

# 2023年拒绝手机从我做起演讲稿(通用7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。那么你知道演讲稿如何写吗？下面是小编为大家整理的演讲稿，欢迎大家分享阅读。

## 拒绝手机从我做起演讲稿篇一

大家好！

近期，以武汉为源，在全国范围内爆发了新型冠状病毒，这一切都是因为他们食用野生动物。

野生动物分为多种，在这些野生动物之中，引发新型冠状病毒的野生动物就是蝙蝠。蝙蝠还有另一个称号，叫做“病毒王”。因为蝙蝠身上能携带超过一百多种病毒，分别有：狂犬病、sars、埃博拉、马尔堡、尼帕亨德拉，可谓是真正的高致病性病毒“蓄水池”。迄今为止引起了多次大规模疫情。拒绝野味，从我做起。

除了蝙蝠以外，还有更多的野生动物一样传染着病毒。

果子狸作为传播非典的中间宿主。身上还携带狂犬病，以及多种体内寄生虫。包括旋毛虫，斯氏狸殖吸虫等。可损伤肺部及中枢神经。

野生蛇体内携带有大量的寄生虫，包括舌形虫，曼氏迭宫绦虫，颚口线虫，广州管圆线虫，线中殖孔条虫等。这些都是人畜共换型寄生虫，一般的。烹饪，特别是烧烤，不能完全杀死寄生虫的。吃的时候很有可能会被感染，感染可导致腹膜炎，败血病，心包炎，虹膜炎……损害多个脏器，危及生

命。

野兔体内携带有弓形虫，脑炎原虫，肝毛细线虫，肝片吸虫。他们会损伤肠道，肝脏等器官。野兔还带有皮虫。拒绝野味，从我做起。

人类也应该从种种历史事件中吸取教训，不要为了满足私欲违法捕捉虐杀野生动物，更要学会和野生动物保持界限。

2003年的非典带走了许多人的生命。17年后的新型肺炎在更加专业的治疗和防护工作下，依然有更多的人被确诊。如果人类再不清醒，终将有更加恶劣的疾病侵袭人类。

拒绝野味，从我做起。从病毒中觉醒。不吃野味，国家幸福，人民安康。

谢谢大家！

## 拒绝手机从我做起演讲稿篇二

就是因为人类的贪吃，造就来这一切。

从心理学角度看，吃野味实属猎奇心态，有些人觉得吃野味，那吃的可是面子，吃的是气场，吃的是勇气，野味不可多得，想必一般人不易轻易获得，而我就要做那第一个与众不同的人；又有古人云，“物以稀为贵”，越是价值不菲，越能体现我的品位，我的气质。从某种程度上讲，更是一种病态攀比的表现，是为智者所不齿的价值观，人生观。

不得不说，大自然母亲给了我们他的一切，他给我们可口的蔬菜，家畜的盛宴，却把不利于人类生存的野味都隐藏进深山老林之中，但无知的人类不知足啊！悲哉！惜哉！他们贪婪、索取，总以为不易取得的才是最好的，却辜负了大自然的良苦用心。

## 拒绝手机从我做起演讲稿篇三

大家上午好。

我在同学面前介绍我自己的时候往往会在黑板上写下自己的名字，然后呢，同学们就会发现我的两个缺点，一个是字丑，字如其人么，还有一个呢，就是口齿不清，但是即使这样我也完全不担心，我担心的是他们不知道真事的我，那么你们呢，多久没看见真实的自己了。

智能手机已经融入我们的生活了，来到教室[nba现场直播比老师讲课精彩，出去吃饭钱包没带，支付宝刷一下还有随机减，回到寝室，无论是远隔千里的父母还是近在咫尺的室友都和他们在手机屏幕前聊得不亦乐乎，最后睡觉了还要把耳机放进耳朵，手机仿佛已经成为了我们的器官，然而呢？手机越快捷越方便，我们反而越忙，这个忙不只是忙碌的忙，还是迷茫的茫，不只是迷茫的茫还是盲目的盲。谈事情不用面对面，传文件不用考u盘，看新闻手机点点就好了。但是实际呢？上聊得热火朝天，见面或许只会点头寒暄，文件随时随地都可以传，所以你不知道何时何地会有工作，有那么多的新闻让你眼花缭乱，无所适从，忙碌，迷茫然后盲目。

有一次早上我不小心把手机落在寝室了，那个上午我就感觉特别轻松，无丝竹之乱耳，无案牍之劳形，我真的有更多时间去看看这个世界。我在安徽的一个同学和我说，他在双十一之前卸载了淘宝，后来卸载了qq他说他不想让手机占据他太多时间，我很佩服他，我相信他离他的世界更近一步了。

生活的节奏和社会的要求让我们不得不用手机做很多事，但请记住是我们在用手机，是我们在用手机，是我们在用手机！我从来不相信是手机改变了我们的生活方式，我相信的是，用手机的我们自己改变了自己的生活方式。你知道有人玩手机，手指弯了，你知道有人玩手机，走着走着掉坑里，你还知道有人玩手机错过眼前的风景，浪费美好的时光，你都知

道，我还想让你知道的是今天你走出这个教室，外面的天空一定比你手机的高清壁纸要美，要舒服，要自然。

有时候，你想把一个道理讲给一万个人听最后只有一个人听懂了，那也够了，我相信我们和我们的世界隔着一个手机，如果我们把这个手机挪开，我们就能离我们的世界更近一步，然后我们就会看到，我们的世界阳光正好，微风不躁。

## 拒绝手机从我做起演讲稿篇四

野生动物是人类的朋友，是自然生态系统的重要组成部分，也是衡量一个城市生态文明建设进步的重要标志。近年来，我县在生态文明建设方面有了极大的改善，迁徙鸟类的品种、数量逐年增多。县内有野生动物176种，其中鸟类99种，国家一级重点保护动物2种，国家二级保护动物12种，省重点保护动物24种。

虽然我县在保护野生动物和打击相关违法犯罪活动方面做了很多卓有成效的工作，但非法滥捕、非法运输和滥食野生动物现象依然时有发生。当前野生动物及栖息地保护部门执法力度尚为薄弱，很难应对目前及今后野生动物及栖息地的保护工作。

为此建议：

- 1、以开展爱鸟周活动为契机，利用手机平台等新闻媒体，通过不同形式，多措并举让《野生动物保护法》等科普知识宣传走向社会，走入校园，深入人心，营造一个全民参与野生动物及栖息地保护的浓厚氛围。
- 2、野生动物管理部门与相关执法部门联合行动，严厉打击滥捕、非法运输野生动物等犯罪行为，呼吁全民共参与，拒食野生动物，树立饮食新风尚。加大对合法经营野生动物人工繁育的单位和个体常态化监督力度，规范人工繁育野生动物

产品的经营市场。

3、加强野生动物执法部门的队伍建设，配备野保专业技术人员。

4、加大野生动物及栖息地保护政府资金投入，建立专业野生动物救助收容场所。

## 拒绝手机从我做起演讲稿篇五

演讲稿是一种实用性比较强的文稿，是为演讲准备的书面材料。在现在社会，需要使用演讲稿的场合越来越多，那么，怎么去写演讲稿呢？下面是小编精心整理的拒绝浪费从我做起演讲稿，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。

尊敬的各位老师，亲爱的同学们：

大家好！

我今天能够站在这里演讲，要感谢老师和同学们给了我这一次机会。在我开始演讲之前，我先做一个自我介绍，我是x班的xx□今天我要演讲的题目是《拒绝浪费，从我做起》。

现在社会上浪费的现象是非常的严重，在我们学校，不仅浪费粮食的现象很严重，浪费纸张、水、电等现象也是非常严重的。从前说的拒绝浪费同学们肯定第一个想到的就是不要浪费粮食，但我觉得，我们不仅要节约粮食，也要节约我们的一切学习用品、生活用品。我们要从现在开始，行动起来，而不是等到这些资源都匮乏了的时候再开始自己的行动，到那时就已经晚了。

那么拒绝浪费我们应该要怎么做呢？首先，我们在用餐的时候，应该要秉持着吃多少要多少的原则，不管是在食堂吃饭，

还是在外边吃饭的时候，都要能够做到这样。先从节约粮食开始，因为这是最重要的一个，也是浪费现象最严重的一个。我们的作业本用完之后同学们是不是都会丢掉，从今天开始，以后我们写完的作业本还可以用来作为草稿本，在用的彻底之后还能够积攒起来，卖到废品回收站，再次利用。我们之前的不需要了的课本，可以捐出去，给贫困地区的学生使用，也可以卖到废品回收站，进行再利用。

其次，在学校里浪费水和电的行为也是相当的严重的。同学们，我们教室的灯是不是从早开到晚，我们要在教室里面学习一直开着灯也是能够理解的，但我们在离开教室的时候，比如做课间操的时候，体育课的时候，午休的时候，是不是应该随手把灯关掉呢？我们在用完水了之后有没有随手关掉水龙头呢？在看到没有拧紧的水龙头的时候我们是不是应该把它拧紧呢？如果这些我们都做到了，那我们也就做到了拒绝浪费了。

想要拒绝浪费的话，不是一个人就能够做到的事情，而是需要我们大家一起做到的。在我们做到了拒绝浪费之后，就能够去呼吁我们身边的人也不要浪费资源，这样大家都能够做到拒绝浪费了之后，我相信我们所生存的环境是会变得更加的美好的。所以同学们，让我们都行动起来吧，从这一刻开始，拒绝一切浪费的行为，适度的去使用我们现有的资源。拒绝浪费，从我做起，从现在开始！

谢谢大家！

## 拒绝手机从我做起演讲稿篇六

纵观近几十年新型传染病的发源，艾滋病毒来自于非洲白眉猩猩，寨卡病毒来自于恒河猴，埃博拉和h1n9禽流感这些更为熟悉的疾病，也都和野生动物有关。这次肺炎的第一例感染者与随后十余名病人都来自野生动物市场，而多年前sars

的第一位感染者正是一名野味厨师……这些事实无一不告诉我们：捕食“野味”是病毒传播关键的一环□“sars的源头是蝙蝠不假，但是它发展的舞台是广东野生动物市场和酒楼、餐馆。如果没有我们滥用果子狸，食用果子狸，那么病毒从蝙蝠到果子狸再到人的传播链就不会发生，当年的sars就不会爆发。”新冠病毒研究所的研究员石正丽在“一席”演讲中说。

第一，树立健康的价值观，不抱猎奇心理。

国人对“野味”的嗜好，有文化心理、传统以及中医药文化影响等多方面原因，也有人把捕食一掷千金的珍稀野生肉类当做身份地位的象征。然而，这样的“排面”建立在一条条原本在自然中灵动的生命和一个个潜在的病毒威胁之上，真的值得追求吗？答案不言而喻。

第二，明确捕食野生动物的危害，不抱侥幸心理。

在记者卧底的一个“野味群”，有人提及最近的武汉疫情，一群友回复“该吃吃该喝喝，没那么容易来我头上”。总有人不相信野生动物会传播疾病，或者说不相信传播病毒的野生动物就是自己接触的这只，抱着侥幸心理。可不怕一万就怕万一，一旦发生大规模疫情，经济损失动辄数千亿，生命的代价更是无法衡量。

第三，心怀对自然的敬畏与爱护，不抱自大心理。

化用一句莎翁名言，同一的太阳照着人类，也不曾避了任何一种生物。天行有常，万物都在其该在的位置，维持天地的周转。一些病毒寄生宿主，千百年来动物共同进化出了特殊抗体，而新鲜宿主人类却对它们毫无招架之力。如果不是人类自高自大，把自己当做主宰而任由欲望膨胀，把本在山原奔跑的麋鹿、果子狸摆上餐桌，悲剧也许就不会发生。

圣雄甘地曾说，地球所提供的足以满足每个人的需要，但不足以填满每个人的欲望，每一次无节制的索取，大自然都会要求偿还。也许这一次“新冠肺炎”的战争，我们也会像打败“非典”一样打败它，但这场战争建立在惶惶人心和无数人命之上，早已不能以输赢来论。我们不要等到出现超级病毒再后悔贪婪，不要等到付出惨痛代价再后悔愚昧。

## 拒绝手机从我做起演讲稿篇七

四、发现不明原因受伤、病危、死亡的野生动物及时向林业和草原管理部门报告，禁止徒手抓拿，食用或出售。

市民朋友们，“没有买卖，就没有杀戮”。让我们从自身做起，从点滴做起，共同保护生态，维护人与自然和谐关系，共建生态文明，造福子孙后代！为此，我们向广大师生发出倡议：保护、拒食、拒售野生动物，争做文明公民。