

律师演讲比赛文稿(实用10篇)

人的记忆力会随着岁月的流逝而衰退，写作可以弥补记忆的不足，将曾经的人生经历和感悟记录下来，也便于保存一份美好的回忆。那么我们该如何写一篇较为完美的范文呢？下面我给大家整理了一些优秀范文，希望能够帮助到大家，我们一起来看一看吧。

律师演讲比赛文稿篇一

尊敬的领导、亲爱的姐妹们：大家好！

自从南丁格尔那盏小马灯照亮无数伤残战士生命的那一克起，便有无数巾帼志士受到那生命光辉的感召，纷纷放弃优越的生活来到各个需要帮助的人们身边，承担起守护健康守护生命的神圣使命。她们用勤劳的双手和博大的爱心，将人类的至真、至善、至美发挥到了极至，一如春风吹遍世界的每个角落。

我们的职业是被人尊称的“白衣天使”，也许只有同行们才清楚这天使背后的苦和累。工作对我们的要求是苛刻的。白大褂一穿，什么情绪和烦恼都得抛得远远的。在医院消毒水的气味中，我们走过了清纯的少女时代；从血淋淋的伤口边我们走过了炙热的青春年华；在白色的氛围中送走了无数个宁静的夜晚；在爱人的期待和孩子的埋怨中把自己奉献给了一个个伤痛病人。众所周知我们的工作辛苦，没有固顶的节假日；没有固顶休息时间。

“医生的嘴护士的腿”，不说别的，就是一个晚上，上急诊班的夜班护士全部走下来的就有四五十里路。腿都跑肿了。也许您不相信，但是请您看看护士姐妹们小腿上那盘曲的静脉曲张，您就明白了。在急诊科曾有一件这样真实的事情：下午快下班了，几声长笛送来了十几名乘坐小公共汽车出车

祸的外伤病人。白班的护士都主动地留了下来，有条不紊地进行着抢救。直到晚上十点才回家。

当饿着肚子拖着疲惫身体的小王问：“护士长，我们忙乎了一大顿却遭来一顿臭骂，那个醉汉还差点打着您！”护士长却大度地说：“那对小夫妻新婚燕儿，丈夫看到心爱的妻子伤得那么重，心里太焦急，加上又喝了酒。咱们就不要和他计较了。”象五一这样的长假，大家都留恋在如画的山水和浓浓的亲情中时，我们的急诊科却经常发生着这样的事情。

记得有一件事情我终生都难忘。当时，我为一名气管切开的患者做处置时。他气管套管里不时喷出的血溅了我一身一脸，空气中弥漫着臭味和血腥味。我真有点支撑不住的感觉，可是我忽然间看到，不能开口说话的病人做了一个动作，一个我终生都难忘的动作——病人费力地合拢手指做成作揖状，眼睛紧盯着我，满是无声的感激。那一刻，我被病人感动了，被我的工作感动了，感到这点委屈真的不算什么！

俗话说“三分治疗七分护理”，护理工作在整个医疗过程中占有举足轻重的地位。曾经有一个小脑萎缩的病人，病人原来是一位英语老师，但他连续说三个字都不行。这样的病人单纯依靠医疗手段是不行的。我们就着重从心理因素是与他沟通，病人果然取得了较好的疗效。出院后为感谢我寄来了书法作品。我裱好后，拍成照片给他寄回去。让他真心感到护士对他康复的良好祝愿。一直到现在，病人都跟我保持联系，逢年过节都不忘给我寄一张贺卡。

您知道在英镑的背面印有女王伊丽莎白二世和南丁格尔的肖像吗？“燃烧自己照亮别人”，南丁格尔是英雄，是我们护士的骄傲。每一位真正的护士都是天使。我们的职业是这个社会不可缺少的职业，但又不是一种简单的职业。在我们每个人的一生中谁都无法拒绝天使，从您出生到您的生命完结，几乎每个人的生命都和护士有关。

当生命悄悄来到每个人的身边，与病魔抗争和搏斗是，与生命同行的是护士。我们是普通的女性，在家里是女儿、妻子、母亲，我们又不是普通的女性，是这个城市时刻与生命同行的人。我们是护士，从开始喊护士小姐到阿姨到已是祖母级别的主任护师，我们坦然接受的称呼是“护士!”。

踏着春天的脚步，“512”护士节又来了。我的心情格外激动，我将继续与病人的生命同行，让病人因我的处置而减少痛苦，因我的健康指导而有所收获，因我的安慰而树立信心。我找到了自己的价值，我体会到了平凡中的伟大，选择了护士这一行，我无怨无悔!

律师演讲比赛文稿篇二

自从南丁格尔那盏小马灯照亮无数伤残战士生命的那一克起，便有无数巾帼志士受到那生命光辉的感召，纷纷放弃优越的生活来到各个需要帮助的人们身边，承担起守护健康守护生命的神圣使命。她们用勤劳的双手和博大的爱心，将人类的至真、至善、至美发挥到了极至，一如春风吹遍世界的每个角落。

人人都说护士是白衣天使。因为一个人从生到死，都离不开护士的守护。但只有真正从事护理工作的护士姐妹才能体味这“天使”的称谓是多麽来之不易!其中包含了多少爱恨交织却又无法割舍的情怀。

二十多年前，一个偶然的机​​会使我选择了护理事业。那时对她的理解，只是一句空洞的话语。刚开始因为工作的琐碎、劳累、缺乏成就感而怀疑过自己的选择。三天一轮、五天一换的夜班，从不按时吃的三顿饭，昼伏夜出的生活曾使许多年轻人在选择职业时望而却步!但职业责任感使我仍然一丝不苟地工作着，后来，渐渐发觉自己早已融入这项工作中无法自拔：一个个患者痊愈出院，患者和家属那感激的神情与话语使我由衷地欣慰——刚刚过去的那一个个不眠之夜似乎变

得那麽轻松、值得!十几年来,护理工作在我心中变得实实在在:那就是一眼不眨的一个夜班、来不及吃的一顿饭、或者无法坐下来喝口水的8个小时,护理更是患者会心的微笑、一封感谢信,或是那双紧紧握住的久久不愿松开的手!

在许多人眼里,护理工作非常简单,无非是打针、送药、测血压,昨天、今天、明天,周而复始,技术含量低,缺乏职业的光环。但护理是这个病人这个时间的这片药、这瓶液体、这个体温和血压,是适合这个病人的一个称呼、一种交流方式、或是一个切实可行的健康教育计划,绝对不能换成另一个病人!一个医嘱、一片药、一个安瓿、一瓶液体在护士的手中要经过反复核对才执行到患者身上,在别人看来是如此罗嗦!但近二十年的工作实践,使我深刻体会到病人的事无小事!正是因为严格执行了三查七对,多巡视了一趟病房,多测了一次血压,也许就避免了一次小差错,发现了患者病情的微小变化,协助医师调整了治疗方案,从而减轻了患者的痛苦,促使其早日康复。护理工作就体现在这种日常的平凡小事中,也正是这些平凡小事却承载了许多人生命的重托!

对于护士这份工作我觉实曾经迷惘和无奈过,当看着一个个生龙活虎的生命眼睁睁的在自己面前颜色殆尽,无声无息至变冷变硬,年轻的自己早就花容失色;生离死别是天下最残酷的事情,而一贯风花雪月的自己竟日日面对时时参与.....。

因为一直工作在临床护理第一线,而且,几年前,我有幸竞争为病房护士长,有机会看到更多的护理人员的感人事迹,更加深了我对护理事业的理解。护理姐妹那一双双熬红的眼睛,借着手电筒的微光悄悄巡视病房的身影,还有刚刚还在病房健步如飞,回到家却似灌了铅的两条腿,以及做治疗时明明执行了三查七对,心中稍有疑虑便重新查对的近乎神经质的动作……都使我感动不已!护理工作因为这些无形的重复似乎并没有增加价值的含量,却大大提高了劳累的程度,从而才托起了患者痊愈的希望!

为了患者的康复，护士付出了很多。有谁知道，作为妈妈的女儿，多少次因不能照顾病中的亲人而潸然泪下，留下终生的遗憾！作为妈妈的妈妈，每每抚摸女儿发烧的小脸，面对女儿小小的请求——妈妈能不去上夜班吗？多少次却无言以对，毅然消失在夜幕中；多少个除夕夜，无暇倾听窗外爆竹声声，整夜未眠分秒必争地迎来新的一年……这就是我们的护士！正是有了护士的付出和缺憾，才使人间多欢乐，家庭更团圆！护士是真正的白衣天使，人类生命的保护神！一袭白衣，一脸微笑，一身来苏儿清香组成女人世界最时尚、亮丽的风景线！

粉红色的五月在护士的眼中最美丽，因为五月能给护士带来太多的欣慰，五月是快乐的，她总是在护士的歌声中穿行；五月是惬意的，她总是在护士的足迹中溜达；五月是无私的，她的心总是与护士的心贴得很近。五月里印有护士温存幸福、荡漾笑意的温泉，五月为护士带来了自豪。

愿所有的人都理解、关爱护士。愿所有的护士都不负生命的重托，成为维护人类健康的美丽使者，永远自豪地向世人宣告：我是护士！我是天使！！

今天，面对新一轮全新的医疗护理改革，需要我们每一个医务工作者保持良好的精神态，展示崭新的精神面貌；需要我们每一位医务工作者发扬以院为家的高尚情怀，需要我们每一位医务工作者紧跟时代勇于创新，让我们用勤劳的双手去装扮医院，把追求的信念放在医院，把满腔的激情奉献给医院，把爱心播撒到每一位患者的心里，努力弘扬南丁格尔精神，护理不倦，奉献不已，让生命之树永远青翠！我将继续与病人的生命同行，执着于生命的守候！

律师演讲比赛文稿篇三

1. 要结婚了 买房 装修 这里可以一步到位

7. 如果要观望， 我建议你看完这个房子后再观望，一定不会

让您失望！ 8. 所有人都在观望的时候@!!! 你敢出手吗 9. 政策已经至此，房价逐渐回升，观望后悔莫及！

万买一个大厂数一数二的学区房，还等什么??? 三，针对想要投资的：

律师演讲比赛文稿篇四

不知道以前哪位学者说过：“老师这个职业是太阳底下最光荣的。”怀着对这个想法的渴望，我踏入了幼儿园。

然而，当我第一天走进教室，真正与一群灿烂的“小太阳”打交道时，我的心里充满了担忧。做孩子的王，和孩子交流，这是我这辈子一直在争取的吗？他们那么稚嫩，乳臭未干，能说会道，好动，喜怒无常，却是祖国的期望。

说实话，其实我才21岁，还在做学生时代未完成的梦，需要父母的照顾！然而现实告诉我，我选择了学前教育这个光荣而艰巨的职业，我已经踏入了这个神圣的殿堂。我已经承担了这个我没有理由推卸的责任，我必须毫不犹豫地做好那位学者对我的教导。

虽然在大人眼里我只是个孩子，但我必须有父母的责任感；虽然我只是一个学生，但我想拥有一个老师的活力。我想在人生的沙漠里播种绿洲；在生命的铜山上播种花草；在社会的沃土上播种期望。

我明白前面的路一定不平坦，但我会沿着陡峭的山路勇敢攀登，努力学习，虚心请教，在未来的征途中不断提高自己的素质，充分发挥自己对朋友无私的帮助，对孩子的关爱，对事业的不断追求。

谢谢。

律师演讲比赛文稿篇五

大家好，很高兴能站在在这里，分享我的法律职业梦想。今天我演讲的题目是律师梦，我之行。做一名律师是我的法律职业梦想，不难理解，那么我从我之行谈起。

为什么要说行？《说文》中言：行，人之步趋也。前进，追随，人才能步步到达，步步趋近自己的前程，达到目的地。今天的我，是一个大二的学生，在经历了一年的法学之路，更加坚定了自己的梦想，更加坚定了自己的行程，更加坚定自己做出的选择，做一名律师。

这里我要谈及一下为什么我追随律师这个职业，因为这是一个机遇与挑战并存的职业，是一个大浪淘沙百舸争流的职业，更是一个充满希望实现梦想的职业。正如胡乔木同志在1986年为第一届全国律师大会题词《律师颂》中道：“你戴着荆棘的王冠而来，你握着正义的宝剑而来。律师，神圣之门，又是地狱之门，但你视一切诱惑为无物。你的格言：在法律面前人人平等，唯有客观事实才是最高的权威。”而且在我看来，律师是最能发挥一个人的聪明才智、最大限度挖掘一个人的潜能的行业。律师能给你充足的自由度、宽裕的发展空间，让你尽显个人的魅力。律师又是一个永远需要勇气的职业，一个需要对自己的梦想充满坚定信念的职业，一个需要甘于在最艰苦的条件下为之奋斗的职业，一个需要面对各种压力而毅然为弱者权利斗争的职业。

梦想固然可贵，但光有梦想是远远不够的，我还要充分学习，做到术业有专攻。现在大学期间，我应当做的就是学好专业课，领悟老师讲的每一个案例，掌握每一部法律，并重点掌握一门核心法律，并积极参与法学技能训练，提高演讲，辩论，写作等技能，以便将来更好的服务于社会。同时向案件学习，总结其它案件的经验和教训，再推及到以后所办的案件中，做到温故而知新；向律师们学习，学习他们的办案技巧，为人之道都可以作为我们的知识库，成为我们的行动指

南，因为“他山之石，可以攻玉”；向社会学习，复杂的社会形态造成了理论与现实的差距。从社会中来，到社会中去，我会多去参与学校组织的普法活动，关注社会民生。学习，不断的学习，唯有学习，才能让绚丽的梦想之花结出丰硕的现实之果。

这里我想到了的张明楷老师在对法学的新生的开学典礼里说过一段很有意义的话，法学是典型的先苦后甜、胜者通吃的长线专业。你们必须经受各种痛苦的经历，无法承受的人趁早出局。入学第一天你们就应该知道，这个专业要背最厚的书，参加最难的考试，忍受最低的一次就业率，更重要的是，必须在精神上脱胎换骨。法学是成年人的工作，如果不快点毁掉你们的童年，你们怎么真正成熟！法学是统治者的事业，如果不毁掉你们的平民心态，怎么能进入领导者的行列！法学是研究人性恶的科学，如果不深刻的直面邪恶，你们又怎么能彻底的明白正义！这段话让我备受启发，同时更加坚定自己的追求。律师之路很漫长很艰难，但是这个职业深深吸引我，照亮我的前程，让我坚信未来，不畏困难。道阻且长，我不会迷茫，路途浩浩，我不会烦躁。我将耐心等待梅花香自苦寒来的那一天。

我是一个一个年轻的法科生，年轻没有失败，年轻经得起失败。在追求律师职业的道路上，虽然是鲜花与荆棘同在，可梦想已不再是梦，她已经悄然来到我面前对我嫣然一笑，让我笑曰：岂可奈郁郁无为乎！乘此东风，利此韶光，气冲斗牛，意指洪荒。我的这个梦想会激发和我有着同一梦想的法科生努力；更会支持我们每一个法律人前行；会砥砺我们每一个法科生为了实现法律理想而无尽的奋斗。它会像火炬一般的辉煌，黑暗中给我们以光明；它会像日月般的永恒，孤独中给我们以生存；他会像海洋般的浩瀚，大地般的深沉，给我们以奋斗的力量，展拓你生命的历程。

谢谢大家！

律师演讲比赛文稿篇六

大家好！能有机会参加这次演讲，我感到无比荣幸和自豪。我演讲的题目是：用“爱”谱写教育的旋律。

她的回答很高妙，特别是最后一句“做伟人的老师”给我的印象特别深刻，给了我很大的启迪：原来如此平凡的岗位可以孕育出这么多不平凡的人生，这就是教师职业的伟大！我与女孩不同的是：我从小就立志当老师，从小就幻想在充满爱的童心里去品尝桃李满天下的幸福。而这种幸福，在我十几年的教学工作中体现的尤其丰富和细腻。

从登上讲台的第一天起，我就立志当一名优秀的语文教师。我认真钻研教育教学理论，针对农村学生的特点，潜心研究学生的心理，认真备好、讲好每一节课。在阅读教学和作文教学中，我总结出了自己独特的教学方法。同时，我还积极参与课题研究，积极撰写教学论文，并取得了一定的成绩。

除了教学，我还长期担任班主任工作。班主任工作的实践，使我深深懂得了：作为一名班主任老师，光在教学上下功夫是远远不够的，要做一个真正受家长欢迎、受学生爱戴的老师，不只要知识水平高、业务精，更重要的是把爱心融于教育中。为了学生的每一点一滴的进步和发展，我经常是满负荷、超负荷工作着，为了组织管理好班级我常常是早来晚走，把全部心思都用在了学生身上。为了了解学生的情况，暑假里，我冒着炎炎烈日逐一走访每名学生，及时掌握他们的思想变化，对学生真正做到了学习上关心、生活上照顾、心灵上沟通。

十几年的教学生涯给了我很多的感受，其中最深刻的体会就是：一是把微笑送给每一位学生，微笑的力量是无穷的，每天给学生一个灿烂的微笑，会让学生身心感到愉快，智能得到发展。二是把真情送给学生。真诚关心和爱护学生，平等对待每一个学生，尊重学生的人格。

律师演讲比赛文稿篇七

一篇文章最先让读者看见的是标题，一篇演讲稿最先让听众听到的也是标题。人们常把标题比作文章的眼睛。这种比喻形象地说明了标题在文章中的重要作用。演讲稿的标题，是演讲稿不可缺少的有机组成部分，是一篇演讲稿的定音之弦。演讲标题涉及到演讲稿内容的整体布局，关系到演讲开始能否抓住听众的欣赏心理，吸引听众，并自然地引出演讲内容。演讲稿标题拟制得好，不但可以引起听众的注意，吸引听众听讲，而且还能起到概括文章的思想内容，突出演讲的中心论题，明确演讲所要讨论的特殊对象或所涉及到的特定场合及其范围等作用。

新颖的、具有吸引力的标题，具有大幅度、高强度振动听众心弦的功能。许多好的演讲标题，犹如吟天下第一声，飞光溢彩，蔚为大观。许多听众，特别是青年听众，就常常是根据演讲者的演讲标题来决定自己听不听、认不认真听演讲者演讲的。因此，写演讲稿，就必须千方百计地拟制一个鲜明生动、富有吸引力的演讲标题，使演讲一开始就以新奇取胜，以美妙夺人。

一、标题的类型

演讲稿标题的类型，常用的一般有下列几种：

1、提要型

《人总是要点精神的》

《在磨难与痛苦中创造亮丽的人生》

《坚定信仰，弘扬美德》

《没有金钱并非“万万不能”》

这种类型的标题，有利于集中表达演讲者的思想，使听众一听便知道演讲的中心问题，在思想上打下一个烙印，有利于听众领会、吸收。

2、象征型

《让美的横杆不断升高》

《扬起生命的风帆》

《托起新世纪的彩虹》

前一标题用“横杆”作比，把本来抽象的“美”具体化、形象化；第二个标题，演讲者巧比妙喻，赋予理想、信念以生命、感情和思想，鼓励青年荡起双桨，乘风破浪，借此鼓励青年奋发进取。这种类型的标题，一般具有强烈的感情色彩，容易引起听众感情上的共鸣，强化演讲效果。

3、含蓄型

《逐日立杖铸丰碑》

《红绿灯下赤子情》

《蜡炬成灰泪始干》

4、警醒型

《忧劳可以兴国，逸豫适足亡身》

《天下兴亡，匹夫有责》

《有志者事竟成》

5、设问型

《人生的价值何在？》

《我们应该怎样爱孩子》

《他们很傻吗？》

6、抒情型

《我爱长城，我爱中华》

《党啊，亲爱的妈妈》

标题的类型绝不仅仅限于上述几种。好的标题往往很难一下确定下

来。很多演讲常常在准备好演讲内容后，还苦于找不到合适的标题。许多标题的拟制和提炼，要经过反复推敲，深思熟虑，有的甚至是“煞费苦心”。

二、标题的要求

第一、标题要贴切。贴切的含义有二，一是演讲的标题要与演讲内容和谐统一，标题含义的大小、宽窄要与演讲的内容一致；二是拟制演讲标题时，要使用准确、恰切的语词和语句，不能使用含糊笼统、艰深晦涩、令人费解的语词和语句。标题晦涩，令人费解，就引不起听众的兴趣，从而影响听众认真听演讲的情绪。三是标题要符合演讲者的身份，不能太高、太大，不能夸夸其谈、随心所欲地选择那些与自己身份根本不相称的题目。

第二、标题要简洁。演讲的标题要有概括性，用最简洁的语言，表达最丰富的内涵，即所谓“意唯其多，字唯其少”。一般地讲，演讲的标题要概括演讲的基本内容，或者反映演讲的中心论题。从语言表达角度要求，精心拟制出的演讲标

题，要尽可能做到简短、有力，字少意多，言简意深。如果过长，就会显得散漫无力，分散听众的注意力。简洁的题目，既让人留下深刻的印象。鲁迅先生的五本集子（《彷徨》、《呐喊》等），共69篇文章，标题字数总共只有214个，平均每个标题只有3.1个字，真可谓字字珠玑，言简意赅。

才能醒目。由于演讲稿语言有声性的要求，故演讲稿标题不仅要醒目，而且要上口，更要悦耳，要使演讲稿标题念出来有音乐般的美感。

律师演讲比赛文稿篇八

大家好，我叫，我演讲的题目是——“做法律的忠诚卫士”。今天我能有机会站在这里，述说一段职业的情怀和感悟，很幸运，也很激动。

首先，我向在座的每一位心怀“忠诚、为民、公正、廉洁”政法核心价值观的律师致以崇高的敬意，你们是法律忠诚的卫士！

孟德斯鸠说过：“一个人的价值，应该看他贡献了什么，而不应当看他取得了什么。”记得刚刚踏入大学校门选择专业的那一刻，我毫不犹豫地选择了法学，毕业后我有幸加入祝融万权律师事务所这个大家庭，被身边的这些法律工作者感动着，是他们让我更加坚定决心永远献身律师事业。他们的公平、公证、大义凛然；他们的无私、无畏、乐于奉献，他们践行政法核心价值观的精神，让我们肃然起敬。

如果说诉讼律师留给人们的印象是用缜密的逻辑思维和犀利的语言为百姓维护公平、伸张正义，那么非诉律师的价值就是用卓越智慧和超前的理念服务企业，推动社会经济的发展。近几年来，房屋拆迁安置、土地征用补偿、企业改制及兼并、破产等方面引发的群体性事件时有发生，我们的律师以化解矛盾、维护稳定为己任，积极参与，依法代理，做了

大量卓有成效的工作。

我所律师参与了某城中村改造，由于村民的利益没有得到妥善的处置，村民的诉求并没有得到合理的解决，给律师工作带来极大地困难，在进行大量的尽职调查后，运用扎实的专业功底和娴熟的谈判技巧，对存在的各类纠纷妥善处理，并达到良好的社会效果，将城中村改造的法律风险降到最低，确保改造工作的顺利完成！响应了政府的号召，推动了社会的发展。

我所律师参与了某国有企业改制，由于国家和地方政府在国有企业改制方面制定的政策相对不成熟、不统一，再加上在设计改制方案和具体操作改制方案过程中存在纰漏，很多地方或行业的改制行为极不规范、不统一，国有资产流失或改制企业大规模地逃避债务、职工利益被严重侵犯或忽视等情况比较突出，我所律师在结合国家现有的法律、法规、政策前提下，研究并制定方案，使原有改制行为中的偏差和违规之处得以纠正，使停滞不前的国有企业重现生机，为经济发展保驾护航。

特殊的职业赋予特殊的使命，特殊的使命赋予特殊的追求。我们既然选择了这一职业，就应该无愧于律师这一光荣称谓。也许，我们不会像同龄人那样，在五彩缤纷中尽情挥洒自己的青春；也许，我们会把年少轻狂紧锁心中，可是，我们知道，这就是律师的责任。

让我们心怀正义，牢记律师的使命，践行政法核心价值观，做法律的忠诚卫士！

律师演讲比赛文稿篇九

环境是指以我们人类为主体的外部世界，是人类生存发展的物质基础，不仅包括自然环境，日常生活、学习、工作环境，还包括现代生活用品的科学配置与使用。人与环境，象鱼和

水一样密不可分。环境创造了人类，人类依存于环境，受其影响，不断与之相适应；人类又通过自身的生产活动不断改造环境，使人与自然更加和谐。

生活环境对人类的生存和健康意义重大，适宜的生活环境，可以促进人类的健康长寿。反之，如果对人类生产和生活活动中产生的各种有害物质处理不当，使环境受到破坏，不仅损害人类健康，甚而还会导致人类健康近期和远期的危害，威胁子孙后代。也就是说严重的环境污染，能造成生态系统的危机，导致人类的灾难。流行病学研究证明，人类的疾病70%~90%与环境有关。人类想健康长寿，就必须建立和保持同外在环境的和谐关系。良好的地理环境不仅是人类物质生活的可靠保证，而且是人体健康不可缺少的条件。自古以来，僧侣的庙宇或皇族的行宫多建筑在环境幽静、林木茂盛的山上，或在碧波环绕、水天一色的海岛上，说明人们对养生的地理环境选择上，早已达到相当高的水平。目前在城市我们对住宅的环境进行绿化和美化，使其达到良好的生活环境，以利于养生。创造一个树木环绕，郁郁葱葱，鲜花盛开，千姿百态的住宅环境。这样的环境可以使居住者心旷神怡，置身于大自然的纯朴美和自然美之中，为生活增添无限乐趣，从而达到养生怡性，延年益寿的目的。

然而，随着经济的快速发展，我们的环境也变得越来越糟糕。环境污染问题也越来越受到关注。

环境污染不仅影响到我国社会经济的可持续发展，也突出地影响到人民群众的安全健康和生活质量，如今已受到人们越来越多的关注。只有通过全社会的共同努力，有效控制环境污染，不断改善环境质量，才能让我们呼吸到清洁的空气，喝上放心的水，吃上放心的食物，拥有安全的工作和生活环境。

人类健康的基础是人类的生存环境，只有生物多样性丰富、稳定和持续发展的生态系统，才能保证人类健康的稳定和持

续发展，而环境污染是人类健康的大敌，生命与环境最密切的关系是生命利用环境中的元素建造自身。

对人体健康有影响的环境污染物主要来自工业生产过程中形成的废水、废气、废渣，包括城市垃圾等。环境污染物影响人体健康的特点，一是影响范围大，因为所有的污染物都会随生物地球化学循环而流动，并且对所有的接触者都有影响；二是作用时间长，因为许多有毒物质在环境中及人体内的降解较慢。

环境污染会给生态系统造成直接的破坏和影响，如沙漠化、森林破坏、也会给生态系统和人类社会造成间接的危害，有时这种间接的环境效应的危害比当时造成的直接危害更大，也更难消除。例如，温室效应、酸雨、和臭氧层破坏就是由大气污染衍生出的环境效应。这种由环境污染衍生的环境效应具有滞后性，往往在污染发生的当时不易被察觉或预料到，然而一旦发生就表示环境污染已经发展到相当严重的地步。当然，环境污染的最直接、最容易被人所感受的后果是使人类环境的质量下降，影响人类的生活质量、身体健康和生产活动。例如城市的空气污染造成空气污浊，人们的发病率上升等等；水污染使水环境质量恶化，饮用水源的质量普遍下降，威胁人的身体健康，引起胎儿早产或畸形等环境污染是指人类直接或间接地向环境排放超过其自净能力的物质或能量，从而使环境的质量降低，对人类的生存与发展、生态系统和财产造成不利影响的现象。具体包括：水污染、大气污染、噪声污染、放射性污染等。水污染是指水体因某种物质的介入，而导致其化学、物理、生物或者放射性污染等方面特性的改变，从而影响水的有效利用，危害人体健康或者破坏生态环境，造成水质恶化的现象。大气污染是指空气中污染物的浓度达到有害程度，以致破坏生态系统和人类正常生存和发展的条件，对人和生物造成危害的现象。噪声污染是指所产生的环境噪声超过国家规定的环境噪声排放标准，并干扰他人正常工作、学习、生活的现象。放射性污染是指由于人类活动造成物料、人体、场所、环境介质表面或者内部出现

超过国家标准的放射性物质或者射线。

环境污染的实例有很多，就拿大气污染中的伦敦烟雾事件举例。如下：

1952年12月5~8日英国伦敦发生的煤烟雾事件死亡4000人。人们把这个灾难的烟雾称为“杀人的烟雾”。据分析，这是因为那几天伦敦无风有雾，工厂烟囱和居民取暖排出的废气烟尘弥漫在伦敦市区经久不散，烟尘最高浓度达4.46毫克/米，二氧化硫的日平均浓度竟达到3.83毫升/米。二氧化硫经过某种化学反应，生成硫酸液沫附着在烟尘上或凝聚在雾滴上，随呼吸进入器官，使人发病或加速慢性病患者的死亡。

类似的实例还有很多很多，大到众所周知的各种公害性事件，小到我们日常生活中的事件。每一个环境污染的实例，可以说都是大自然对人类敲响的一声警钟。为了保护生态环境，为了维护人类自身和子孙后代的健康，必须积极防治环境污染。为了做好环境污染的防治工作，我们每一个公民必须努力增强环境意识：一方面要清醒地认识到人类在开发和利用自然资源的过程中，往往对生态环境造成污染和破坏；另一方面要把这种认识转变为自己的实际行动，以“保护环境，人人有责”的态度积极参加各项环境保护活动，自觉培养保护环境的道德风尚。

作为一名机电专业的学生，就机电专业与环境的关系做以下相关论述。

机电工业由机械工业和电子信息工业中某些行业组成，包括普通机械制造业、专用设备制造业、交通运输设备制造业、电气机械及器材制造业、电子及通讯设备制造业、仪器仪表及其他计量器具制造业、家电制造业等，是我国国民经济支柱产业，为我国经济各部门提供适用的先进技术设备。

与此同时，机电制造业不仅生产过程消耗大量能源、材料、

产生大量污染，而且机电产品本身也是耗能、排污的重要载体。机电产品报废后形成的电子垃圾已成为困扰全球的一个环境问题。随着我国家电报废高峰的来临，大量电子垃圾正对城市环境产生新的压力。这些电子垃圾处理不当，会对环境产生巨大危害。例如电视机显像管含有易爆性废物，电视荧光屏含汞；电冰箱的制冷剂和发泡剂能破坏臭氧层；而废电脑则更严重，一台电脑所需要的700多种化学原料中，50%以上对人体有害。有资料显示，每一台电脑显示器中的阴极射线管含有大量铅，而铅一旦进入土壤会严重污染水源，最终危害人类、植物和微生物，还会对儿童的脑发育造成极大影响。

机电产品制造业作为国民经济支柱产业，为我国经济的发展做出了重要贡献，在环境保护事业中同样处于举足轻重的地位。机电行业是污染排放的一个重要来源，解决好机电行业的环境问题，可以减轻国家环境方面的负担。同时，随着国家环境方面的法律政策日益完善，从机电行业自身出发，解决其环境问题也势在必行。

总之，只有解决了环境的相关问题，人类的健康才能得以保障。而环境的问题也不只是环境专业要去研究的，它存在于各行各业之中，是需要大家一起努力的。

律师演讲比赛文稿篇十

一路上，小鸟在唱歌，蝴蝶在花丛中翩翩起舞，花儿向她微笑，小草伸着懒腰……它们好像在欢庆这个美好的节日——三八妇女节！

艺芳走进花店，挑了一朵开得最灿烂的康乃馨，表示她的学习会像这朵花一样优秀；又挑了一朵最红艳的，表达了她对妈妈火热的爱……艺芳一共挑选了九朵康乃馨，付了钱，就匆匆离开了。她要给妈妈一个惊喜。