

# 2023年防艾演讲稿(精选5篇)

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。我们如何才能写得一篇优质的演讲稿呢？以下是我帮大家整理的演讲稿模板范文，欢迎大家借鉴与参考，希望对大家有所帮助。

## 防艾演讲稿篇一

如今，我国的疫情防控工作取得了阶段性的胜利，但由于目前国外的疫情迅速蔓延，形式严峻，所以，我们依然要做好个人防护，防止疫情死灰复燃。

那么如何才能做好个人防护呢？

首先，同学们要了解新型冠状病毒会出现哪些临床症状。一般症状包括发热、乏力、干咳、逐渐出现呼吸困难等，少数伴有鼻塞、流涕、咽痛和腹泻等症状，部分患者起病症状轻微、可无发热、无肺炎表现，其称之为无症状感染者。因此，如同学们出现上述症状，或曾与疫区人员、境外人员有接触史，应立即告诉家长和班主任进行处理，做到不隐瞒，不谎报。

其次，在疫情当前，同学们在日常生活中也应该要做到以下几点：

### 1. 正确佩戴口罩

戴口罩是阻断呼吸道分泌物传播的有效手段，选择医用外科口罩能很好地预防呼吸道疾病。一次性医用口罩佩戴时，要将拆面完全展开，将嘴、鼻、下颌完全包住，然后夹紧鼻夹，使口罩与面部完全贴合，同学们注意，在口罩使用完后，不能随意扔掉，要注意妥善处理，否则容易滋生细菌。

## 2. 避免食源性感染

同学们要做到不贪嘴，拒吃野味，牢记病从口入的教训，不吃过期变质食品，平时多注意食品的生产日期和保质期，在规定时间内食用。打开食品包装时注意食品有无腐败、变质，如果发现食品味道不对，应立即停止食用。

## 3. 勤洗手

保持良好的呼吸道卫生习惯，双手接触呼吸道分泌物后，如打喷嚏后、餐前便后、外出回家、接触垃圾、抚摸动物后应立即洗手，使用肥皂或洗手液并用流动水洗手，用一次性纸巾或干净毛巾擦手。

## 4. 减少串门

为了保护自己也为了保护他人，同学们应该尽量减少到人群密集的场所活动，避免接触呼吸道感染患者。如出现呼吸道感染症状如咳嗽、流涕、发热等，应居家隔离休息，持续发热不退或症状加重时及早就医。

## 5. 增强体质和免疫力

同学们应该保持健康的生活方式，加强体育锻炼，注意休息，避免过度劳累，多吃蔬菜水果，多喝水，增加机体免疫力。

## 6. 保持环境清洁和通风

我们在防控疫情的同时，每个人都要调节好自己的心理状态。在前方，有很多无名英雄在攻克难关，那么在后方，我希望在阳光洒满大地的季节，每一个同学的心灵也同样充满着无限明媚的阳光。我们一起共同努力，打赢这场抗“疫”胜仗，我期待返校后与你们在校园相遇，听到你们发自肺腑的那声“老师好”！

谢谢大家！

## 防艾演讲稿篇二

最近，有一种叫新型冠状病毒的细菌打破了我们这个本该开开心心度过的春节。这是一种急性感染性肺炎，它是先前未在人类中发现的。它的主要传播途径是经呼吸道飞沫传播和接触传播，感染上了它主要症状为发热、乏力、干咳，不及时治疗就会要人性命。

病毒虽可怕，但有一些人愿意冒着生命危险夜以继日的救死扶伤，治愈病人。他们，就是白衣天使。他们牺牲休息，牺牲健康，牺牲亲情，他们知道自己随时可能被感染，感染了，死亡的机率可是很高的。他们心里很清楚这一点，尽管心里清楚，他们还是愿意牺牲自己，治愈病人！大家都被这些最美的白衣天使而感动了！

还有一些人，他们虽然没有能力去救死扶伤，但是他们希望能为祖国出一份力。

大年三十，河南沈丘，在武汉服役了17年的王国辉载着五吨蔬菜，赶往火神山医院工地，免费送菜。早上5点，他起床叫醒村民起来收拾菜。20多名村民忙活了许久，最后，5000多斤青菜，4100斤冬瓜……整整五吨菜，被装上了车。他说，他曾是武汉老兵：1998年抗洪，我在一线。20\_\_年抗冰灾，我在一线。这次疫情，我理所当然也要去。

这些人，都是让人特别温暖、安定，心中有了一股力量，眼前看到了战胜疫情的希望，他们特别普通，特别朴实，也特别了不起！有大家，有每一个中国人，胜利的号角一定会吹响！

武汉加油！中国加油！

## 防艾演讲稿篇三

大家好！

谁都期望自我有一双炯炯有神的双眸，宛如夜空中闪亮的星星。而患了近视病后，那厚厚的眼镜片，像什么似的，显不出一点孩子的活泼和可爱。更看不出一点斯文的气质。

那么怎样才能保护好自我的眼睛，预防近视呢？

首先要有正确的用眼姿势，同学们每一天都要读书写字，有的人写字时，下巴搁在桌上，肩膀歪着，眼睛恨不得钻到纸里去，这样眼睛为了调节适宜的距离，使肌肉得不到放松，晶状体凸度增大，长久之下，睫状体内的肌肉得不到放松，变凸的晶状体也不能恢复到正常状态，所以，眼睛就会看不清远处的东西，所以，我们必须使用正确的用眼姿势，眼与书的距离要坚持33厘米左右，千万不能躺着或走着看书哟！

其次要注意适宜的光线，简单的说，就是不能太暗或太亮。否则会使散瞳缺少屈光度而造成近视。我想你必须经历过。

还有就是要注意劳逸结合，看书一小时后，就要向远方眺望一会，看看绿色的田野，一幢幢的楼房，以此来缓解一下眼睛的疲劳，千万不可立即看电视。

眼睛是宝贵的，如同我们的生命，我们必须爱护它。眼睛是心灵的窗户，它展示着一个人的聪明、可爱、活泼。让我们进取的预防近视，让你的心灵之窗永远明亮。

## 防艾演讲稿篇四

大家好！

20\_\_年的春节是个不一样的春节。以往的春节人们有的走亲访友，一起吃团圆饭，有的出门旅游，有的一起逛街；街上总是热热闹闹的，而今年人们只能待在家里，不敢出来。街上空荡荡的，显得特别冷清，都有了“空城”一说了。造成这种现象的罪魁祸首就是“新型冠状病毒”。

那又是什么造成新型冠状病毒发出来的呢？大部分人说怪野生动物，我觉得不怪野生动物，人类自己得好好反思一下。如果人类不那么贪婪，那么在野生动物身上的病菌就不会被人类吃进肚子而感染上“新型冠状病毒”，也就不会传染这么多人了。

我的舅舅是一位人民警察，从大年三十开始就天天上班，甚至没回过一次家。他也是冲在一线的战斗员，我很敬佩像他一样的逆行者，我为他们点赞！

这么多医护人员和战士们冲在一线，我相信我们一定能顺利的击败疫情！也会尽快的恢复我们正常的学习和生活！也希望冲在一线的爷爷奶奶，叔叔阿姨，哥哥姐姐们保护好自己的身体！加油！

## 防艾演讲稿篇五

大家好！

“哪有什么岁月静好，只不过是有人为你负重前行。”无数医务工作者，奔向急救室的病榻；无数仁人志士他们转身逆流而上，将满手红印按在请愿书上。他们不计报酬，不论生死，冲锋在前。他们穿梭在生死之间，为我们构筑起一道牢不可破防控疫情的铜墙铁壁。

面对突如其来的新型冠状肺炎疫情，每天播报的确诊人数牵动着我们每个人的心，这是一场没有硝烟的全民战役，并且，抗击疫情是一场没有人能够置之度外的战斗，每个人都与之

休戚与共、息息相关。面对在疫情中的英雄们的无私奉献和牺牲，我们没有理由不扛起属于自己的责任，对于我们这些普通人而言，做好自我防护就是责任。出己力、尽己责，多添力、少添乱，英雄们就能少流一些泪和汗，英雄的家人就少一份担忧，这本身也是对英雄的保护、最暖的致敬。“众人拾柴火焰高”，战胜疫情，不是一个人的事，也不是一些人的事，而是我们所有人共同的事，全国人民团结一致、同舟共济，拧成一股绳一同应对疫情，战胜它一定不会远！

我们需要面对的是新型冠状病毒这一共同敌人；我们需要实现的是战胜肺炎疫情这一共同的目标！在向最美逆行者致敬的同时，也请向与我们守望相助的同胞们致敬！

谢谢大家！