礼仪礼节，热情服务的态度，确保安全的前提下完成任务，体现茂健学子良好的精神面貌，注意自己的言行,礼貌，时刻保持微笑，
6. 清楚自己这次的目的.计划做详细一点,联系实际,多做实在一点的事.
7. 时刻保持手机 24 小时开机
8. 准备好最基本的药品. 如消毒的, 过敏的, 感冒的. 拉肚子的...
9. 各实践团队要遵循汇报制度，到达实践地点或离开大本营，如有紧急情况需要向负责老师汇报状况（张裕海老师：19866248278）

广东茂名健康职业学院医学技术系赴高州市南塘镇 开展暑期三下乡社会实践活动

为深入学习贯彻习近平新时代中国特色社会主义思想，切实落实立德树人根本任务，把党史学习教育融入“我为群众办实事”中去，发挥高校人才优势助力乡村振兴，广东茂名健康职业学院医学技术系于2021年7月15日至7月20日赴高州市南塘镇开展暑期三下乡社会实践活动，得到了南塘镇政府和村民的广泛认可。



图 高州市南塘镇任洪佳镇长为实践团队颁发锦旗

7月15日上午，社会实践团队抵达高州市南塘镇经过简单的休整便开始了为期两天的卫生健康调研工作。随后的几天时间里，社会实践团队参观调研了南塘镇乡村振兴成果——南塘镇平乐垌村古郡水城，携手高州市南塘镇戒毒康复服务中心开展了营养膳食咨询与禁毒宣传活动，通过膳食金字塔和禁毒宣传展板向市民展示了合理的营养膳食结构及毒品的危害性，给广大村民上了一堂生动的科普课。

7月18日，社会实践团队联合高州市南塘镇全体镇干部、圩镇机关负责人开展了创文巩卫专项整治行动，对南塘镇圩街进行了全面彻底的整治。据了解，本次专项整治行动是严格按照创建广东省文明卫生城镇标准执行的，社会实践团队连同镇干部、圩镇机关负责人近百人参加了行动，合计整治三小场所、卫生死角30多处，卫生文明劝导50多人次，取得了良好的效果。下午，社会实践团队协助南塘镇创卫工作领导小组入户签订了门前三包责任承诺书。



图 部分活动现场

7月19日，社会实践团队分为三个活动小组开展实践活动。第一小组由广东茂名健康职业学院“双师型”教师、茂名市名医师余登良老师带领到南塘镇邮政局门前开展义诊活动，师生运用医学专业知识群众办实事、解困难。同时，医学技术系张清露主任、陈宇涛老师和张裕海老师分别组织第二、第三小组分赴南塘镇爱迪艺术幼儿园和大井镇童真幼儿园开展学龄前儿童蛲虫防治健康知识讲座。活动取得了良好的社会反响。

7月20日，为深入党史学习，挖掘茂名本地红色基因，社会实践团队在张裕海老师的带领下前往高州市革命历史博物馆参观学习，深入了解了高州人的革命奋斗史。期间，张裕海老师带领全体队员在党旗下进行了庄严宣誓。随后，

全体队员还参观了广东省爱国主义教育基地高州冼太庙，领略了巾帼英雄第一人的风采及南粤好心精神，使整个暑期社会实践活动的意义得到了全面升华。



图 实践团队到高州市革命历史博物馆参观学习

大学生暑期三下乡社会实践活动是由共青团中央提出，中央宣传部、国家科委、农业部、文化部等十部委联合发起的一项大学生服务社会活动。广东茂名健康职业学院医学技术系全体师生牢牢把握党史学习教育的主旋律，把党史学习教育融入思政育人全过程，结合自身办学特色和专业背景深入为群众办实事。本次活动是我系贯彻落实了全国职业教育大会精神，为乡村振兴助力的具体体现。

撰稿：张裕海、周晓珊

初审：陈宇涛

终审：卢庆芳

