

2023年演讲稿最后一句话 呼吁戒烟的演讲稿(优质10篇)

演讲稿是演讲者根据几条原则性的提纲进行演讲，比较灵活，便于临场发挥，真实感强，又具有照读式演讲和背诵式演讲的长处。大家想知道怎么样才能写得一篇好的演讲稿吗？下面是小编为大家整理的优秀演讲稿模板范文，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。

演讲稿最后一句话篇一

演讲稿具有宣传、鼓动、教育和欣赏等作用，它可以把演讲者的观点、主张与思想感情传达给听众以及读者，使他们信服并在思想感情上产生共鸣。下面是小编为大家收集关于呼吁戒烟的演讲稿，欢迎借鉴参考。

吸烟在中专的校园里可说是屡见不鲜的事了，不再像我家乡那般学生，尊规守纪。做到少吸烟、甚至见不到校园内吸烟的现象。在当今社会物质科技生活水平不断奔向富足奢侈，一部份懵懂的青少年学生，甚至、稚嫩的小学生、跟着社会倾向的趋势，懵懂的虚荣好奇、和贪婪欲望，跟着点燃了。

吸烟不仅是社会广为人知有害身胸，而且还是一种奢华高昂消费。更是现阶段虚荣心的年轻人追逐潮流，吸出品牌，追求她人、异性羡慕目光。说白了便是耍酷，同学虽然你家里是有不匪的经济财富，但你有否想过你的父母亲，为了一个家庭讨生计、他们工作得多么辛苦啊！赚来的钱多不容易呢！而你却如此毫无价值地烧掉，想想吧！以我个人浅识鄙见、在烟的成份含量中存在有好几种有害物质、相应的毒素，对人体潜沉伏体入，吸烟达到一定含量，便无形的伤害身胸。如计生委栏常示：在育龄期的中青年，因吸烟因系导至不育的比例占一大部份。其生育的子女也会遭遗传因性先天不健康。。

。。。。。。从而致使可避免的事件发生。吸烟对本人自身不健康，从而导致相当多的病源，常见现象如：咽喉炎、多痰咳嗽等等。。。。更是带来社会环境影响，吸烟患者大多数都有不良卫生习惯，如随便向人群咳嗽，就地吐痰，从而影响市容文明，破坏环境卫生，传染病毒、恶劣循环状况。

更大的潜在安全隐患，众多火灾的罪魁祸首，都是出自于一个不起眼的一点烟头。世界上每年因小小一滴烟头之火而发生火灾，财产遭到不计其数损失，吞喽不计其数人民的性命，是多么惨重的损失、多么惨重的代价啊！

在我们学校近来也有好几起因学生吸烟、因烟头产生险象环生。虽然没有造成重大财产损失、但我们能否深入想想、如果发现不及时，处理不够妥当，这几起校园火灾后果可想而知会有何等的惨重损失啊！我们都应该对它，寥寥一滴烟火、引于为戒，提醒染上吸烟同学。要处处提防为是，时刻警钟敲响！大家携起手来做一个文明礼貌无烟房校一员。

我们都应对吸烟的危害能够有正确的认识。为创建无烟房校、作出我们中专生应有的遵循。同学、你能做到吗！谢谢。

尊敬的老师, 同学们:

大家好!

既然烟草有如此可怕的危害, 为什么有众多的人吸烟呢? 分析其原因主要有两个: 一是烟草中所含的尼古丁令人上瘾, 使人对它产生依赖, 不容易戒掉; 另一个原因是大多数人还没有把吸烟看成是一个丑陋的, 既害人又害己的恶习, 相反, 认为这是一件很有派头, 很潇洒的事, 因此, 吸烟的人群像滚雪球一样越滚越大, 人们对它的依赖也越来越强。

吸烟不仅是社会广为人知有害身胸, 而且还是一种奢华高昂消费。更是现阶段虚荣心的年轻人追逐潮流, 吸出品牌, 追

求她人、异性羡慕目光。说白了便是耍酷，同学虽然你家里是有不匪的经济财富，但你有否想过你的父母亲，为了一个家庭讨生计、他们工作得多么辛苦啊！赚来的钱多不容易呢！而你却如此毫无价值地烧掉，想想吧！以我个人浅识鄙见、在烟的成份含量中存在有好几种有害物质、相应的毒素，对人体潜沉伏体入，吸烟达到一定含量，便无形的伤害身心健康。

吸烟对本人自身健康有害，从而导致相当多的病源，常见现象如：咽喉炎、多痰咳嗽等等。。。更是带来社会环境影响，吸烟患者大多数都有有不良卫生习惯，如随便向人群咳嗽，就地吐痰，从而影响市容文明，破坏环境卫生，传染病毒、恶劣循环状况。

对青少年来说，吸烟的危害远比想象中大多，不仅会导致很多疾病，还会影响骨骼生长发育，这是因为青少年正处于身体迅速成长发育的阶段，身体的各器官系统还没有发育成熟，对各种有毒物质的抵抗力不强，受烟雾的毒害也就更深，甚至可以导致早衰。吸烟还可能使青少年养成不良的生活习惯，诱发不良行为，甚至引发犯罪。。

为了我们自己的健康，为了我们祖国的未来，我们呼，青少年都要自觉地远离香烟，并劝说吸烟的亲友尽量戒烟，毕竟，香烟对我们有害无益；毕竟，没有烟雾的空气会更加清新，没有烟草的生命会更加绚烂！

5月31日是世界无烟日，请同学们牢牢地记住烟尘对人们的危害，对社会环境的危害。烟草被称为现代社会最凶恶的杀手，人类要成功地迈向新世纪，必须从烟雾中拯救自己。

世界卫生组织估计：全世界每天平均有8000人死于与吸烟有关的各种疾病，其中中国人占1/3

世界各国的研究表明：吸烟除了致癌以外，还可引发心血管硬化、胃溃疡、白血病、风湿性关节炎、白内障等多种疾病。

如果认为发展烟草业利大于弊，进而迎合这种诱惑，那无异于饮鸩止渴。在人类由野蛮迈向文明的长途中，禁烟应该是不可缺的重要一步。

就在当今如火如荼的禁烟运动中，发现了一种值得注意的现象：历史似乎正在惊人地重演百年前的一幕。当年，发达国家向不发达国家倾销鸦片，在经济上掠夺财富，在精神上毒害灵魂，鸦片成为殖民主义者手中最得力的武器之一。今天，世界烟草生产大国，利税大国仍然是发达国家，一方面那里的烟草业在大幅度发展，另一方面他们又在本土上大张旗鼓地开展戒烟和劝止戒烟活动。

禁烟不光有着人类摆脱愚昧、战胜自我的重大意义，还有着维护民族、国家利益的现实意义。

只有戒烟，才能把祖国建设得更加美丽！戒烟吧！

演讲稿最后一句话篇二

200万年前，地球在历史的长河中缓缓航行了46亿年后，人——这种不平凡的生命诞生了。他的足迹开始踏上这可爱的蓝色星球，地球母亲万万没有想到这是她辉煌的开始，也是噩梦的开始。因为人类对自然无止境的索取，使我们曾经温柔、慈祥的地球母亲变得暴虐无常。历经无数次沧海桑田，斗转星移，她的美丽变成了曾经，取而代之的是苍老肮脏和面目全非。

无法想象，如果有一天地球上没有了绿色，那人类的文明将会如何，到那时，也许只是灰飞烟灭，一切的一切都只会淹没在漫天飞沙之中。

当一片片绿波汹涌的森林被无垠的荒漠黄尘所取代，当无忧地在蔚蓝的天空飘荡的白云被漫天滚滚黑烟所替代，当为地

球遮风挡雨的臭氧层被无情的氟里昂所破坏，我分明听见了森林的哭泣，白云的悲伤，臭氧层的叹息。

也许有人会说我只在这高谈阔论，也许有人会说环保离我们很远，那我们先来一个式子：“大自然——绿色——环保——人——你自己”看完后，你还会觉得它远吗？大自然就在我们周围，绿色就在我们身边，环保就在我们的心中，脑中，手中，行动中。我们不能说我们能为环保做什么，但最起码你开始在认识它，开始在感受我们的大自然，只为着我们共同的理念。

同学们，赶快醒来吧，为了我们共同的家园和他长久的美好未来，从现在做起，从我做起，勇敢地站起来对大自然做出承诺，承诺用我们的双手使地球母亲恢复青春容颜，承诺用我们的行动来感动大自然，改造大自然。立志把我们的社会，我们的家园和校园建设的更加美丽。

演讲稿最后一句话篇三

小时候，爷爷每次从集市上回来，都会带一两个饼回来，慢慢地塞到我的手里，然后脸上洋溢着丝丝笑容，在我家坐了一会儿后又默默地离开了。有一次我实在忍不住问他：“为什么每次给我饼的时候都这么开心？”他说：“他的爷爷也曾经这么做过，而且这让他感到很幸福。他还说要把这种幸福传递下去！”

那块饼养育了我十几年，直到我上高中的时候，他在家里不小心摔倒了，之后被医生确诊为“脑血管意外疾病”。从此以后，我在集市上就再也没有见到过他的身影。每次周末去他家看他，只能看到躺在床上的他对我微微笑，想说什么却说不出来。很难想象一个人想说话，而说出来的只是一些让人听不懂的话语，心里会有什么样的感受！

爷爷从小就对我很好，很疼我，虽然表面上看不出来，但我

能感觉得到。他没有教过我太多的东西，但他总是以自己的行为影响和教育着我！对于他所给予我的一切，我今生无以为报！我只能默默地告诉自己：我将来一定要成为像爷爷一样的人，懂得如何去爱别人。并且把这种幸福继续传递下去，直到我也成为爷爷的爷爷！

这不是随口说说，我相信每个人都有一颗爱心，当他接受了很多的爱心之后，再把她们释放出来的时候，爱心就成了感恩的心。从小学到大学，我就悟出这么个道理：人的一生就好比一个化学方程式，左边和右边往往是相等的。当一个人吸收了爱心，而不把他释放出来，会造成他的不平衡，不仅是心理上的还上生理上的。

我记得曾经有个学者说过：万物都出在动态的平衡之中。

我们应该尽可能地充分利用所接受的一切爱心，来精心地营造、编织成一颗感恩的心！那是一种落叶对根的回报，是鸦的反哺之义，羊的跪乳之恩。

去年我考上了大学，来到这里，就不能经常去看爷爷了。来的时候虽然他没能给我送行，但我知道他是多么的不舍，他几次想从床上起来给我送行都被奶奶制止了！时间和空间的距离阻隔不了我对家乡的思念，阻挡不住我对亲人的想念。被人爱是一件幸福的事情，同样爱别人也是一件幸福的事情。

天意怜幽草，人间重晚晴。

在生活中，我们应该心怀感恩，这样我们的世界就会少份抱怨，多一点珍惜，美丽便会在我们面前像一条河一样铺展。

我讲这些不仅仅是我个人对感恩的看法，更是希望所以人都明白感恩别人是一件美好的事情。

愿天下所有的爷爷、奶奶，爸爸、妈妈好人有好报！

浩荡离愁白日斜，吟鞭东指即天涯。落红不是无情物，化作春泥更护花。

演讲稿最后一句话篇四

早上好！今天我讲话的'题目是《保护环境，从我做起》。

在人类生存发展，曾遇到过许多的敌人：战争、灾荒、瘟疫、这每一种敌人都曾使人类付出过惨重的代价。然而，今天人们面临的的敌人，已不是战争、疾病、天灾以及瘟疫，而是无处不在的环境问题！

大气污染超标、温室效应增强、臭氧层被破坏、土地沙漠化、水资源污染严重、海洋生态危机、绿色屏障锐减、物种消失加剧、垃圾威胁人类、人口增长过快，这些世界性的环境问题，究其原因，都是人类在发展经济的过程中，对自然资源和生态环境的不合理利用和破坏所致。

这一切的现实，让每一个关心祖国前进和发展的中国人深感痛心。保护环境，利在当代，功在千秋，这是一项崇高而伟大的事业，更是中化民族千秋万代利益所在。

千里之行，始于足下。保护环境，建设美好家园，要从我做起，从小事做起。心动不如行动。只要我们确实落实我们的言行，不乱丢垃圾，不浪费粮食，限度地节约用水，节约能源，节约用纸，拒绝使用一次性的“白色污染物”，乘公共交通旅行，多栽树种草，保护好野生动植物资源，自觉地遵守各项环境法规。那么，我们头顶上的天空将会变得更蓝，身边的河水会变得更清，空中的鸟儿将会鸣叫得更加响亮，生活在其中的人们将会变得更加健康快乐。

我很高兴地经常看到许多同学在校园的各个角落捡拾果皮纸屑；

雪白的墙壁上被印上手印、脚印和球印；

教室里、走廊上留有难以清除的口香糖的污迹。这说明，我们的习惯还没有很好的养成。

同学们，我们是21世纪的主人，具有环保意识是现代文明人的标志。我们要有时代感责任感，要心系全球，着眼身边，立足校园。“勿以善小而不为，勿以恶小而为之”，让我们积极行动起来，从身边的小事做起，培养环保意识，养成环保习惯，创造我们美好的校园，塑造我们美好的灵魂！

谢谢大家！

演讲稿最后一句话篇五

大家好。我是xx年级xx班的xxx□我演讲的题目是：保护环境，从我做起。

为了响应政府切实改善人居环境、容貌秩序和发展环境，开展“城乡环境综合治理”活动的号召，我校积极参与建设清洁、整齐、优美的校园环境。我们也应当加入到这个活动中去。因为没有什么可以比在干净、舒适的环境中学习更令人愉快。

同学们，就让我们从现在起检视自己的不文明行为，培养良好的文明素养、卫生习惯，用自己的一份努力使我们的城市更加干净、美好。

我的演讲完毕，谢谢大家。

演讲稿最后一句话篇六

古人言：“天下之事，常成于勤俭而败于奢靡。”承哉斯言，勤俭节约作为中华民族的传统美德，是炎黄子孙最朴素的生存密码，是华夏儿女最坚定的生命自觉，它早已深深熔铸

在960万平方公里的土地中，流淌在13亿人的血脉里。如今，它应当成为亦必将成为每一个新时代青年最自然的生活信仰，在崭新的时代版图中建立起不可撼动的精神坐标。

节俭是对劳动成果的尊重与珍惜，对资源的充分利用，更是对艰苦朴素精神的传承，对砥砺奋进行动的蓄力。然而，随着物质生活日渐丰裕，精神世界不断充盈，人们对于节俭的坚持似乎产生了动摇，在新时代的语境中，质疑甚至批判的声音历历可辨，“耕读恩，传家，克己恭俭”不再是人人恪守的信条。

一种声音认为如今经济腾飞，节俭不再是一种刚需，此言差矣。贫穷不是节俭的前提，富有亦不是奢侈的借口。节俭并不是苛求人们重回当时箪食瓢饮的苦行僧式生活，而是希望人们不被物欲所绑架，不被奢侈所迷惑，不因对物质生活品质的过分追求而忽略了对精神家园的深耕，丧失了艰苦奋斗的主动性与驱动力，甚至沉迷于声色犬马的生活而意志消沉。

还有的声音认为节俭与否取决于个人的生活方式，与他人毫无关系，此言大谬。勤俭节约作为优良的社会风气，需要我们每个人身体力行，共同营造。如果节俭之风式微，奢侈之风当道，整个社会必将陷入入不敷出的恶性循环。富兰克林曾说，挥霍无度的人，等于将自己的前途抵押出去，同样的道理，奢侈成风的社会，也必将葬送自己的光明前程。

俭节则昌，淫佚则亡。新时代的航船只有扬起节俭的风帆，方能劈波斩浪，新时代的青年唯有擎起节俭的火炬方能点亮中国的光芒。在时代的聚光灯下，节俭精神绝不会黯然离场，它将用自己的能量照亮新长征路上的追梦人，它将用自己的华彩描绘新时代的大美篇章。

谢谢大家！

演讲稿最后一句话篇七

大家好！

莎士比亚说：“书籍是人类进步的阶梯。”知识可以改变人的命运，而阅读，则是人们获取知识的重要途径。

世界上最聪明的民族是犹太族，他们为什么那么聪明呢？那是因为他们阅读量非常大。相传犹太族的每一名婴儿来到人世后，他的父母都会在一本书上滴上蜂蜜让婴儿去舔吮，使婴儿知道，书籍是甜蜜的。

我也十分热爱阅读，虽然谈不上废寝忘食，只要闲来无事，我就会随手拿起一本书，躺在沙发上，欣赏那一段段文字组成的一个个故事，在那些动人的文字里欢快地畅游。

阅读《鲁滨孙漂流记》，我仿佛置身于那个生机勃勃的小岛上和鲁滨孙一起建造房屋、打造工具、捕猎动物、种植作物、运输水果、乘船探险……我和他一起生存，一起创造。在书中，鲁滨孙教会了我坚强、永不气馁，告诉我只要能坚持下去，凡事都有会有希望的道理。

阅读《钢铁是怎样炼成的》，我为保尔和他的朋友们的反抗而呐喊助威，为他们的命运感到担心，为保尔朋友的死而感到痛心，为他们的胜利欢呼，为他们的失败而感到惋惜。保尔那坚忍不拔的精神，执著的信念，值得我学习。

阅读带给我快乐。无论是生活空闲时，还是紧张的课后，捧上一本书在知识的海洋中遨游，便可以放松心情，除却烦恼。每天睡觉前，我都会习惯性地捧起书本，借助那一个个美妙的故事，把一天的劳累一扫而光，让书香伴着我结束这一天。

阅读带给我欢乐、享受和幸福。古人说：“书中自有黄金屋。”对我来说，阅读不仅开阔了我的视野，丰富了我的学识，

还孕育了我的品行，提升了我的修养。

生活，因阅读而美丽。