

2023年帮助别人快乐自己级 演讲稿帮助别人快乐自己(大全8篇)

民族团结是中国特色社会主义事业的重要支撑，是实现社会主义现代化的必然要求。怎样加强民族团结教育，是培育民族团结力量的重要推动力。以下是小编为大家整理的民族团结典型事例，值得我们深思和借鉴。

帮助别人快乐自己级篇一

“帮助他人，快乐自己。”这句公益广告语，相信大家是不会陌生的了。赠人玫瑰，手留余香。我们去帮助别人，别人得到了快乐，自己也因为别人的快乐而有一种幸福的感觉。

什么是快乐？《汉语辞典》的解释是：“使人感到幸福与满意”。生活中的你我他，谁没有这样或那样的难题与困惑？诚如科学家爱因斯坦所说：“只要你有一件合理的事去做，你的生活就会显得特别美好”。

我记得《读者》杂志上有一篇文章中这样写道，“帮助他人好比自己只是与大家一起分享了兜里的两块糖，同时也能让自己品味到从未品味到的甜蜜。其实，快乐和幸福，就像阳光一样无所不在。一个人，无论身处怎样的境遇，只要他怀揣着两块糖，一块慷慨地赠人，一块留下自己慢慢品尝，就自有真实的快乐如泉水涌来，自有绵绵的幸福飘逸在生活当中。”我们生活在大千世界，为什么不让自己快乐地生活呢？我们给予他人的帮助就像一个接力棒，你传递给他人，他人传递给另外一个人，这样快乐就会传递到更多人那里。我们生活在社会这个大家族里，我们就能接触很多需要帮助、需要关爱的人。人喜欢被他人关心的感觉。我们遇到难题都希望得到他人的帮助，我们帮助他人的同时，也是帮助自己。

人生其实是很公平的，你付出多少，就会用不同的方式得到回报。你播种什么就会收获什么，你给予什么就得到什么。同在一片蓝天下，只要我们心中时刻想着他人，大家互助互爱，我们的生活就会变得更加美好，我们这个大家庭也会更加和睦！

助人为乐是我们的传统美德，为何不把这种美德发扬下去呢？帮助他人，快乐自己，是多么愉悦的事情。

尊敬的各位领导、老师，亲爱的同学们：

上午好。

今天我演讲的题目是：《帮助别人，快乐自己》。“帮助别人，快乐自己。”这句公益广告语，相信大家都不陌生。很喜欢这句话，因为这简简单单的八个字，不仅浓缩了雷锋叔叔一生的精华，也阐释出了人生的真谛。

三月的轻风柔柔地吹开含苞的花朵，当芬芳散播开来，风儿旋起轻盈的脚步翩然而去……和煦的阳光暖暖地晒着大地，当小草钻出地面，太阳缓缓地舒了口气，空气中弥漫着香草的气息……缠绵的细雨丝丝洒向田里，当麦田睁开惺忪的睡眼，雨水微笑着停下匆匆的脚步……在这明媚的春光中，遍布着助人为乐的身影。我看到有人扶起摔倒的小妹妹。我看到有同学扶起斜在地上的广告牌，我看到有人主动让出座位……二我弯下腰捡起脚边的垃圾，却在抬头后的瞬间看到一块整洁的草坪！

助人为乐乃是我中华民族千年的优良传统，作为21世纪的新青年，我们更应展示出最耀眼的光彩！我愿做三月的轻风，揭开春的帷幕；我愿做和煦的阳光，缠绵的细雨使万物复苏；我愿做千千万万中华儿女中平凡的一个，给与别人小小的帮助！

亲爱的同学们，此刻，请铺平我们的心海，用淡淡的笔墨写

下：帮助别人，快乐自己！

帮助别人快乐自己级篇二

每年的3月5日，是学雷锋日。每到这个日子，我们积极响应学校开展的学雷锋活动，帮助有困难的人。这不，利用双休日的时间，我们去孤寡老人家里献爱心了。

星期六早晨，我们提着礼物来到我们村上的孤寡老人李爷爷家。李爷爷看到我们，先是觉得十分奇怪，知道我们是来献爱心，满面红光地把我们迎了进去。一走进李爷爷家，漫天的`灰尘扑面而来，李爷爷家好像好长时间都没有打扫了，床上随意地放着一件又一件的衣服。李爷爷尴尬极了，不好意思地说：“我这好久也没打扫了，别见怪啊！”“没关系，我们几个帮您打扫，好不好？”我赶紧说。“这怎么好意思呢？你们都是客人呀！”李爷爷忙摆摆手说。胡晚亭说：“李爷爷，就让我们帮您打扫嘛！也算是我们的一番心意。”

说干就干！胡晚亭立即给我们分配任务，我被分到了扫地一组。我拿起扫把，先从李爷爷的房间开始扫起。我搬起堆在地上的箱子，把下面的灰尘扫了起来，再把床下的灰尘扫出来。整个房间就像脱去了一层外衣，变得轻盈、干净、明亮了许多。再看看别的同学干得怎么样。只见胡晚亭奋力地擦着桌子上的灰尘，不一会儿，原本干净的，抹布变成了像熏过墨水的黑布。孙曦也在洗碗，经过她的清洗，一个个碗变成了像刚买来时的一样，亮闪闪的。

经过我们所有人的努力，李爷爷家变得一尘不染起来。李爷爷看到我们劳动后的成果，开心地笑了。看到李爷爷开心的笑容，我们心中也乐开了花。

帮助别人，真的是一件十分快乐的事。今后，我一定要多去

帮助有困难的人。

帮助别人快乐自己级篇三

记得今年放暑假在姥爷家，这正是收麦子的季节。姥爷家的房上晒着今年新丰收的金灿灿的麦粒。

上午，阳光明媚。姥爷把麦粒均匀地撒放在房上，每过半个小时姥爷都要跑到房上翻晒一下。为的是让麦粒快一点干，到了中午，因为好奇我和姥爷一起去趟麦粒，脱了鞋，在滚烫的麦粒上一遍又一遍的趟来趟去，一次、两次、三次.....汗水打湿了我 and 姥爷的衣襟，我深深地感受到了大人的辛苦，到下午四点多西北方向飘过一片乌云，姥爷说：马上就要下雨了，我们要快点把麦粒据起来盖上，说着，姥爷就拿起铁锹和扫帚来到房上，姥爷用铁锹一锹一锹的在前边据，我用扫帚在后边一下一下的跟着扫，不一会儿，我和姥爷就把家里的麦子据在了一一起盖好。

正准备下房时姥爷回头一望，邻居四姥爷家的麦粒还没有据起来，四姥爷家里没人，我和姥爷又跑到四姥爷家的房上，开始收了起来，眼看雨点落了下来，看着满房的麦子没据完姥爷一边干着一边说：咱们快点干，雨呀再慢点下，要不今年的收成全完了，雨点越来越大我和姥爷焦急的干着，这时邻居的姑姥和舅舅们也跑来帮忙，真是人多力量大，没过多久，我们就把邻居四姥爷家的麦粒抢收了起来。

回到屋里，大家身上的衣服都淋湿了，姥爷说：这可真是天有不测风云，这雨说下就下，咱们要不帮忙把你四姥爷家的麦子据好盖好，那你四姥爷他们今年的口粮全没了，我听着这不懂非懂的话，看着满身的湿衣服我的脸也露出了笑容，因为我们做了件好事，正说着四姥爷推看门进来了，看着我们淋湿的衣服眼睛装满了感激的泪花，连声说着：谢谢！

通过这件小事我深深地体会到：谁知盘中餐，粒粒皆辛苦的

含义，也通过这件小事也让我体会到了助人为乐的喜悦和欣慰。

帮助别人快乐自己级篇四

夏日的午后，炽热的太阳把大地都烤焦了。我嘴里吃着一个冰激凌，手里拿着一个冰激凌向家奔去。忽然有人拽住了我的衣服，我以为是一个熟人跟我打招呼，便笑咪咪地回过头。但站在我面前的那个人却令我大吃一惊。

他的头发又脏又乱，上面落满了灰尘，用鸟窝来形容真是最恰当不过了。他又瘦又弱，看上去只有八九岁，但他的衣服却是那么肥大，一点儿也不合身，还脏兮兮的。裤子更是破烂不堪，脚上的凉鞋也大得很不合脚，两边还裂开了缝。我不禁看呆了。“我可不认识他，他干嘛拍我。”我暗自思索道。“我也想吃。”他说着指了指我手中的冰激凌。我这才缓过神来。看他的样子，一定饿坏了。手中的冰激凌被太阳晒得已开始慢慢地融化。把冰激凌给了他后，我又飞速地跑到路旁的商店里，用钱买了一个面包和一袋饼干。我把这些食物都递给了他。他望着我，眼神里充满了感激。看着他那真诚的眼神，我也为自己的行为而感动了。他真是饿极了，狼吞虎咽地吃了起来，不一会儿就风卷残云。我天生充满了好奇心，又见他这么可怜，便问他几岁了，叫什么名字，上学了没有，家住在哪里，为什么不回家等等。但他都沉默不语，只说自己叫毛毛。（）

这是，妈妈走了过来。见我出来这么就，妈妈便着了急。我连忙把自己的经历告诉了妈妈。妈妈一向富有爱心，便对我说道：“咱们把他送到救助站吧。”我连忙点头称是。救助站离我家并不远，我们决定骑车前去。从我们回家推车到返回来，毛毛一直都静静地站在那里等候。

通过这次偶然的遭遇，我感受到了帮助他人，自己将是多么的快乐。因此，以后我将会尽我所能的去帮助他人，这样我就会收获最大的快乐。

帮助别人快乐自己级篇五

马上就要读初一了，学习越来越忙碌了！

这不，我正在自家院子里学习洗衣服呢！为自己升初一做准备，刚玩了一场刺激的游戏，出了满头大汗，我就去洗澡了，刚准备去洗澡，转念一想，不如给爸爸妈妈也打好热水吧，免得他们回来还要打水，于是，我又拎了二个水桶去打水。

跑了两趟有点累，但心里很高兴，于是，我一边洗澡，一边听外面传来的脚步声，他们一回来了，我就兴奋的说了一声：“我帮你们打好水了，你们不用打了”。可他们都说：“知道了”。

可我觉得很失落，我多么想听他们说一声感激而兴奋的话呀！可仿佛他们都觉得我这么做是理所当然的，帮同学打水是我应该的，又何必央求他人的感激呢？其实，我帮助别人，也是给予人爱，试想，谁没有帮助过别人呢！在帮助别人的途中，也要思考，为什么要别人的感激与回报呢！

帮助别人是一件好事情，但要让自己在帮助他人中获得快乐，就不要要求他人的任何感激与回报。

帮助别人快乐自己级篇六

爱的力量是无比大的，爱的色彩是无比美的，她可使心中有爱的人幸福，贡献出爱的人快乐，得到爱的人欢笑。可使家庭美满，使社会安定，使世界和平。关心、宽恕和体谅都是

爱，让我们一起把爱贡献出来，给社会，给世界，给人间，使人间处处有温暖，处处有温情，处处都有爱。你们大家一定都帮住过身边的许多人，比如，看到同学有困难，我们要伸出友谊之手。看见爸爸妈妈做家务活劳累的时候，我们要伸出勤劳之手。看见身边的人有困难，我们要伸援助之手。

我帮助过许多人，有同学叶礼达，有街边过马路的老人……

有一天，我的同班同学叶礼达，简单的说他名字叫做叶达。叶达今天忘记带铅笔了，一下课就跑去向别人借铅笔。有些同学不借，有些同学只剩一只笔了“叮铃铃、叮铃铃”上课铃声响了，叶达只好垂头丧气地回到了座位。自习课老师来了，东张西望一下，看见黑板上有四项语文作业，就让同学们写作业，教室里顿时响起了掌声，然后就立刻做起作业来，只有叶达呆呆地坐在位置上，不管风吹草动，他纹丝不动。我好奇地问他：“你怎么不写作业？”他低着头说：“我忘记带铅笔。”我听了叶礼达的话，连忙把自己的自动笔借给了他，叶礼达连忙说了一声谢谢。

20xx年的夏天我帮助妈妈洗碗。记得那一天，我刚满六岁，妈妈在家里大扫除，从8点忙到14点还在忙，我就说：“妈妈我来帮你吧。”妈妈说：“你还小，不要做家务活”。我偏要做，妈妈只好让我去洗碗。在洗碗的时候，一不小心把铁碗给摔在了地上，我赶紧把它拿了起来。碗洗好了，妈妈说我是做事小能手，我开心地笑了。

生活中，我们身边处处有要帮助的人，伸出你的手，献出你的爱，伸出我的手，献出我的爱，身出大家的双手，让这个世界更美好。

帮助别人快乐自己级篇七

今天晚饭后，妈妈允许我到楼下去玩一会儿。我非常开心，

便一蹦一跳的下楼了。

刚到楼下，正准备拿出毽子来踢，突然传来了小朋友的哭声，“呜呜呜……我腿受伤了，好疼啊！”我闻声跑去，只见一个看上去大概三四岁左右的小弟弟，正坐在地上一边流着眼泪一边用手擦着鼻涕，嘴里还不时地喊着“疼”，再定睛一看，鲜红的血液顺着小弟弟的腿流了下来……我顾不上多想，管他三七二十一，立刻跑过去把小弟弟背了起来。可进入楼梯口刚爬了几级台阶，就开始感觉到吃力了，这时一个不小心跪在了台阶上，差点摔跤。一阶、二阶……我的额头开始冒汗了，“没想到这个小弟弟虽然看上去个子不是太高，份量还挺重的嘛！这里要是有个电梯该多好啊！”我在心里嘀咕着。就这样，一楼、二楼、三楼，再爬一楼就到家了，这时背上的小弟弟不哭了，而且还兴奋的喊道：“姐姐，加油啊，加油！”看着他那似乎幸灾乐祸的样子，还真拿他没办法。

终于到家了。我向妈妈说明了原因，很快，妈妈帮小弟弟消毒并包扎好伤口，还嘱咐我一定把小弟弟送到自己家里。

帮助别人快乐自己级篇八

前几天，学校号召学习雷锋，我暗下决心，一定要向雷锋叔叔学习，做一个雷锋式的好少年。

我心想：不就是做好事吗？班里该做的好事有好多呢？我就从班级下手吧！

下课了，我灵机一动，擦黑板不就是做好事吗？于是，我跳到黑板前，抓起一块抹布就开始擦，准备把黑板上的题全擦完。可是，才擦了一半，同学们的抗议声就传来了：“徐子惠，我还没抄完呢！”我只好又把本子上的题又一点一点的抄到黑板上去。

有一次，我正在看书，妈妈叫我帮她买瓶酱油，我开心的想：帮助妈妈做家务也是好事呀！我就跑去了商店，买完酱油，我正想回家，突然发现了一个大约5岁的小女孩在哭泣，我关心地问她：“小妹妹：你怎么了？”她哭着对我说：“大姐姐，我找不到妈妈了，回不了家了。”我又问她：“你妈妈的电话号码是多少？”“138*****”小女孩答到，我从口袋里掏出了我心爱的小白熊手机，拔出了号码，她妈妈来了，接走了小女孩，我也开心地回家了。

我回家后，妈妈好奇地问我：“为什么这么晚才回来？”我把事情一一对妈妈讲述了一遍，妈妈说：“我女儿成小雷锋了！”听了妈妈的夸奖我很开心。

帮助他人，快乐自己，让我们都去做一个雷锋式的好少年！