

最新戒烟的倡议书(实用9篇)

每个人都曾试图在平淡的学习、工作和生活中写一篇文章。写作是培养人的观察、联想、想象、思维和记忆的重要手段。写范文的时候需要注意什么呢？有哪些格式需要注意呢？以下是我为大家搜集的优质范文，仅供参考，一起来看看吧

戒烟的倡议书篇一

各位领导、同事、朋友：

众所周知，吸烟会对人体健康构成的极大危害。吸烟与肺癌、慢性支气管炎、心血管疾病等神经系统疾病关系密切。研究显示，吸烟者比普通人患上心脏病的机会高两至三倍。被迫吸入二手烟更会增加患上肺癌、心脏病、中风等致使疾病的机会。全球每年有没有400万人命丧于吸烟。

自2011年5月1日起，卫生部新版《公共场所卫生管理条例实施细则》开始实施。《细则》明确规定：室内、公共场所禁止吸烟。为了您和他人健康、为树立和展现我司良好的精神面貌，养成良好文明的生活习惯，创造文明、洁净、优美的厂区环境，我们向全公司员工发出以下倡议：

- 1、自觉遵守公共场所及厂区内吸烟的规定，从自身做起，从现在做起。
- 2、增强自我控制能力，自觉抵制诱惑，提倡不吸烟，提倡互不敬烟。
- 3、在厂区道路上、生产作业区、办公室、办公楼楼道等公共场所不吸烟，不准将烟头随地乱扔，做戒烟先锋。
- 4、如在禁止吸烟的厂区内发现有人吸烟或将烟头随便乱扔，及时主动劝阻。

5、在厂区道路上、生产作业区、办公室、办公楼楼道等公共场所张贴戒烟标识，提示戒烟，如吸烟请到指定胡的烟区并将烟头放入指定的垃圾桶内。

烟民朋友们，“健康钥匙”就在自己手里。吸烟既是对自己的身体健康的一种摧残，也是对他人的一种无形伤害。戒烟不但能提高个人的健康水平，改善个人的生活质量、延长个人的寿命，而且也是公益行为。

为了您和他人的身体健康，让我们携起手来，投入到戒烟的运动中，倡导一种健康的生活方式，创造“无烟浩信”，远离“烟雾”，远离不良生活方式，远离疾病，以健康的体魄投入到工作与生活。

戒烟的倡议书篇二

xxx□

据报载，一支香烟里的尼古丁足以杀死一头牛，多么可怕的事实！也许你们认为，这只是书上说说而已，从来没有见过有人吸了一支烟后有事，这正是香烟的可怕之处。在你们养颐生息、悠然自得之中，它戴着伪善的面具正逐步侵蚀你、破坏你。更为可怕的是，众多吸烟者的背后是更多的被动吸烟者，你们一支烟中有大半是为你们的父母、妻子、孩子和身边的同事准备的，而且是你们活生生硬塞给他们的“定时炸弹”，成年累月的积累，说不定哪天就要爆发。医学实验证明，大量吸烟会影响到人体的所有器官和细胞组织，导致各种疾病的产生，诸如慢性气管炎、肺气肿和肺癌等，吸烟有害健康已成为全世界的共识。

为了摒弃吸烟的陋习，营造一个健康、清洁、无烟的社会环境，倡导科学、文明、健康的生活方式，提高全民健康素质。我们在此向全校师生发出以下倡议：

一、提高控烟意识，积极投身“拒绝吸烟、健康文明”活动中去，从我做起，从今天做起，坚决杜绝吸烟这种不文明行为！

二、学校教室、办公室、会议室、图书室、实验室以及运动场等公共场所禁止吸烟，积极开展争创“无烟班级”、“无烟办公室”、“无烟家庭”活动，营造无烟环境。

三、学生要增强自我控制能力，自觉抵制诱惑，拒绝第一只烟，不做吸烟的新一代，珍爱生命，拒绝吸烟。

四、教师要注意自身形象，坚决不在学校的教学区、办公区、运动场、会议室等公共场所吸烟，不在学生面前吸烟，并逐步戒烟，努力营造不吸烟的育人环境。

五、掌握烟草危害及戒烟知识，并能劝诫和帮助家属、朋友、同事、同学等人停止吸烟，对已开始吸烟的师生应有坚强的意志和信念去戒烟。

六、全校师生积极参与创建无烟校园宣传活动，广泛宣传吸烟有害健康的卫生知识，自觉遵守公共场所禁止吸烟的规定，主动拒绝吸烟，提倡互不敬烟并劝阻他人不吸烟。

各位老师和同学们，为了自己和他人的身体健康，让我们共同努力，远离烟草，做不吸烟的新一代，共同营造一个无烟、文明的绿色校园。

倡议人□xxx

20xx年x月x日

戒烟的倡议书篇三

全院的医务人员□xxxxxxxxx员、共青团员和职工同志们：

办公室烟雾腾腾、牙齿烟斑、手指皮肤烟染黄斑，这是否符合救死扶伤白衣天使的形象？

更重要的是——您的健康，对您的父母、妻儿、亲朋以及您的病人是否重要？

戒烟、禁烟对维护、管理、运行好新住院大楼、塑造人民医院新形象至关重要，更是我们医院每一位职工义不容辞的责任。我们坚信：医院的每一位职工都会自觉承担起这份责任和义务。

倡议人□xxx

20xx年xx月xx日

戒烟的倡议书篇四

全体教职员工朋友们：

为提高我校文明程度，提倡社会公德意识，戒除不良嗜好，养成良好的生活卫生习惯，还自己、身边的人和家人一个健康，全面贯彻国务院及北京市有关戒烟文件精神，为此我们向全体教职工发出戒烟倡议：

- 1、自觉遵守公共场所禁止吸烟的规定，带头不吸烟，并劝阻他人吸烟。
- 2、在工作及各类公务活动和社会活动中主动不敬烟，不接受敬烟。
- 3、积极宣传公共场所禁烟的规定，宣传吸烟有害健康的卫生常识，教育子女及亲朋好友不吸烟，为患者及周围的人做戒烟表率。

让我们从现在开始，从自己做起，自觉成为戒烟的榜样！禁烟的模范！教育工作者是阳光下最高尚的职业，是社会文明最显著的标志，在全社会具有特殊的示范作用，因此要革除吸烟，尤其在公共场所吸烟的陋习。创建和谐社会、创建文明校园、创建无烟学校，我们老师一定要率先垂范，给我们的学生、给我们自己创造一方洁净的乐土。

……所以选择了戒烟，你就选择了一个健康清新的生活。

朋友们，请响应我们的倡议，让吸烟现象在我们的校园里销声匿迹！让我们一起行动起来，抵制香烟，为创造良好的校风，创造一个文明、优美、和谐的校园环境贡献我们的力量！

亲爱的朋友们：

据报载，一支香烟里的尼古丁足以杀死一头牛，多么可怕的事实！也许你们认为，这只是书上说说而已，从来没有见过有人吸了一支烟后有事，这正是香烟的可怕之处。在你们养颐生息、悠然自得之中，它戴着伪善的面具正逐步侵蚀你、破坏你。更为可怕的是，众多吸烟者的背后是更多的被动吸烟者，你们的一支烟中有大半是为你们的父母、妻子、孩子和身边的同事准备的，而且是你们活生生硬塞给他们的“定时炸弹”，成年累月的积累，说不定哪天就要爆发。医学实验证明，大量吸烟会影响到人体的所有器官和细胞组织，导致各种疾病的产生，诸如慢性气管炎、肺气肿和肺癌等，吸烟有害健康已成为全世界的共识。

刚才baidu了一下，香烟烟雾中的毒物焦油，尼古丁及一氧化碳，都会对人们的心脏，动脉，食道，肺，膀胱，口腔及喉部造成较为严重的影响。

然而，时代的变迁，引起人们审美观念不断地变化，吸烟逐渐成为一些女性心目中前卫的标志，似乎吸烟更能使女性显得“集成功与美丽于一身”，这是一个“美丽的误区”。医

学研究表明，女性吸烟危害更多，玩“酷”的代价是极其昂贵的。因为身边有不少女性朋友在吸烟，所以在这里要重点说一下吸烟对女性健康的危害。以下就是女性吸烟影响健康与美丽的几点：

1、影响美容：吸烟的女性皮肤比不吸烟女性要显得衰老，吸烟女性出现皱纹较不吸烟女性多2倍，尤其是两眼角、上下唇部及口角处皱纹明显增多。吸烟时烟中有害成分不断侵害着血管，造成营养吸收障碍，从而使皮肤衰老，失去弹性和光泽。

2、生育能力下降：吸烟妇女易患不孕症。每天吸烟12支以上的孕妇，其流产率比不吸烟孕妇高一倍以上；吸烟妇女早产发生率是不吸烟妇女的两倍。吸烟还将使女性绝经期平均提前3年。

3、影响胎儿：吸烟孕妇其胎儿畸形的发生率是不吸烟妇女的2—3倍。此外，研究表明，孕期吸烟对孩子体格增长、智力发育和行为特征的影响至少延续到11岁。吸烟使乳汁分泌减少，尼古丁还可随血液进入乳汁。这对婴儿的健康是严重威胁。

4、易患心血管病：每天吸1—4支烟的妇女患中风的可能性比不吸烟妇女大1倍多，吸烟超过5支的则要大5倍多。值得一提的是，吸烟女性若同时口服避孕药，其患冠心病的可能性将是不吸烟女性的10倍。

5、易患癌症：吸烟女性患肺癌的危险性比不吸烟者高5.5倍，患乳腺癌的危险比不吸烟者高40%，患宫颈癌的比不吸烟妇女高14倍，患卵巢癌的危险性高28倍。

6、最重要的是当心没有男人敢要。

为了提高社会文明程度，保障人民身体健康，提倡社会公德意识，养成良好的生活卫生习惯，最大限度的减少吸烟造成

的危害，我倡议：

- 1、自觉遵守公共场所禁止吸烟的法规，带头不吸烟，并劝阻他人吸烟。
- 2、在各类公务活动及社会活动中主动不敬烟，不接受敬烟。
- 3、积极宣传公共场所禁烟的规定，宣传吸烟有害健康的卫生常识，教育子女及亲朋好友不吸烟。

请大家远离香烟。

戒烟，从现在开始。。。。。

戒烟的倡议书篇五

亲爱的朋友们：

据报载，一支香烟里的尼古丁足以杀死一头牛，多么可怕的事实！也许你们认为，这只是书上说说而已，从来没有见过有人吸了一支烟后有事，这正是香烟的可怕之处，戒烟倡议书。在你们养颐生息、悠然自得之中，它戴着伪善的面具正逐步侵蚀你、破坏你。更为可怕的是，众多吸烟者的背后是更多的被动吸烟者，你们的一支烟中有大半是为你们的父母、妻子、孩子和身边的同事准备的，而且是你们活生生硬塞给他们的“定时炸弹”，成年累月的积累，说不定哪天就要爆发。医学实验证明，大量吸烟会影响到人体的所有器官和细胞组织，导致各种疾病的产生，诸如慢性气管炎、肺气肿和肺癌等，吸烟有害健康已成为全世界的共识。

刚才baidu了一下，香烟烟雾中的毒物焦油，尼古丁及一氧化碳，都会对人们的心脏，动脉，食道，肺，膀胱，口腔及喉部造成较为严重的影响。然而，时代的变迁，引起人们审美观念不断地变化，吸烟逐渐成为一些女性心目中前卫的标志，似乎吸

烟更能使女性显得“集成功与美丽于一身”，这是一个“美丽的误区”。医学研究表明，女性吸烟危害更多，玩“酷”的代价是极其昂贵的。因为身边有不少女性朋友在吸烟，所以在这里要重点说一下吸烟对女性健康的危害。以下就是女性吸烟影响健康与美丽的几点：

1、影响美容：吸烟的女性皮肤比不吸烟女性要显得衰老，吸烟女性出现皱纹比不吸烟女性多2倍，尤其是两眼角、上下唇部及口角处皱纹明显增多，倡议书《戒烟倡议书》。吸烟时烟中有害成分不断侵害着血管，造成营养吸收障碍，从而使皮肤衰老，失去弹性和光泽。

2、生育能力下降：吸烟妇女易患不孕症。每天吸烟12支以上的孕妇，其流产率比不吸烟孕妇高一倍以上；吸烟妇女早产发生率是不吸烟妇女的两倍。吸烟还将使女性绝经期平均提前3年。

3、影响胎儿：吸烟孕妇其胎儿畸形的发生率是不吸烟妇女的2—3倍。此外，研究表明，孕期吸烟对孩子体格增长、智力发育和行为特征的影响至少延续到11岁。吸烟使乳汁分泌减少，尼古丁还可随血液进入乳汁。这对婴儿的健康是严重威胁。

4、易患心血管病：每天吸1—4支烟的妇女患中风的可能性比不吸烟妇女大1倍多，吸烟超过5支的则要大5倍多。值得一提的是，吸烟女性若同时口服避孕药，其患冠心病的可能性将是不吸烟女性的10倍。

5、易患癌症：吸烟女性患肺癌的危险性比不吸烟者高5.5倍，患乳腺癌的危险比不吸烟者高40%，患宫颈癌的比不吸烟妇女高14倍，患卵巢癌的危险性高28倍。

6、最重要的是当心没有男人敢要。

为了提高社会文明程度，保障人民身体健康，提倡社会公德意识，养成良好的生活卫生习惯，最大限度的减少吸烟造成的危害，我倡议：

- 1、自觉遵守公共场所禁止吸烟的法规，带头不吸烟，并劝阻他人吸烟。
- 2、在各类公务活动及社会活动中主动不敬烟，不接受敬烟。
- 3、积极宣传公共场所禁烟的规定，宣传吸烟有害健康的卫生常识，教育子女及亲朋好友不吸烟。

请大家远离香烟。

戒烟，从现在开始。。。。

戒烟的倡议书篇六

xxx□

我国人口死亡的主要原因包括：肺癌、冠心病和慢性阻塞性肺气肿，而吸烟正是导致以上三种疾病的主要元凶。据英国权威机构资料分析，吸烟造成的致命性疾病约有40多种，其中仅癌症一类疾病就有多种，如口腔癌、食道癌、喉癌、肺癌、胰腺癌、胆囊癌和子宫内膜癌等等。吸烟已成为严重危害健康、危害人类生存环境、降低人们的生活质量、缩短人类寿命的紧迫问题。

医院作为医疗卫生服务的直接提供者和健康守护者，在保证为病人提供良好的医疗服务与就医环境的同时，更需要为老百姓树立正确的健康观念。营造无烟草污染的就医环境，降低吸烟率，是医院义不容辞的责任。医务人员不仅要带头积极拒烟、控烟，戒掉吸烟陋习，不当“烟民”，更要当好禁烟的宣传者，形象人，积极参与禁烟行动之中。在此，医院

向全院职工发出以下倡议：

- 1、“吸烟有害健康，为了您的健康，让我们携手共创无烟医院，构筑和谐就医环境。”无烟医院有利于医护人员及病人的身心健康，因此，我们倡议在医院禁止吸烟，倡导文明健康的行为方式。请相互监督，及时制止身边抽烟的人。
- 2、自觉拒绝烟草，远离烟草危害。提倡树立吸烟危害自己及他人健康的理念。吸烟的职工要强化保护他人健康的意识，不在公共场所吸烟，不在同事、朋友和家人面前吸烟特别是在病人面前吸烟，并逐步戒烟。
- 3、努力营造“无烟医院”的良好氛围，要把开展禁烟活动当做“关爱他人生命，维护他人健康”的医德行为，当做一种现代服务理念扎扎实实行到日常工作的始终，耐心细致地做好患者、家属和来访者的禁烟工作。
- 4、踊跃投入到禁烟宣传活动中，广泛传播烟草危害健康的知识，积极宣传禁烟。

为营造禁烟的良好社会环境，倡导科学、文明、健康的生活方式，提高全民的健康素质，让我们积极行动起来，从我做起，从身边做起，为创造一个文明、舒适的无烟医院而共同努力！

倡议人□xxx

时间□xx年xx月xx日

戒烟的倡议书篇七

各位领导、同事、朋友：

众所周知，吸烟会对人体健康构成的极大危害。吸烟与肺癌、

慢性支气管炎、心血管疾病等神经系统疾病关系密切。研究显示，吸烟者比普通人患上心脏病的机会高两至三倍。被迫吸入二手烟更会增加患上肺癌、心脏病、中风等致使疾病的机会。全球每年有400万人命丧于吸烟。

工厂从6月份全员开展戒烟活动，为了您和他人健康、为树立和展现最美东风日产人良好的精神面貌，养成良好文明的生活习惯，创造文明、洁净、优美的厂区、车间环境，我们向车间全体员工发出以下倡议：

- 1、自觉遵守厂区内戒烟活动的管理规定，从自身做起，从现在做起。
- 2、增强自我控制能力，自觉抵制诱惑，提倡不吸烟，提倡互不敬烟。
- 3、在餐厅楼下、卫生间、办公室不吸烟，做戒烟先锋。
- 4、如在厂区和车间内发现有人吸烟，请及时主动劝阻。
- 5、在作业区、办公室、餐厅、卫生间等公共场所张贴戒烟标识，提示戒烟。

烟民朋友们，“健康钥匙”就在自己手里。吸烟既是对自己的身体健康的一种摧残，也是对他人的一种无形伤害。戒烟不但能提高个人的健康水平，改善个人的生活质量、延长个人的寿命，而且也是公益行为。

为了您和他人的身体健康，让我们携起手来，投入到戒烟的活动中，倡导一种健康的生活方式，远离“烟雾”，远离不良生活方式，远离疾病，以健康的体魄投入到工作与生活中。

倡议人□xxx

时间□XX年XX月XX日

戒烟的倡议书篇八

全院的医务人员、*****员、共青团员和职工同志们：

办公室烟雾腾腾、牙齿烟斑、手指皮肤烟染黄斑，这是否符合救死扶伤白衣天使的形象？

更重要的是——您的健康，对您的父母、妻儿、亲朋以及您的病人是否重要？

戒烟、禁烟对维护、管理、运行好新住院大楼、塑造人民医院新形象至关重要，更是我们医院每一位职工义不容辞的责任。我们坚信：医院的每一位职工都会自觉承担起这份责任和义务。

全体*****员、工会委员和共青团员们！

让我们从现在开始，从自己做起，自觉成为戒烟的榜样！禁烟的模范！让我们天使的形象更纯洁更神圣！让我们拥有健康！

戒烟的倡议书篇九

亲爱的同事们：

“吸烟有害健康”是全人类的共识。科学家们经过深入研究发现，长期吸烟者的肺癌发病率比不吸烟者高20倍，喉癌发病率高10倍，气管炎发病率高8倍。被动吸烟的危害更大，每天平均1小时的被动吸烟就足以破坏动脉血管。

为了提高行政机关文明程度，保障我们的'身体健康，养成良好的生活卫生习惯，最大限度地减少吸烟造成的危害，分局

向全局干部职工发出戒烟倡议：

1. 积极响应两办《关于领导干部带头在公共场所禁烟有关事项的通知》的号召，宣传公共场所禁烟的规定，宣传吸烟有害健康的卫生常识，教育子女及亲朋好友不吸烟，为子女及周围的人做戒烟表率。
2. 不在社会公共场所抽烟，在工作及各类公务活动和社会活动中不吸烟，不敬烟，不接受敬烟。
3. 不在办公室及办公楼吸烟，树立良好的形象，保持文明、洁净、优美的工作环境。
4. 加强体育锻炼，培养健康的身体和健全的人格，提高自身素质。

同事们，让我们一起携手来抵制烟草，远离吸烟，形成良好的工作生活风气，共同建设我们整洁、文明的绿色和谐社会。

倡议人□xxx

xxxx年xx月xx日