

2023年禁止塑料袋的演讲稿 禁止酒驾的安全演讲稿(模板5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。演讲稿对于我们是非常有帮助的，可是应该怎么写演讲稿呢？下面是小编为大家整理的演讲稿，欢迎大家分享阅读。

禁止塑料袋的演讲稿篇一

生命不可逆转，绝不能将自己一时的快乐建立在别人的痛苦之上！

近年来，酒后驾车导致事故越来越多，酒精正在成为越来越凶残的“马路杀手”，其中部分交通事故就因酒后驾车而起。

全体私家车主及广大驾驶人朋友：

一、参加任何活动及和亲朋好友聚会时，严格自我约束，做到喝酒不开车、开车不喝酒，提高自制力，杜绝酒后驾车。

二、参加任何活动及和亲朋好友聚会时，做到对开车参加活动的亲朋好友不劝酒、不敬酒，对于开车来的朋友，要提醒对方不喝酒。

三、组织聚会活动的主持人要认真负责，尽可能组织不含酒精的聚会，并监督聚会中饮酒的朋友酒后是否驾车，如发现立即制止。

四、发现酒后驾车行为后，应对司机进行劝阻，同时劝阻其他人不搭乘该车辆。

五、文明驾车，遵守交通法律法规。

为了自己和自己的家人，也为了别人和别人幸福的家庭，请握好您手中的方向盘，珍爱生命、文明行车。从我做起，文明驾车，拒绝酒后驾车。

以上倡议最重要的还得落实到行动上，让我们为构建文明交通共同努力！

禁止塑料袋的演讲稿篇二

早上好！

我是xx班xx□我今天演讲的题目是《拒绝垃圾食品，保护校园环境》。

小商贩们赚了钱，眉开眼笑，可是环卫工人辛辛苦苦创造出来的干净环境，我们的同学辛辛苦苦打扫好的整洁校园，一下子又变得乱糟糟的了。

购买食用伪劣食品影响我们的身心健康；让我们养成乱花钱的坏习惯；使我们放学的道路拥挤不堪；让我们的城市变得脏乱不已！

所以，在此，我向在场的每一位同学倡议：为了我们身心的健康，为了养成良好的卫生饮食习惯，为了维护学校周边整洁的环境，请大家尽量在家吃饭，不乱花零用钱，不购买食用路边的垃圾食品，做一个有自制力的三中好少年！

谢谢！

禁止塑料袋的演讲稿篇三

今天是除夕夜，也是人们俗称的“大年夜”。

一大清早，爸爸妈妈和我拎着大包小包来到爷爷奶奶家过新年。刚一进门，就看见墙上贴的，门上挂的大红饰物，把家里打扮得喜气洋洋。

晚上，我们频频举杯，一边享受着美味佳肴，一边看着一年一度的春节联欢晚会，真是别有一番情趣。时间过得可真快啊，转眼间时针和分针都已经指向了11，还有5分钟，新的一年就要来临了，大家的心情都不由得激动起来了，大家屏住了呼吸，等待着这一时刻的到来。而门外的鞭炮声早就不绝于耳了。

在这个不眠之夜，我们告别了旧年，迎来了新年，真所谓“辞旧迎新”。这是个多么令人欢欣鼓舞的夜晚，今夜难以入眠。

禁止塑料袋的演讲稿篇四

大家好，今天我们要给大家介绍的是《吸烟有害健康》。

吸烟有一定的社会性，在社交中具有一定的社会功能，但同时又可能诱发多种疾病，对个体健康危害极大。也正由于如此，现在戒烟越来越受欢迎，比如现在用k—smoker办法戒烟的人就非常多了。据世界卫生组织调查，在工业发达的国家中有四分之一的癌症者，吸烟的占90%；死于支气管炎的，吸烟的占75%；死于心肌梗塞者，吸烟的占25%。吸烟不但给本人带来危害，而且还殃及子女，有学者对5200个孕妇进行调查分析，结果发现其丈夫每天吸烟的数量与胎儿产前的死亡率和先天畸形儿的出生率成正比。父亲不吸烟的，子女先天畸形的比率为0.8%；父亲每天吸烟1~10支的其比率为1.4%；每天吸烟10支以上的比率为2.1%。孕妇本人吸烟数量的多少，也直接影响到婴儿出生前后的死亡率。例如，每天吸烟不足一包的，婴儿死亡危险率为20%；每天吸烟一包以上的，婴儿死亡危险率为35%以上。同时吸烟作为一种成瘾性行为，也有一定的精神卫生问题。男性：烟草中尼古丁有抑

制性激素分泌及杀伤精子的作用。同时烟草毒素可阻碍精子和卵子的结合，大大降低了妇女的受孕机会。最新研究发现吸烟还会导致阳痿。女性：烟草更易影响生理，会出现月经紊乱、流产、绝经提前等症状，并使绝经后的骨质疏松症状更加严重。

世界卫生组织的报告表明，吸烟对人类的危害是多方面的，主要导致哮喘、肺炎、肺癌、高血压、心脏病和生殖发育等。其中，二手烟对被动吸烟者的危害一点也不比主动吸烟者轻，特别是对少年儿童的危害尤其严重。愈早开始抽烟的人，其患病的机率愈大。吸烟开始年龄与肺癌死亡率呈负相关。吸烟损害大脑，使智力受到影响。在烟草的烟雾中，一氧化碳含量很高。吸入人体后，与血液中的血红蛋白结合成碳氧血红蛋白，使血红蛋白不能正常地与氧结合成氧合血红蛋白，因而失去携氧的功能。此外，一氧化碳与血红蛋白结合力要比氧气大260倍，而从碳氧血红蛋白中离解出一氧化碳的速度又比从氧合血红蛋白中分离出氧的速度慢得多。由于人的大脑对氧的需要量大，对缺氧十分敏感，因此，吸多了烟就会感到精力不集中，甚至出现头痛、头昏现象。久之，大脑就要受到损害，使思维变得迟钝，记忆力减退。这样，必然会影响学习和工作，使学生的学习成绩下降。烟草中的尼古丁是一种神经毒素，主要侵害人的神经系统。一些吸烟者在主观上感觉吸烟可以解除疲劳、振作精神等，这是神经系统的一过性兴奋，实际上是尼古丁引起的欣快感。兴奋后的神经系统随即出现抑制。所以，吸烟后神经肌肉反应的灵敏度和精确度均下降。

有些人吸烟会引起头晕，恶心，面色发黄等症状，严重者甚至站立不稳等。原因大约有三点，尼古丁中毒，缺氧及过敏症状。尼古丁中毒主要由于吸烟过量导致，通常是老烟枪面对的问题，情况严重时会猝死或引发心脏病等；而对于吸烟新手来说由于吸烟导致吸入一氧化碳，从而引起大脑缺氧，应及时呼吸新鲜空气严重时吸氧；而有些人对于香烟中含有的尼古丁与烟焦油等成分有过敏反应，就算吸入量不是很大

也会有很严重的反应，因个人体质而异，最好及时就医。综上所述，还是不要抽烟比较好。

对人的生命来说，新鲜空气、食物、水是最重要的因素。从大气污染的角度看，在一般通见不良而吸烟者又较多的地方，那里每一毫升烟雾里含有50亿个烟尘颗粒，它是平常空气中所含尘埃微粒的5万倍。那里一氧化碳的浓度超过工业允许阈值的840倍。大量的一氧化碳存在使人精神疲惫，劳动效率降低，血液中碳氧血红蛋白浓度可上升到中等中毒程度。说了这么多，大家也一定也了解到吸烟的危害了，所以我们建议大家一定不要因为好奇而去尝试着吸烟，也希望更多的吸烟者可以努力把烟戒掉。我们的演讲结束了，谢谢大家！

禁止塑料袋的演讲稿篇五

文明行车不仅是驾车者的义务和责任，更事关生命安全和人生幸福。为了您和他人的生命安全，为了您全家的幸福和安宁，我们呼吁全社会的交通参与者，广大司机朋友们，遵守交通法规，拒绝酒后驾驶。

一、参加活动及聚会时，严格自我约束，做到喝酒不开车、开车不喝酒，提高自制力，杜绝酒后驾车。

二、参加活动及聚会时，做到对开车来的亲朋好友不劝酒，不敬酒，并提醒对方不喝酒。

三、尽可能组织不含酒精的聚会，注意饮酒的朋友是否有驾车，如发现应立即制止。

四、发现酒后驾车行为后，应对司机进行劝阻，不搭乘该车辆。

五、应提倡文明驾车，遵守交通规则，不超速、不违章，不往车外乱扔废弃物等。

六、严格遵守《中华人民共和国道路交通安全法》相关法规。

为了每一位朋友的家庭和睦、幸福安康，衷心地希望每位车友时刻铭记，珍爱生命、拒绝酒后驾驶。为了你的亲人，为了你的朋友，为了你自己，从我作起，远离酒祸，坚决杜绝酒后驾驶！让我们携起手来，打造一个平安畅通、和谐文明的交通环境，使我们的城市更美丽，我们的生活更美好！

希望此倡议能得到大家的支持。祝大家生活幸福！