

# 最新世界无烟日学校倡议书 校园世界无烟日演讲稿(模板8篇)

拥有奋斗精神的人，不会轻易放弃，总是积极向前，努力追求更好的未来。奋斗需要持之以恒地坚持，不怕困难和挑战。奋斗是一种强大的力量，它能够打破困境，实现人生的价值。

## 世界无烟日学校倡议书篇一

1989年:妇女与烟草

1990年:青少年不要吸烟

1991年:在公共场所和公共交通工具上不吸烟

1992年:工作场所不吸烟

1993年:卫生部门和卫生工作者反对吸烟

1994年;大众传播媒介宣传反对吸烟

1995年:烟草与经济

:无烟的文体活动

:联合国和有关机构反对吸烟

:在无烟草环境中成长

:戒烟。口号是“放弃香烟”

20xx年:不要利用文体活动促销烟草口号“吸烟有害勿受诱惑”

20xx年:清洁空气, 拒吸二手烟

20xx年:无烟体育-清洁的比赛

20xx年:无烟草影视及时尚行动

20xx年:控制吸烟, 减少贫困

20xx年:卫生工作者与控烟

20xx年:烟草吞噬生命

20xx年:创建无烟环境

## 世界无烟日学校倡议书篇二

各位领导、老师、同学们:

大家早上好!

首先介绍一下吸烟的危害:

一、吸烟危害人的健康已为人们所共识, 对青少年来说, 危害性就更大。

据医学家研究表明, 青少年正处在生长发育时期, 各生理系统、器官都尚未成熟, 其对外界环境中有害因素的抵抗力比成人弱, 易于吸收毒物, 损害身体的正常生长。据美国的调查表明, 开始吸烟的年龄与肺癌死亡率呈负相关, 吸烟开始年龄越早, 肺癌发生率与死亡率越高。烟的烟雾(特别是其中所含的焦油)是致癌物质——就是说, 它能在它所接触到的组织中产生癌, 因此, 吸烟者呼吸道的任何部位(包括口腔和咽喉)都有发生癌的可能。全世界每年死于吸烟及其相关疾病的人数达490万。有资料表明, 长期吸烟者的肺癌发病率比不吸

烟者高10至20倍，喉癌发病率高6至10倍，冠心病发病率高2至3倍。

## 二、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，因而失去携带氧气的功能。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，影响学习和工作，使学生的成绩下降。

## 三、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，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。烟草中含有30多种有毒物质，其毒性最强的也是尼古丁。实验证明，提取香烟中的尼古丁2滴放在小狗的舌头上，1到2分钟小狗立即中毒死亡，成人只要服50毫克尼古丁，就会立即身亡。美国有一个团体举行吸烟比赛，一位“吸烟冠军”接连吸了100支香烟，还没来得及领奖，当场中毒死亡了。可见烟中的尼古丁、烟焦油等的毒性是多么的厉害。

所以同学们应引起足够重视。

我们应该珍惜自己的身体，珍惜自己的年华，拒吸第一支烟，同时做一名宣传使者，建议自己的家长、亲朋戒烟，共同创建无烟环境。

谢谢大家！

# 世界无烟日学校倡议书篇三

尊敬的老师们、同学们：

大家好！

今天我演讲的题目是“烟草威胁环境”。

5月31日是世界无烟日。众所周知，香烟是人类健康和全球环境的公敌。一只小小的香烟含有4000多种化合物，其中主要含有焦油、尼古丁和一氧化碳等有害物质。焦油中含有几种致癌物，尼古丁是使人成瘾的毒物，长期吸烟容易引起心血管病变，直接削弱心脏收缩能力，损坏脑细胞，导致记忆力衰退、头痛、失眠等。世界卫生组织报道，有80%的肺癌、75%的慢性阻塞性疾病和25%的冠心病均与吸烟有关。全球每年约有500万人死于与吸烟有关的疾病。中国每天有20人因吸烟而致病死亡，每年近100万。我国在2011年1月起，内地所有室内公共场所、工作场所等地完全禁止吸烟，目的在于警示人们吸烟有害健康，呼吁人们放弃烟草，为人类创造一个健康的生存环境。而且吸烟对青少年伤害更为严重，吸烟会造成青少年骨骼肌肉生长迟缓，造成呼吸系统、消化系统功能障碍及各种心理精神疾病，严重影响青少年的身心健康。

我们的校园是一个学习知识的圣殿，一个健康的场所，一个传承文明的摇篮。营造一个无烟的校园环境，不仅有益于我们身心健康，而且对良好社会风尚的建立具有深远意义。

为树立和展现我校师生良好精神面貌，养成良好文明的生活习惯，创造文明、洁净、优美的校园环境，我们向全校发出倡议“构建无烟校园”，让我们一起行动，让烟草在校园销声匿迹：

一、从自身做起，自觉拒绝烟草，树立吸烟危害自己及他人

健康的理念。

二、从在校做起，共同携手创建无烟校园，营建健康、和谐校园环境。

三、从家庭做起，主动向亲友宣传吸烟危害健康。使我们每一个人都拥有一个健康的生活环境。

老师、同学们，让我们共同努力，为创建清新校园，营造无烟环境，构建和谐社会贡献自己的力量。

## 世界无烟日学校倡议书篇四

### 学生校园世界无烟日演讲稿【范文一】

各位老师、同学们：

早上好！今天国旗下讲话的主题是《拒吸第一支烟做不吸烟的新一代》。

5月31日，是世界卫生组织发起的第二十五个世界无烟日。为进一步提高全社会对吸烟危害的认识，营造无烟、清洁、健康的工作环境和公共环境，做好履行《烟草控制框架公约》工作，卫生部、全国爱国卫生运动委员会近日通知要求开展第二十个世界无烟日活动。世界无烟日主题是“xxx”旨在提高公众对被动吸烟和环境烟草烟雾危害的认识，号召公众积极参与创建无烟环境，营造健康清新的工作环境和公共环境，免除吸烟和被动吸烟给人类带来的健康危害。

吸烟有害健康，戒烟、不吸烟是我们养成健康生活习惯，调节健康心态，建设健康环境，建立健康人际关系的重要内容。特别是青少年学生是祖国的未来，民族的希望，青少年在学习和生活中存在的吸烟等不良习惯和行为，直接影响构建和谐社会的进程。

青少年正处在生长发育阶段，对有毒有害物质比成年人更容易吸收，毒害作用更大，绝不能轻易让烟雾来吞噬你们聪明的大脑、影响正常的生长发育。据报载，一支香烟的尼古丁足以杀死一只老鼠，多么可怕的事实！医学实验证明，大量吸烟会影响到人体的所有器官和细胞组织，导致各种疾病的产生，诸如慢性气管炎、肺气肿和肺癌等，吸烟有害健康已成为全世界的共识。

从另一个方面讲，不吸烟不仅有益于健康，也是一种高尚公共卫生道德的体现。21世纪应该是一个文明健康的世纪，我们要为21世纪创造一个洁净健康的环境。为了提高社会文明程度，保障人民身体健康，提倡社会公德意识，养成良好的生活卫生习惯，最大限度的减少吸烟造成的危害，努力争创文明校园、绿色校园，我们倡议：

- 1、教师首先戒烟、不吸烟以为人师表的示范作用，教育学生拒吸第一支烟，不做吸烟的'新一代，远离香烟，努力营造不吸烟的育人环境。
- 2、今天下午校队会课，在全校同学中，开展“拒吸第一支烟，做不吸烟的新一代”签名活动，坚决拒吸第一支烟。
- 3、全校师生要积极参与家庭和社区控烟宣传工作，广泛宣传控烟的有关法律规定和吸烟有害健康的卫生知识，自觉遵守公共场所禁止吸烟的法规，带头不吸烟，并劝阻他人不吸烟。
- 4、鼓励监督身边的同学、亲人、朋友戒烟。

禁止吸烟，控制烟害是世界的潮流，是现代文明的体现！远离香烟、拒绝烟草是我们的心声，更应是我们的行动；拒绝吸烟，创造和谐的校园环境是全体师生共同的责任，抵制第一支烟的诱惑更应从青少年学生抓起。让我们共同努力，为营造和谐的校园环境，为创建无烟校园、创建文明校园贡献我们的力量！

我的演讲结束，谢谢大家！

## 学生校园世界无烟日演讲稿【范文二】

敬爱的老师、亲爱的同学们：

大家好！今天国旗下讲话的题目是《健康生活令》。

小小一支烟，危害万万千。大家知道吗？吸烟已经被列为世界迄今所面临的最大公共卫生威胁之一。那些看似惬意放松的“吞云吐雾”，其实正悄悄地吞噬着抽烟者和身边人的身体健康。

吸烟给少年儿童造成的危害尤为严重。将“世界无烟日”定在每年国际儿童节的前一天，就是为了提醒人们加倍关注烟草对少年儿童的危害。

远离烟草危害，引领健康生活。同学们，让我们从现在开始，学习更多的健康常识，向更多的人普及吸烟的危害性，争取更大的力量，为童年生活营造一片绿色、健康的“无烟区”。

我的演讲结束，谢谢大家！

## 学生校园世界无烟日演讲稿【范文三】

尊敬的各位老师、亲爱的同学们：

早上好！

“吸烟有害健康”在这个话题一直被人们关注着，大家都知道吸烟对我们的健康有着极大的伤害。近50多年来，世界各国特别是工业发达国家，肺癌的发病率和病死率均迅速上升，死于癌病的男性病人中肺癌已居首位。大量流行病学研究证实，吸烟是导致肺癌的首要危险因素。为了引起国际社会对烟草危害人类健康的重视，世界卫生组织建议将每年的5月31

日定为世界无烟日。

香烟中的尼古丁、一氧化碳和多种其它金属化合物对人体危害很大，对青少年的影响更甚。据医学研究表明，青少年正处在生长发育时期，各生理系统、器官都尚未成熟，其对外界环境的有害因素的抵抗力比成人弱，易于吸收毒物。据调查，吸烟开始年龄与肺癌死亡率直接相关。15岁以下开始吸烟者死亡率为19.68%；20~24岁为10.08%；25岁以上为4.08%。这说明吸烟开始年龄越早，肺癌发生率与死亡率越高。同时，吸烟还会损害大脑，使思维变得迟钝，记忆力减退，影响学习和工作，使学生的学习成绩下降。心理研究结果表明，吸烟者的智力效能比不吸烟者低了10.6%。

我们也常听人说“饭后一支烟，快乐像神仙”，可事实并非如此。吸烟的坏处就像繁星点点，数也数不完。烟草里有三种危险化学物质：焦油，尼古丁和一氧化碳。焦油是由好几种物质混合成的物质，在肺中会浓缩成一种粘性物质；尼古丁是一种会使人成瘾的药物，由肺部吸收，主要是对神经系统发生作用；一氧化碳能减低红血球将氧输送到全身去的能力。其实烟也是一种毒品，只是没有那么剧烈，国家没有禁止而已。

吸烟不仅会对自己的身体造成威胁，还会对你身边那些被动吸烟的人也造成极大的危害。这一根根烟头，就像一只只毒药，徐徐的向我们逼近，给我们的生活和工作也带来了极大的威胁。假如你每天都处在烟雾中，你的身体会越来越虚弱，病魔会时时侵害你，甚至危及你的生命。可怕的是：一个每天吸15到20支香烟的人，极易患肺癌、口腔癌或喉癌致死的机率，要比不吸烟的人大14倍；极易患食道癌致死的机率比不吸烟的人大4倍；比死于膀胱癌的机率要大两倍；死于心脏病的机率也要大两倍。吸香烟是导致慢性支气管炎和肺气肿的主要原因，而慢性肺部疾病本身，也增加了得肺炎及心脏病的危险，并且吸烟也增加了高血压的危险。



现在，我郑重的呼吁大家，积极宣传吸烟有害健康的科学知识，让你的亲人、朋友放下手中的烟，形成禁烟的良好氛围，把禁烟纳入精神文明建设的轨道。

我们都要做“无烟青少年”做文明的主人！

让我们一起和家人幸福的生活，一起创造美好的未来吧！

我的演讲结束，谢谢大家！

## 学生校园世界无烟日演讲稿【范文四】

老师们，同学们：

大家好！

5月31日世界无烟日。相信每一个人都知道，烟草危害当今世界最严重公共卫生问题之一，人类健康所面临最大危险因素。目前全球烟民总量已突破13亿人，每年因吸烟致死近500万人。为此，1987年11月联合国世界卫生组织建议将1988年4月7日定为第一个世界无烟日，以后固定为每年5月31日。开展这项活动，目在于警醒世人吸烟有害健康，呼吁人们放弃烟草，为人类自己创造一个健康生存环境。

那么烟草究竟有多大危害呢？

据研究，一支香烟里含尼古丁可毒死一只老鼠，而约一包香烟中尼古丁能毒死一头牛。每天吸一包香烟，相当于吸入了50——70毫克尼古丁，如果一次性地服用了这些量，人足以被置于死地。除尼古丁外，点燃香烟时产生约5000种化合物，都导致癌症元凶。

既然烟草有如此可怕危害，为什么有众多人吸烟呢？

分析其原因主要有两个：一烟草中所含尼古丁令人上瘾，使

人对它产生依赖，不容易戒掉；另一个原因大多数人还没有把吸烟看成一个丑陋，既害人又害己恶习。相反，认为这一件很有派头，很潇洒事情。因此，吸烟人群像滚雪球一样越滚越大，人们对它依赖也越来越强。

我国世界上最大香烟生产国，也最大香烟消费国。全世界三分之一以上香烟由中国人一口一口吸掉。而在我国烟民中，青少年又占了很大一部分。对青少年来说，吸烟危害远比想象中大多，不仅会导致很多疾病，还会影响骨骼生长发育。这因为青少年正处于身体迅速成长发育阶段，身体各器官系统还没有发育成熟，对各种有毒物质抵抗力不强，受烟雾毒害也就更深，甚至可以导致早衰，早亡。吸烟还可能使青少年养成不良生活习惯，诱发不良行为，甚至引发犯罪。

反吸烟已成为我国迫在眉睫当务之急。为此，我国政府提出了在今后25年中，将我国烟民总数减少1.1亿总体目标。

为了积极响应政府号召，更为了我们自己健康，我们呼吁，全体同学都要自觉地远离香烟，并劝说吸烟亲友尽量戒烟。毕竟，香烟对我们有害无益；毕竟，没有烟雾空气会更加清新，没有烟草生命会更加绚烂！

谢谢大家！

更多相关热门文章推荐阅读：

1. 校园世界无烟日演讲稿推荐范文
2. 校园无烟日活动演讲稿
3. 2016校园无烟日精彩演讲稿
4. 世界无烟日演讲稿精选范文2016

5. 国旗下关于世界无烟日的演讲稿
6. 2016无烟日校园禁烟演讲稿
7. 2016关于世界无烟日的优秀演讲稿
8. 2016世界无烟日国旗下的演讲稿
9. 公共场所无烟日控烟演讲稿

## 世界无烟日学校倡议书篇五

5月30日，由湖南省卫生计生委主办，湖南省健康促进与控烟协会、湖南省卫生计生委健康教育宣传中心和岳阳市卫生计生委协办，岳阳市禁烟志愿者协会、临湘市卫生和计划生育局承办，湖南省第29个“世界无烟日”主题宣传系列活动在临湘市羊楼司镇禁烟馆启动。今年我国活动主题是“拒绝烟草的危害”。

岳阳市副市长李为、临湘市副市长马榕分别致辞。全国道德模范、岳阳市禁烟志愿者协会会长李国武讲述控烟经验。志愿者方阵现场齐声朗读《禁烟控烟倡议书》，承诺禁烟控烟从自身做起。最后，湖南省卫生计生委副主任、湖南省健康促进与控烟协会会长彭振国发表讲话。他指出：烟草危害是当今世界最严重的公共卫生问题之一。为进一步贯彻国家卫生计生委《关于开展第29个世界无烟日宣传活动通知》精神，进一步推进湖南省控烟履约进程，维护人民群众健康。我省正积极创建无烟卫生计生系统，将控烟工作情况纳入部门绩效考核和评优指标，组织开展多种形式的督导、检查和暗访评估，及时通报结果，接受监督；同时继续开展无烟学校、无烟企业等无烟场所创建，保护公众免受二手烟危害；积极推进医疗机构大力推广戒烟服务，认真组织实施中央补助地方健康素养促进行动项目，规范戒烟门诊，积极推进简短戒烟干预服务，提高医务人员戒烟能力。

为配合本次活动及后续系列活动开展，湖南省卫生计生委制作了以“无烟生活”为主题的公益海报、宣传折页在全省机关事业单位、大中型企业、学校、烟酒专店、商场、药店、医院等公共场所全面张贴和发放；组织电视、电台、报纸、微博（信）等媒体，开展健康与控烟公益宣传；组织专家深入各地市机关、（企）事业单位和社区，开展常态化以控烟为主题的健康巡讲活动。与此同时，继续组织对全省卫生计生医疗单位开展控烟暗访工作，并对暗访结果进行通报。

本次活动启动后，湖南省各地将以“拒绝烟草的危害”为主题，结合实际情况，围绕控烟健康教育核心信息，采用健康巡讲、烟包警示和无烟环境倡导等宣传教育活动，大力传播吸烟危害健康知识，倡导无烟生活，推进湖南控烟履约工作。

## 关于组织开展“世界无烟日”活动的通知

5月31日，是第29个“世界无烟日”。世界卫生组织将“为平装做好准备”作为今年世界无烟日的主题。烟草制品平装是指除以标准颜色和字体显示品牌名称和产品名称外，限制或禁止在包装上使用其他标识、颜色、品牌形象或推销文字的措施，平装是减少烟草需求的一项重要措施，可以降低烟草制品吸引力。为了进一步提高学校师生员工的控烟参与意识，减少吸烟对师生员工健康的危害，创建文明和谐的无烟校园，学校以第29个“世界无烟日”为契机，组织开展控烟宣传周教育活动。

### 一、活动主题

“拒吸二手烟，共建无烟校园”

### 二、活动内容

1. 开展“三个一”活动，活动时间为2015年5月30日至6月10日

(1) 召开一次围绕世界无烟日为主题的班会、团会、教职工专题会议等活动，做好文字、图片记录。

(2) 组织一次创建无烟校园自查活动。各学院、部处主要检查办公室、会议室等，不能有烟灰缸、烟蒂和吸烟现象，禁烟标志要张贴在明显位置。

(3) 开展一次吸烟者与被动吸二手烟者的对话交流活动。各学院、部处通过开展对话交流活动，宣传吸烟有害健康知识，劝导吸烟者不在室内吸烟，减少或放弃吸烟。

## 2. 举行2016年世界无烟日海报设计大赛

(1) 内容要求：突出2016年世界无烟日主题，体现学校控烟工作特点，作品设计形象生动，语言规范无错字。海报作品必须为原创，不得剽窃他人作品或网络上图片，一经发现将取消参赛资格。

(2) 格式大小□jpg或pdf均可;5m10m之间，分辨率不低于72dpi□

(3) 投稿截止日期：2016年6月10日。

(4) 接收作品邮箱□ecustawh@;作品名称请用“姓名-学院/部处-手机号”格式;若以单位名义投稿的，请用“学院/部处-办公电话”格式。

(5) 其他说明：本次海报设计大赛将设立一、二、三等奖若干名，投稿均可参与抽奖。

(6) 投稿作品的使用：投稿作品可能作为学校控烟公益宣传予以无偿使用。

## 三、活动要求

1. 各单位要根据通知内容，结合实际情况，制定本单位控烟活动方案，认真组织控烟宣传教育活动。

2. 各单位要注意保存活动信息资料(包括文字、影像资料)，活动结束后将控烟宣传活动方案、主题班会记录、集中控烟检查情况等材料报送校健康校园领导小组(爱卫会)邮箱awh@爱卫会电话：64252633。

[2016世界无烟日主题]

## 世界无烟日学校倡议书篇六

尊敬的老师，亲爱的同学们：

大家好，今天我们演讲的题目是《创建无烟环境，共建绿色校园》。

明天世界无烟日，健康知识送你们；吸烟坏处有多少，听我一来说明；抽烟容易抽上瘾，导致人体得疾病；烟含毒物四千多，毒害健康真惊心；多种疾病能发生，病症凶险可不轻；为图一时口中快，得了癌症多悲哀；烟民朋友须敬醒，赶快行动把烟戒；奉劝为己为家人，早日戒烟幸福来。

5月31日世界无烟日。相信每一个人都知道，烟草危害当今世界最严重公共卫生问题之一，人类健康所面临最大危险因素。目前全球烟民总量已突破13亿人，每年因吸烟致死近500万人。为此，1987年11月联合国世界卫生组织建议将1988年4月7日定为第一个世界无烟日，以后固定为每年5月31日。开展这项活动，目的在于警醒世人吸烟有害健康，呼吁人们屏弃烟草，为人类自己创造一个健康生存环境。

那么烟草究竟有多大危害呢？

据研究，一支香烟里含尼古丁可毒死一只老鼠，而约一包香

烟中尼古丁能毒死一头牛。每天吸一包香烟，相当于吸入了50——70毫克尼古丁，如果一次性地服用了这些量，人足以被置于死地。除尼古丁外，点燃香烟时产生约5000种化合物，都导致癌症元凶。

既然烟草有如此可怕危害，为什么有众多人吸烟呢？

分析其原因主要有两个：一烟草中所含尼古丁令人上瘾，使人对它产生依赖，不容易戒掉；另一个原因大多数人还没有把吸烟看成一个丑陋，既害人又害己恶习。相反，认为这一件很有派头，很潇洒事情。因此，吸烟人群像滚雪球一样越滚越大，人们对它依赖也越来越强。

吸烟不但危害着人类的生命，同时也对环境造成了严重的影响。种植烟草会破坏土地的自然资源系统，使一块丰产的土地变为贫瘠的荒地。随着烟草的种植和加工，将有更多的土壤板结，会砍伐更多的树木，这将造成严重的水土流失。

同学们，人的生命只有一次，是父母的给予和上苍的恩赐，拥有生命本身就是一种幸福。但人的生命又是短暂的，古人云：“人生处一世，去若朝露晞”，人的价值就在于使短暂的生命永恒。如果你渴望健康和美丽，就请珍爱生命中的每一天，只有用心去感悟和体会人生，你才会真正懂得生命的美丽。在此呼吁大家共同参与到禁烟控烟行动中来，愿我们的校园花更红，草更绿，空气更清新！

我们的演讲到此结束，谢谢大家！

## 世界无烟日学校倡议书篇七

世界无烟日演讲稿【范文一】

尊敬的各位老师、亲爱的同学们：

早上好!

“吸烟有害健康”在这个话题一直被人们关注着，大家都知道吸烟对我们的健康有着极大的伤害。近50多年来，世界各国特别是工业发达国家，肺癌的发病率和病死率均迅速上升，死于癌病的男性病人中肺癌已居首位。大量流行病学研究证实，吸烟是导致肺癌的首要危险因素。为了引起国际社会对烟草危害人类健康的重视，世界卫生组织建议将每年的5月31日定为世界无烟日。

香烟中的尼古丁、一氧化碳和多种其它金属化合物对人体危害很大，对青少年的影响更甚。据医学研究表明，青少年正处在生长发育时期，各生理系统、器官都尚未成熟，其对外界环境的有害因素的抵抗力比成人弱，易于吸收毒物。据调查，吸烟开始年龄与肺癌死亡率直接相关。15岁以下开始吸烟者死亡率为19.68%;20~24岁为10.08%;25岁以上为4.08%。这说明吸烟开始年龄越早，肺癌发生率与死亡率越高。同时，吸烟还会损害大脑，使思维变得迟钝，记忆力减退，影响学习和工作，使学生的学习成绩下降。心理研究结果表明，吸烟者的智力效能比不吸烟者低了10.6%。

我们也常听人说“饭后一支烟，快乐像神仙”，可事实并非如此。吸烟的坏处就像繁星点点，数也数不完。烟草里有三种危险化学物质：焦油，尼古丁和一氧化碳。焦油是由好几种物质混合成的物质，在肺中会浓缩成一种粘性物质；尼古丁是一种会使人成瘾的药物，由肺部吸收，主要是对神经系统发生作用；一氧化碳能减低红血球将氧输送到全身去的能力。其实烟也是一种毒品，只是没有那么剧烈，国家没有禁止而已。

吸烟不仅会对自己的身体造成威胁，还会对你身边那些被动吸烟的人也造成极大的危害。这一根根烟头，就像一只只毒药，徐徐的向我们逼近，给我们的生活和工作也带来了极大的威胁。假如你每天都处在烟雾中，你的身体会越来越虚弱，



病魔会时时侵害你，甚至危及你的生命。可怕的是：一个每天吸15到20支香烟的人，极易患肺癌、口腔癌或喉癌致死的机率，要比不吸烟的人大14倍；极易患食道癌致死的机率比不吸烟的人大4倍；比死于膀胱癌的机率要大两倍；死于心脏病的机率也要大两倍。吸香烟是导致慢性支气管炎和肺气肿的主要原因，而慢性肺部疾病本身，也增加了得肺炎及心脏病的危险，并且吸烟也增加了高血压的危险。

现在，我郑重的呼吁大家，积极宣传吸烟有害健康的科学知识，让你的亲人、朋友放下手中的烟，形成禁烟的良好氛围，把禁烟纳入精神文明建设的轨道。

我们都要做“无烟青少年” 做文明的主人！

让我们一起和家人幸福的生活，一起创造美好的未来吧！

世界无烟日演讲稿【范文二】

敬爱的老师、亲爱的同学们：

大家好！今天国旗下讲话的题目是《健康生活令》。

小小一支烟，危害万万千。大家知道吗？吸烟已经被列为世界迄今所面临的最大公共卫生威胁之一。那些看似惬意放松的“吞云吐雾”，其实正悄悄地吞噬着抽烟者和身边人的身体健康。

吸烟给少年儿童造成的危害尤为严重。将“世界无烟日”定在每年国际儿童节的前一天，就是为了提醒人们加倍关注烟草对少年儿童的危害。

远离烟草危害，引领健康生活。同学们，让我们从现在开始，学习更多的健康常识，向更多的人普及吸烟的危害性，争取更大的力量，为童年生活营造一片绿色、健康的“无烟区”。

## 世界无烟日演讲稿【范文三】

同学们，老师们，大家早上好，我今天演讲的题目是《远离烟草，珍爱生命》。同学们，你们知道5月31日是什么日子吗？是世界无烟日。

同学们，你知道吸烟对人体的危害吗？一支香烟里含的尼古丁可毒死一只老鼠，而约一包香烟中的尼古丁能毒死一头牛。每天吸一包香烟，相当于吸入了50——70毫克尼古丁，如果一次性地服用了这些量，人足以被置于死地。除尼古丁外，点燃香烟时产生约5000种化合物，都是导致癌症的元凶。

如今全球平均每年有400万例、每天有11000例死亡与烟草有关。世界卫生组织发表的一项声明中指出：“如今烟草已经成为全球第二大杀手。吸烟所产生破坏比非典和海啸还要严重。

我国世界上最大香烟生产国，也是最大香烟消费国。全世界三分之一以上香烟由中国人一口一口吸掉。而在我国烟民中，青少年又占了很大一部分。对青少年来说，吸烟危害远比想象中大多，不仅会导致很多疾病，还会影响骨骼生长发育。因为青少年正处于身体迅速成长发育阶段，身体各器官系统还没有发育成熟，对各种有毒物质抵抗力不强，受烟雾毒害也就更深。

反吸烟在我国已经是迫在眉睫。为此，我国政府提出了在今后25年中，将我国烟民总数减少1.1亿总体目标。

为了积极响应政府号召，更为了我们自己的健康，我们呼吁，全体同学远离烟草，珍爱生命。

我的演讲结束，谢谢大家！

## 世界无烟日演讲稿【范文四】

尊敬的各位老师，亲爱的同学们：

你们好！

今年5月31日第26个世界无烟日，主题“卫生工作者和控烟”。相信每一个人都知道，烟草危害当今世界最严重公共卫生问题之一，人类健康所面临最大危险因素。目前全球烟民总量已突破13亿人，每年因吸烟致死近500万人。为此，1987年11月联合国世界卫生组织建议将1988年4月7日定为第一个世界无烟日，以后固定为每年5月31日。开展这项活动，目的在于警醒世人吸烟有害健康，呼吁人们放弃烟草，为人类自己创造一个健康生存环境。

那么烟草究竟有多大危害呢？

据研究，一支香烟里含尼古丁可毒死一只老鼠，而约一包香烟中尼古丁能毒死一头牛。每天吸一包香烟，相当于吸入了50——70毫克尼古丁，如果一次性地服用了这些量，人足以被置于死地。除尼古丁外，点燃香烟时产生约5000种化合物，都导致癌症元凶。

世界卫生组织在今年发表一项声明中指出：“如今烟草已经成为全球第二大杀手。吸烟所产生破坏比非典和最近海啸还要严重。如果维持当前趋势不变，到，每年将有1000万人因吸烟而过早去世。”

既然烟草有如此可怕危害，为什么有众多人吸烟呢？

分析其原因主要有两个：一烟草中所含尼古丁令人上瘾，使人对它产生依赖，不容易戒掉；另一个原因大多数人还没有把吸烟看成一个丑陋，既害人又害己恶习。相反，认为这一件很有派头，很潇洒事情。因此，吸烟人群像滚雪球一样越滚越大，人们对它依赖也越来越强。

然而，烟草商们说：“我们生产烟给那些没有知识人，年轻人和愚蠢人吸。”

我国世界上最大香烟生产国，也最大香烟消费国。全世界三分之一以上香烟由中国人一口一口吸掉。而在我国烟民中，青少年又占了很大一部分。对青少年来说，吸烟危害远比想象中大多，不仅会导致很多疾病，还会影响骨骼生长发育。这因为青少年正处于身体迅速成长发育阶段，身体各器官系统还没有发育成熟，对各种有毒物质抵抗力不强，受烟雾毒害也就更深，甚至可以导致早衰，早亡。吸烟还可能使青少年养成不良生活习惯，诱发不良行为，甚至引发犯罪。

反吸烟已成为我国迫在眉睫当务之急。为此，我国政府提出了在今后25年中，将我国烟民总数减少1.1亿总体目标。

为了积极响应政府号召，更为了我们自己健康，我们呼吁，全体同学都要自觉地远离香烟，并劝说吸烟亲友尽量戒烟。毕竟，香烟对我们有害无益；毕竟，没有烟雾空气会更加清新，没有烟草生命会更加绚烂！

我的演讲结束了，谢谢大家！

更多相关热门文章推荐阅读：

1. 2016关于世界无烟日的优秀演讲稿
2. 2016世界无烟日国旗下的演讲稿
3. 2016世界无烟日主题演讲稿范文推荐
4. 校园世界无烟日演讲稿推荐范文
5. 2016校园无烟日精彩演讲稿
6. 2016校园无烟日活动演讲稿

7. 2016无烟日校园禁烟演讲稿

8. 2016大学生禁烟演讲稿精选

9. 国旗下关于世界无烟日的演讲稿

## 世界无烟日学校倡议书篇八

尊敬的老师、亲爱的同学们：

大家早上！我是来自业务1730班的\_\_，今天我国旗下讲话的题目是《拒绝烟草，共建绿色无烟校园》。

每年的5月31日，是“世界无烟日”。小小一支烟，危害千千万。那些看似惬意放松的“吞云吐雾”，其实正悄悄地吞噬着抽烟者和身边人的生命。据研究，一支香烟里含的化学物质——尼古丁可毒死一只老鼠，而一包香烟中的尼古丁能毒死一头牛，每天吸一包烟，再加上点燃香烟时产生的约5000种化学成分，足以让人得癌症，甚至是死亡。可见危害其大。

众所周知，吸烟正严重危害着人类的健康，一支小小的香烟竟含有4000多种化合物，其中主要有焦油、尼古丁和一氧化碳等有害物质，可使吸烟者和被动吸烟者患上肺癌和其他多种疾病。

大学生吸烟的比例日渐增长，烟民中大学生占有很大的比重，并且还在持续增长，较之低年级，高年级的吸烟人数更高，并且大多数为男生，大多数的大学生只知道烟草的主要有害成分，但对放射性物质等有害成分知晓率比较低，大多数学生知道吸烟有害健康，但是却总是力不从心，总是想戒却戒不掉，甚至还有学生认为吸烟具有缓解紧张情绪，提高注意力等好处，吸烟原因不尽相同。大学生烟民成为烟民中的“新生力量”，且年龄有越来越趋向于年轻化、低龄化的方向。

大学生是祖国未来的希望，担负着民族复兴的重任，同学们应该树立良好的形象，自觉规范自身行为，树立积极、健康的价值观、人生观。校园里的吸烟现象已成为严重的学校和社会问题，对于大学生吸烟群体，周围的人群要起到表率作用，并且要监督、劝阻其戒烟。我们的学校也应该出台相应的禁烟规定，帮助大学生创造无烟环境。更重要的是大学生自己要在主观上拒烟，只有自己清楚的认识到的吸烟危害的严重性，积极主动的去戒烟，从主观和客观上积极的去戒烟。将控烟教育始终贯穿在平时的学习生活中，积极引导大学生烟民摒弃不良生活方式，营造舒适优异的校园环境。同时，也提倡学校和社会各界共同努力，倡导健康的价值理念，珍惜健康，远离香烟。让我们携手共同创建真正的无烟校园、无烟社会。