

抗震防灾演讲稿三分钟 抗震救灾演讲稿(精选6篇)

演讲比朗诵更自然，更自由，可以随着讲稿的内容而变化站位。一般说来，不要在演讲人前边安放讲桌，顶多安一个话筒，以增加音量和效果。优质的演讲稿该怎么样去写呢？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。

抗震防灾演讲稿三分钟篇一

每一次灾难，都让我们揪心的疼痛！

2008年5月12日，我国汶川县发生地震，那一刻，全国人民感受到了大地的震颤。据民政部统计，截至13日7时，四川汶川县地震已造成四川、甘肃、陕西、重庆、云南、山西、贵州、湖北8省市共9219人死亡，倒塌房屋50余万间。

失去亲人的人在哭泣，失去家园的人在哭泣中华民族，再一次在天灾中承受苦难。我们为不幸遇难的人哀悼！我们为困境中的老人、孩子、伤者和所有的人祈祷！除了悲痛，除了祝福，我们更应该关心伤者和活着的人：失散的孩子，你找到母亲了吗？孤苦的老人，您还在含泪凝视倒塌的家园吗？身陷困境中的人啊，千万别放弃希望，有爱心的人正在伸出援手！是的，在这一刻，除了哀伤，我们更应积极奉献出爱心。

每当灾难降临，总有许多有责任感的企业，踊跃捐款捐物，他们的爱心融化了苦难，给困境中的人带去温暖和希望，我们永远记得那种超越金钱与利益的温情。同胞的生命，更值得我们珍惜，他们是我们的亲人啊！凡是多灾的地区，往往是贫困地区。他们因多灾而贫困，而承受各种苦难，他们又因贫穷更恐惧灾难。当我们的同胞在悲痛和无助中呻吟的时

候，我们的企业更应该主动伸出援手，只有爱心，才能打破那种恶性的循环。爱心是照亮世界、驱走苦难的最强大力量。这次，当灾难降临，当神州大地在震颤中感受痛苦。我们呼吁所有的企业，积极奉献爱心，用对社会责任感的担当，塑造中国企业的崭新形象。同时，呼吁每一位同胞，力所能及，伸出援手。

让我们用爱心，为灾区撑起一片温暖的天空！让我们用爱心，感动上天，赐福给我们的同胞，让他们永享幸福与安宁！愿这块多灾多难的土地永享太平！献给坚强的中国：当风雪阻断归路，我们彼此取暖！当主权面对挑战，我们亮出利剑！当圣火遭遇屈辱，我们义无反顾！当病毒吞噬生命，我们用爱弥补！当列车冲出轨道，我们竭诚互助！当震撼撕裂大地，我们开山辟路！勇敢面对磨难，挺起中国人的脊梁！加油，同胞！加油，中国！

抗震防灾演讲稿三分钟篇二

我们无法选择灾难是否来临，但我们可以选择应对灾难的态度。

你可以尽量少往灾区打电话，以缓解当地极度拥挤的通讯网络，即使电话非打不可，也请你尽量长话短说，为救灾节省更多的信息空间；你可以尽量减少往灾区的行程，以给运输救灾物资和人员节省更多的交通资源；你也应该保持一颗理性的心，不要听信诸如“40天后中国还会有一场大灾难”之类的荒诞谣言，当然，你更不能让自己成为这些谣言的传播者；你也可以尽自己的力量为灾区捐款捐物，甚至献出你宝贵的鲜血，哪怕是一块钱，一件旧衣服，一滴热血，涓涓细流仍然可以汇成温暖的江河，帮助灾区人民渡过难关，驶向希望的彼岸。最后，请你好好工作、学习、生活，请你保持一颗悲悯的心，请你不要忘记，在一片废墟之中，有那么多的同胞在演绎着生命的奇迹，请祝福他们，请祝福中国。

不期而至的地震，可以摧毁房屋，可以震垮桥梁，甚至夺去数以万计同胞的生命，但它没有、也不能摧毁我们战胜灾难的信心。爱，人类本真的对于生命之爱，是比地震、洪水、病毒更强大的力量。

有了爱，灾难会使我们更坚强；互相扶持，会让我们更加懂得爱的真谛、生命的珍贵。是的，正是这种爱的力量，它让我们信心百倍，它让我们战无不胜。

汶川并不遥远，同呼吸共苦楚，让灾区和我们天涯咫尺，这一刻，我们都是“汶川人”；爱心不论多寡，只要有一颗愿意去爱的心，你就是这场伟大生命奇迹的创造者。每个人以勇气对灾难，以爱心对同胞，以行动对热血，则胜利可期、中国可期。

抗震防灾演讲稿三分钟篇三

2008年5月12日14时28分，是一个让人刻骨铭心的悲痛时刻，四川省汶川县发生了7.8级地震。天崩地裂的灾难使得数十万同胞的生活转眼间改变，数以万计的房屋被摧毁，数以万计的同胞被掩埋废墟之下，数以万计的亲人在生死中挣扎，数以万计的孩子奄奄一息，无家可归的幸存者缺吃少穿，伤病疼痛……灾区的同胞们正在接受着巨大的生存考验。这场震惊全国的大地震给灾区的同胞造成了巨大的创伤和痛苦。

灾难超越了地域与时空，灾难是人类共同的伤痛，在无法抗拒的大自然面前，只有爱才是人类得以永恒的力量，只有爱才是人类共同抗衡自然灾难的伟大力量！灾害无情人有情！地震无情，人间有爱！四川大地震，牵动了全国人民的心，以至全世界人民的情！全国各地正积极行动，关心灾区群众，发扬“一方有难，八方支援”的传统美德，慷慨解囊，踊跃捐款捐物，以实际行动参与灾害紧急救助和灾后的重建工作。

每一笔物资、每一笔捐款，都是灾区人民的一份希望！一日

的工资，一天的零花钱也许微不足道，但汇聚起来将成为救灾救助不可低估的力量。让我们风雨同舟，为灾区增添一份力量，奉献一份爱心，帮助灾区同胞共渡难关。用我们的实际行动证明我们民族的意志与毅力，证明我们团结爱国的赤子之心！

同学们，这场突如其来的人间灾难也同样牵动着我们全体师生的心！灾区的人民是我们的同胞，是我们的兄弟姐妹，此时此刻，作为一名中国人，我们更应该紧密团结在一起，心系灾区，积极参与到救灾救援中来。上周六，我校全体师生在宋校长的组织下，联起手来，全力以赴投入到抗震救灾的爱心捐助行动中，各班学生踊跃捐款，5元、10元、15元、20元……，我们为一个个有爱心的孩子感动着，更让我们感动的是三年级学生蔡晓源，他把自己的存钱罐都抱来了，我们惊奇的不是孩子能捐赠多少，我们感动的是孩子竟然倾其所有，21.8元，那可是孩子积攒半年的零花钱呢！年纪尚小，爱心博大！我们都为之心颤，我们的眼睛湿润了，还需要用什么华丽的语言来描述孩子对灾区人民的爱心呢？这就足够了。

同学们，不管我们以什么行动，哪怕是一声祝福，一声慰问，都是对灾区人民最好的馈赠。

最后，让我们以“珍爱生命，珍惜时间，刻苦学习，回报社会”的实际行动为灾区人民祈福！

抗震防灾演讲稿三分钟篇四

各位领导、同志们：

我来自大熊猫的故乡——四川雅安。在这场空前的地震灾难中，秀雅宁安的雅安也未能幸免。

5月12日下午，我上班正走进医院的院子里，就碰上了那场地动山摇的地震。出于职业的本能，我和我的同事们不顾一切

地向住院大楼冲去。刚到大楼门口，跑在前边的严莉突然被一块掉落的水泥板打倒在地。当我们搬开水泥板时，她已经气息奄奄。看到我们，她只用微弱的声音说了一句：“不要管我，快上楼转移病人！”就慢慢闭上了眼睛。

我们用力摇她，拼命喊她的名字，却分明感到她36岁的生命正从我们手里渐渐消失。如果是平时，对于一个刚刚停止呼吸的病人，医护人员的通常做法，是采取心肺复苏的手段，尽力挽救她的生命。然而此刻，我们只有几名当班医生和20多名护士，医院里却有两百多名病人需要转移。为了救出更多的生命，只能放下我们的同事！作出决定的瞬间，泪水模糊了我们的双眼。那种痛啊，真的是撕心裂肺！

没有时间犹豫，没有时间悲伤，我们立即冲上楼去。

副院长任锦翔跑到三楼时，一名中年男子正抱着吓得号啕大哭的孩子，不知所措。“快跑，地震了！”任院长大声喊着，想把父子俩往外推。可是，家长已吓得六神无主，死活不往外走。这时，楼房晃得更加厉害，玻璃窗哗哗的砸落下来。任院长急了，一把夺过孩子，箭一般往楼下冲去。又一次震波袭来，颠簸的楼道把他重重摔倒在地上。任院长的手臂被擦破了一大片，而孩子却被他紧紧搂护在怀里，毫发无损。

外科主任傅泽君知道8床和15床的两位老人家属不在身边，第一时间组织4名医护人员将他们从3楼背到楼下。那个严重骨折的83岁婆婆感动地说：“你们不是我的亲人，但你们比我的亲人还要亲！”

不到五分钟，我们从病房内抢出了20多个行动不便的病人。

就在此时，一楼的血液透析室里，肾内科主治医师李华经受着更加严峻的生死考验。地震发生后就停电了，透析设备停止了工作，而病人的血液还有一部分在机器里，随时都有生命危险。冲出房间只需要两三秒钟，用手动的方式把血液回

流到体内，则很难估算到底需要多少时间。听到外边慌乱的脚步、凄惨的哭嚎和楼顶的水泥块“啪啪”掉下来的声音，病人绝望地说：“李医生，你们走吧，我不怪你。”黑暗里，李医生倾下身子护住病人，一边艰难地维持手动循环，一边安慰她说：“放心吧，我们不会丢下你的！”10多分钟后，李医生和护士刘文英终于将血液顺利回流到病人体内，抬着她走出了黑暗的病房。后来，有记者问李医生：“病人都让你走了，你怎么不走？”李医生说：“那个时候，我一直想，她也是我的亲人！”

第一波强震之后，一些地震中逃出去的病人家属陆陆续续跑了回来，哭着闹着要到楼上去。尽管我们扯着嗓子告诉他们病人已全部得到转移，他们就是不信。这时，一对母女气喘吁吁跑了过来，年龄大点的妇女焦急万分地冲着楼内哭喊：“妈，我们来晚了，对不住您老人家呀！”原来，那位83岁的老人就是她的母亲。看到老人已被安全转移出来，母女俩百感交集，“扑通”一声跪到医生面前，拉也拉不起来。

又一次余震袭来，大楼晃得很厉害，病人还需要转移。宋成友书记和杨国洪院长不约而同奔向一副担架，抬起病人就往外跑。我们也顾不得许多，抬着担架紧紧跟在后面。要命的是，不知什么时候，一辆不能动弹的救护车将医院当时唯一的通道拦腰堵死。要把病人转移出去，担架必须越过车顶。院长大喊一声：“哪怕是一座山，也要抬出去！”

担架重三四十斤，加上病人的体重，像石头一样沉。我们这些身单力薄的护士，要把担架举过比我们还要高出许多的车身，难度可想而知。我们高声喊着“一二三”，齐心协力将担架高高举过了头顶，又稳稳地递了出去！那一刻，我们的内心是如此坚定；那一刻，我们的手臂是那样有力。因为我们知道，高高举过头顶的，除了病人的生命，还有我们的责任！

我们的露天医院刚刚落脚，地震中受伤的人员就被接连不断地送来。第一个是富林小学的学生，第二个也是富林小学的学生，两个孩子伤势都十分严重。我的女儿和医院很多同事的孩子一样，也在富林小学念书。听到学生家长声嘶力竭的呼喊，担心、焦虑、恐惧一阵阵袭来，我的心里像被揪着扯着那么疼。我们小心翼翼地为病人处理包扎伤口，眼泪却忍不住地往下掉。三天后，我才见到了女儿。不过，由于病人太多，人手太紧，我只远远地隔着人群看了她一眼。

晚上八点，下起了瓢泼大雨。紧急关头，县政府派人送来一大卷油布。没有支架，医生护士就是钢铁支架。风雨中，一百多人举起双手，牵开油布，撑起一把两百平方米的大伞。大伞外，电闪雷鸣，大雨倾盆；大伞内，争分夺秒，抢救病人。由于雨特别大，雨水很快就在油布顶上形成积水，随时可能倾泻而下。为了确保病人和药品的安全，有人找来一根竹竿，不停地把中间的积水从四周排放出去。一次，两次，三次……谁也不知道持续了多少次！手酸软了，有别的同志顶上来；休息片刻，又赶快换下别的同志。全身湿透了，谁也没有顾及；饥饿和寒冷，也没能让大家放弃。那时，我们只有一个想法：只要大雨不停，我们高高举起的手臂，就绝对不能放下！

就这样，我们在风雨中坚持了4个小时，直到赶来支援的武警战士找来钢管，撑起帐篷。来不及喘一口气，医院又派出4支巡诊队，深入到县城四周搜救伤员。大家顾不上饥寒交迫，争分夺秒救治伤员，为感冒、发烧的灾民发放药物。那一夜，全院200多名职工，没有人合过眼，更没有人回过家。

地震之后，病人和家属常常用一种充满敬意的目光看着我们，也常常把一些充满关爱的话语送给我们。每当这时，我们总会感到一种温暖，又会生起一份不安。大难当头，人命关天，作为白衣天使，我们只有把悲痛深深埋在心底、把生命高高举过头顶。这是我们惟一的选择，也是我们不变的誓言！

谢谢大家！

抗震防灾演讲稿三分钟篇五

20xx年5月12日，灾难降临，有多少人瞬间无家可归，有多少人瞬间与亲人阴阳两隔，这短短的几秒钟，又充斥着多少的血和泪。庆幸我们生在一个网络信息发达的时代，足不出户就可以时刻了解到灾区的情况。可是，那一幅幅的图片，一帧帧的影像是那样的撕扯着我们的心。

教学楼垮塌了，好多无辜的学生就那样失去了鲜活的生命。看到一张张让人触目惊心的图片：都江堰学校操场排放着学生遗体，由于地震时学生正在上课，四层楼的24个班级的学生大多被埋在废墟下面。他们只是我们的同龄人，只是才初二、初三的学生，处于十四、五岁的花季雨季，可是无情的地震硬是活生生的夺走了这些年幼的生命。冰冷的土地、单薄的一层塑料纸就是这个世界唯一留给他们的。看着这些图片，不禁让人心痛不已，泪眼模糊中仿佛依稀看到他们上课时那双渴望的双眼，看到他们在地震发生时那双惊慌失措的双眼，也仿佛听得到他们上课时那朗朗的读书声，还有地震发生时那撕心裂肺的呼救声。

地震无情人有情，灾难发生后我们所有的人都在以不同的方式关心以及帮助着这些受灾的人民。最令人感动的是，我们的温总理也在第一时间赶赴现场指挥抗震救灾工作。总理的脚步，竟有些许蹒跚，看到他的两鬓斑白，突然想起，这是一个已逾花甲的老人，再过四年，年事古稀。但这个老人有点特别，他似乎爱上孤独，多少个万籁俱寂的夜晚，他孜孜的在赶路的途中指点规划；多少个满目创痍的场合，他奋力的鼓舞在人潮之颠。也许老人要去印证一句先贤古话“鞠躬尽瘁，死而后已”这恰恰是民族的魂魄啊！老人在神州大地树立起精诚楷模，我们又怎能不去尊敬。他说过，“千方百计进去，时间越早越好，早一秒钟就可能救活一个人。”——多么震撼人心的一句话！

还有我们可敬可爱的子弟兵，每次有危难时他们总是会冲锋到第一线去保护人民的生命财产安全。有这样一个消息：最宝贵的15军要出动了，进行伞降空投，在暴雨中伞降，非常危险，士兵都在写遗书。写完遗书然后去支援灾区，这是怎样一个概念，他们都是和我们一样的年华正茂，却有着如此崇高的精神，此刻，除了肃然起敬、默默祈祷我们已无法表示内心的那一种震撼。

地震你震动了大半个中国

我的同胞因你而去因你而伤

我的兄弟姐妹脸上写满了悲伤

我被你刺痛被你神伤

我被囚禁于你幻化的地狱牢房

生死别离你的一念之间

你要了我给你！

爱恨情愁我的情感世界

你要不去我也不会给予！

我厌倦了压迫我厌倦了忧伤

我擦干泪水咬牙说：都活下去吧！我平静心情

坚定的说：让我们的爱互相温暖吧！

无论发生了什么，无论你在哪里，你从来不是一个人，亲爱的同胞们，不要害怕，我们一直在身边，灾难无情，人有情，此时此刻，我们都是四川人，灾难并不可怕，只要我们手牵

手心连心，大家一起度过难关。人间自有真情在，这一刻，我们心系灾区人民；这一刻，爱心爆发，我们的力量无限大。让我们共同祈祷，希望灾区人民早日渡过难关，重建美好的家园！！

相信，只要人人都献出一点爱，世界将变成美好的人间。正所谓“众志成城抗震救灾”“一方有难八方支援”只要中国人团结一心，一定会共度难关，迎来更美好的明天。相信政府，相信中国人的力量。

中国加油！四川加油！

抗震防灾演讲稿三分钟篇六

各位领导、同志们：

每一次灾难，都让我们揪心的疼痛！

年5月12日，我国汶川县发生地震，那一刻，全国人民感受到了大地的震颤。据民政部统计，截至13日7时，四川汶川县地震已造成四川、甘肃、陕西、重庆、云南、山西、贵州、湖北8省市共9219人死亡，倒塌房屋50余万间。

失去亲人的人在哭泣，失去家园的人在哭泣……

中华民族，再一次在天灾中承受苦难。

我们为不幸遇难的人哀悼！

我们为困境中的老人、孩子、伤者和所有的人祈祷！

身陷困境中的人啊，千万别放弃希望，有爱心的人正在伸出援手！

是的，在这一刻，除了哀伤，我们更应积极奉献出爱心。

每当灾难降临，总有许多有责任感的企业，踊跃捐款捐物，他们的爱心融化了苦难，给困境中的人带去温暖和希望，我们永远记得那种超越金钱与利益的温情。

同胞的生命，更值得我们珍惜，他们是我们的亲人啊！

凡是多灾的地区，往往是贫困地区。他们因多灾而贫困，而承受各种苦难，他们又因贫穷更恐惧灾难。当我们的同胞在悲痛和无助中呻吟的时候，我们的企业更应该主动伸出援手，只有爱心，才能打破那种恶性的循环。

爱心是照亮世界、驱走苦难的最强大力量。这次，当灾难降临，当神州大地在震颤中感受痛苦。我们呼吁所有的企业，积极奉献爱心，用对社会责任感的担当，塑造中国企业的崭新形象。同时，呼吁每一位同胞，力所能及，伸出援手。

让我们用爱心，为灾区撑起一片温暖的天空！

让我们用爱心，感动上天，赐福给我们的同胞，让他们永享幸福与安宁！

愿这块多灾多难的土地永享太平！

献给坚强的中国：

当风雪阻断归路，我们彼此取暖！

当主权面对挑战，我们亮出利剑！

当圣火遭遇屈辱，我们义无反顾！

当病毒吞噬生命，我们用爱弥补！

当列车冲出轨道，我们竭诚互助！

当震撼撕裂大地，我们开山辟路！

勇敢面对磨难，挺起中国人的脊梁！

加油，同胞！加油，中国！