

2023年宣传讲师演讲稿三分钟(优质7篇)

演讲，首先要了解听众，注意听众的组成，了解他们的性格、年龄、受教育程度、出生地，分析他们的观点、态度、希望和要求。掌握这些以后，就可以决定采取什么方式来吸引听众，说服听众，取得好的效果。演讲的直观性使其与听众直接交流，极易感染和打动听众。下面小编给大家带来关于学习演讲稿模板范文，希望会对大家的工作与学习有所帮助。

宣传讲师演讲稿三分钟篇一

大家好!

我是来自铁厂设备办的一名技术员，今天我为大家演讲的题目是《加强设备管理，保证安全生产》。

近几年，钢铁企业面临的经济环境十分恶劣，市场竞争激烈，企业经营步履维艰。真是在这种环境下，我们更要加强设备管理，保证生产的顺利进行，为公司的良好发展打下坚实的基础。

设备安全管理工作必须坚持“安全第一，预防为主”的方针；坚持设备与生产全过程的系统管理方式；坚持不断更新改造，提高安全技术水平的原则；才能及时有效地消除设备运行过程中的不安全因素，确保公司财产和人身安全。

1、积极深化完善设备点检制度，点检制度是科学的设备管理制度，推行点检制度是设备管理的客观要求，是实现设备预防维修和预知维修的可靠保证，是目前公认的行之有效的一种体现预防为主管理思想的设备管理制度，对控制和减少设备事故故障的发生有着重大意义。

2、加强特种设备的管理，炼铁厂的特种设备不仅数量多种类也很多，其中包括压力容器、压力管道、起重设备、工业电

缆等。因此加强特种设备的管理就显得尤为重要，为此我们建立了严格的特种设备管理台帐，特种设备安全操作规程。另外，针对一些常规的特种设备(如压力容器、压力管道)做一些常规维护工作(如：表面清洁，更换润滑油，更换常规配件等)。对于重要的、安全系数较低、安全隐患较多的特种设备的维护与定期保养，由专业资质资格的机构进行检验和验收。严格贯彻“安全第一，预防为主”的方针，对设备隐患的检查和治理工作实行制度化，让设备隐患始终处于受控状态，确保安全、稳定，为安全生产提供可靠的保障。

3、定期组织设备培训，培训工作是投资最少、见效最快、回报最持久的特殊投资，俗话说磨刀不误砍柴工，只有了解了设备的原理，知道了设备的参数，掌握了设备的操作规程，才能更好的使用设备，用起来才能得心应手，也不会因为违章操作让自己受伤，让设备损坏，给公司造成不必要的损失。

4、组织检查设备防雨、防雷、防高温设施，夏季雷电、雨水增多，同时我厂又面临这2#高炉停炉检修，1#高炉开炉时间邻近的严峻挑战，工人、设备作业率提高。为此，我厂在防雨、防雷、防高温工作中稳抓不懈，做到未雨绸缪，保证夏季安全生产。

积土成丘，聚水成海，在日常的安全工作中，我们必须怀着如履薄冰的心态，坚持“安全第一，预防为主，综合治理”的方针，敬畏生命，敬畏责任，敬畏制度，抓好安全责任的落实和制度的执行，才能确保安全工作的长效有效。设备安全的核心理念就是预防为主，检查隐患，排除一切不安全隐患，把设备事故扼杀在摇篮里。

谢谢大家！

单位安全宣传演讲稿二

各位领导同事们

大家好！

“千里之堤，溃于蚁穴”的道理人人都懂，可是在我们的建筑施工中，也存在着许多安全隐患的问题，安全事故依然此起彼伏的发生，令人触目惊心的悲剧不断上演，给人们的生命和财产造成巨大的不可弥补的损失。我们所要做的不是悲伤难过而是要防患于未然，做到预防为主，竭尽所能的去改变那些日常生活中可以避免的危险。“勿以恶小而为之，勿以善小而不为”。

安全必须从点点滴滴的细节入手严抓细管，从小事做起，以个人行为的安全保证施工行为的安全，以个人的行为质量保证施工质量，以个人安全保证班组安全，以班组的安全保证全公司的安全，以全公司的安全保证全社会乃至整个国家的安全。“前车之鉴，后事之师”，安全工作只有起点，没有终点。我们必须牢固树立“安全第一”的思想意识。必须从我做起，从现在做起，端正自己的思想作风，有“责任重于泰山”的责任意识，时刻紧绷安全之弦，从严要求，熟练掌握安全专业知识，严格遵守操作规程，预知危险，分析和控制危险。安全来自警惕，事故出于麻痹。

安全措施不到位造成安全事故的发生。在企业的安全生产过程中，正是有些人还存在侥幸的心理，最终导致事故的发生。如果我们每个人都能够树立“安全第一”的思想，严格按照规章制度办事，检查到位，不漏过任何一个细节；措施到位，不放过任何一个疑点，许多的事故也许就不会发生。

安全是一个永恒的主题，安全在哪里都重要，它是人类最重要、最基本的要求。安全生产是企业生存与发展的基础，更是人们生命健康的保障。在安全事故面前，人的生命是如此的脆弱。我们时时刻刻谈到的都是安全，它带给了我们企业发展的美好前景，同时又凝聚了太多人的牵挂和责任，每一个企业的建设者都能感受到这份责任的重大。

每一个生命都是天地之灵魂，万物之精华。生命之歌，因安全而激越；生命之树，因安全而长青；生命之光，因安全而璀璨。安全就是我们的生命，我们应该像爱护生命一样重视安全。只要我们认真对待每一次操作，认真检查每一项工作，就能牢牢的把握安全命脉，踏上安全的坦途。让我们时刻牢记：安全无小事、责任大于天！让我们一起拥抱安全，拥抱生命！

因为安全就在我们自己手中！

谢谢大家！

宣传讲师演讲稿三分钟篇二

大家晚上好！

我是宣传部部长xxx□首先我介绍一下我的搭档xxxx宣传部部长xx□

下面由我简单介绍一下宣传部。顾名思义，宣传部的职责就是宣传。它是展现我院风貌的窗口，是我院对外宣传的主要部门。我们充分利用各种宣传方式，时间贯彻学校，学院的有关精神，传达上级的重要指示。积极配合学生会的各个部门开展各项活动，主要以海报板报的形式，对我院各项活动及重大事件进行宣传，将其在全校范围内广而告之，以达到扩大活动影响力的效果，留下深远的影响。是我们，把动科院的精神风貌弘扬；是我们，把学子们的青春风采展现。

宣传部是一个对专业特长要求比较高的部门，我们的工作主要包括，版面设计，图像处理，书法绘画等。只要你有这些方面的特长，只要你对宣传部的各项工作感兴趣，且有责任心，有耐心，这里将是你们展示自我的最佳平台。在平时的工作中，大家可以互相促进，互相学习，探讨和钻研共同的兴趣和爱好。大家的团队意识，协作能力以及个人能力都会

在每一次的活动中得到提升，同时还能得到深厚的友谊。这就是宣传携手合作进传部，一个展现大家才能的部门，一个充满优雅气息的部门，一个携手合作并进的部门。

宣传部，期待你们的加入！谢谢大家！

宣传讲师演讲稿三分钟篇三

平时在睡觉的时候，尽量不要紧闭窗户，保持空气对流。使用燃气时，应将窗户尽量打开，以防燃气泄漏发生意外。停止使用煤气时，应关闭气体总阀。一定要经常检查管道和阀门是否安全无漏气并保持室内具有良好的通风条件，特别是在入睡之前，要确认气体阀门关闭。若发现漏气现象，要保持镇定，迅速关闭阀门，打开门窗；切勿惊慌失措，不可开灯和打电话，更不能动用明火。

2、用电安全：

明火是可以看到的，但是可怕的是用电方面引起的火灾，所以要排除家里一些老化的线路，尤其是插座附近和用电器之间是否存在老化破损或者脱落，不能超功率使用，乱拉乱搭电线，合理使用电器，不使用时就关闭。

3、禁止玩火：

如果家里有小孩子的话，那么要记得把打火机、火柴等东西放置好，至少是小孩子望不到碰不到够不着。否则小孩子由于好奇心玩火引发火灾，那后果可想而知了。若发生火灾，要保持冷静，立即报警，并正确指示起火点。

4、合理放置：

不要将杂物堆放在楼道内，保持逃生通道的通畅。为您和他人的安全着想，不可占用消防通道，不得封闭防火门，以免

妨碍消防通道的正常使用。另外家里不要到处乱扔东西、堆积东西，这些东西乍看起来没什么，其实都是隐患呀。周末的时候记得打扫和整理房间的杂物。

1、火灾袭来时要迅速逃生，不要贪恋财物。

2、家庭成员平时就要了解掌握火灾逃生的基本方法，熟悉几条逃生路线。

3、受到火势威胁时，要当机立断披上浸湿的衣物，被褥等向安全出口方向冲出去。

4、炉灶附近不放置可燃易燃物品，炉灰完全熄灭后再倾倒，草垛要远离房屋。穿过浓烟逃生时，要尽量使身体贴近地面，并用湿毛巾捂住口鼻。

5、身上着火，千万不要奔跑，可就地打滚或用厚重的衣物压灭火苗。

6、遇火灾不可乘坐电梯，要向安全出口方向逃生。

7、室外着火，门已发烫，千万不要开门，以防大火蹿入室内，要用浸湿的被褥，衣物等堵塞门窗缝，并泼水降温。

1、做饭时，不论使用明火还是用电，家中都要留人看护，定时有人照看，千万不要离开。因为很多火灾都是因为家中做饭时家里离开人，或者烧饭时，家里的人看电视睡着，导致锅里的饭被烧干，这类用火不慎导致起火的故事时有发生。

2、现在家中电器普遍较多，尤其是在冬天，很多住户都开始使用电暖器、空调等，使用的时间尽量不要超过24小时。尽量使用一天后，让电器休息一会儿，降降温。尤其是一些大功率电器，比如小太阳、电褥子等，在家中尽量不使用，或不长期使用。

3、如果家里有天然气或液化气罐，回到家中或在睡眠中，发现有异常气味时，务必轻手轻脚，打开门窗，避免出现静电火花的现象。关闭气阀的总阀门，千万不要开灯或使用其他用电设备，更不要不当回事儿直接去做饭。这种气体一旦泄漏，与空气形成混合物达到一定浓度时，就会发生爆炸。

4、一些特殊家庭，家里长期点一些明火，比如香烛等。当屋里有风时，这些烟灰脱落后如果落在可燃物上，也会引发火灾。在使用这些明火时，务必清理附近的可燃物。

5、家里有孩子的，一定要对孩子做好安全教育，千万不要在家里玩火。

6、大人和孩子，务必掌握一些消防安全常识和逃生的知识。

宣传讲师演讲稿三分钟篇四

上个学期，我在小区里做了一件有关环保的事情。

虽然做得比较顺利，但是在此之前，我却找不到办法。

我想啊想，终于想出了个好办法。但是，这种办法有很大的可能性会被别人笑话。但是，我觉得，这还不错。这个办法就是？——捡垃圾。

开始行动了。我在楼下“巡查”，看有没有“敌人”。如果遇上“敌人”，我就用个计策，把他们当作球一样踢，一直踢到一条几乎没人的小路里去。我左看看，右看看，果然发现没有一个人关注着我。于是我立刻把“球”放进了装“球”的袋子里。接下来的垃圾我如法炮制，不一会儿，我就捡了五六个瓶子和其他的东西。我看差不多了，就上楼把垃圾扔到垃圾桶里，然后我就高兴地回家去了。

第二天，我下楼再次“巡查”，发现地面上又增加了一些垃

圾。我又用第一天的办法把它们送进了垃圾桶里。但是我不可能每天都下来捡的，我还要做其他的事情，我很伤心。但是我想我只要不乱扔垃圾，就是对保护环境最大的贡献了。

我们以后要保护环境，不乱扔垃圾。

宣传讲师演讲稿三分钟篇五

大家中午好！

今天我演讲的题目是——《安全之美，文明之美》

有一种美，深埋在古垒下，是一种可以吸引灵魂的美，它，深藏不露；

有一种美，飘逸在浮云上，是一种可以创造生命的美，它，如影相随。

这种美就是——安全之美，文明之美。

同学们，在父母的眼里，你们是含苞欲放的花蕾；在老师的眼里，你们是展翅待飞的雏鹰；身上寄托着父母、老师、祖国的希望。大家处在这美好的环境里，可有的同学不注意“安全”二字，给自己带来了痛苦，痛心之余，我们苦苦反思，在紧张的学习之后，在快乐的玩耍时刻，有些同学忽视了安全问题，让关心老师和家长很担心。

同学们，你们很幸运，作为星火学校的一名学生，亲身体会到星火学校优越的教育环境，安全文明的校园气氛。你会听到朗朗的读书声，亲切的问候声；你会看到学生文明的举止，谦让的身影；你能随时感受到领导的关心，老师的爱护！让我们时时生活在一个安全文明的校园中。

学生是校园安全的主体，又是学校安全的受益者。对于安全，

我们必须警于思，合于规，慎于行，必须树立高度的安全意识，人人讲安全，时时讲安全，事事讲安全，安全在心，生命永驻。

搭载放假回家的同学和老师，强行通过一座漫水桥时被洪水冲走，19人失踪。生命犹花，虽可绽放天下，但如不精心呵护，顷刻间就会凋零；生命犹水，虽可滋润万物，但如不精心照料，顷刻间就会蒸发；生命犹戏，虽然十分精彩，但演出只有一次，没有彩排不能再来！生命只有一次！丧失了宝贵的生命，你就丧失了无法衡量的财富！所以，我们应该把安全时刻记在心中，落实在行中，严守校规校纪，注意交通安全，安全用电用火，防范意外伤害。当校园停电时，我们要站在原地听从老师指挥；当火灾发生时，我们要沉着面对学会自救；当地震来临时，我们要躲进角落或听从命令，遇到危险不慌张，不拥挤，跟随队伍走出困难；上下楼梯不跳台阶，不把扶手当滑梯，课间玩耍不打斗，同学友爱讲文明。安全创造文明，一个人的文明，会给大家带来快乐、温馨。那么文明在哪里？“文明在我们的行动中，文明在校园的每个角落！”文明，是同学间路上相遇时的微笑，文明是见到师长时的尊敬，文明是踩到他人的一声“对不起”，文明是同学们相互的关爱与宽容。因为有了文明，所以有了道德；因为有了文明，所以有了高尚！文明让我们的生活更加和谐，更加安全，让我们做文明的实践者和传播者！让文明之花开的更加美丽，更加灿烂！

安全是火，点燃生命之灯；文明是灯，照亮生命之路；安全文明是路，引导我们走向新的辉煌！生命是晶莹剔透的露珠，折射出七彩的光芒；文明是鲜嫩的花朵，散发出迷人的清香。作为一名学生，我们有责任、有义务，让我们的生命在校园里焕发出奇光异彩，演奏出华美的文明乐章！

安全在我心，文明伴我行，让我们携起手来，共同创造美好的明天！

宣传讲师演讲稿三分钟篇六

同学们上午好!今天国旗下的内容是：《爱眼、护眼小常识》。

怎样预防近视眼?

保持适当的阅读距离：30厘米或以上。

定时让眼睛作适当休息。

不在光线足够的环境下阅读及写字。

不要在移动环境下看书。

保持适当的看电视电脑距离。

保证充足的睡眠和合理的饮食及适当的锻炼。

同学们用眼时请注意以下几点：

第一、用眼环境要注意

1. 读书写字时要有充足的照明。避免在过亮、过暗或摇晃不定的光线下读写。
2. 读书写字的地方空气要清新。污浊的空气和烟尘同样会伤害眼睛，影响健康。
3. 尽量不用过细的笔写作业，作业用纸要洁净。
4. 写字时，台灯灯光要从左前方射来，日光灯8-11瓦即可。
5. 书桌高度以到上腹部附近为宜。

看电视

1. 看电视要距离2米以上。
3. 看电视最好的姿势是坐姿，不要躺着、歪着头或仰着头看电视，因为这些不正确的姿势都会引起眼睛疲劳。
4. 电视机要放在背光的地方。
5. 电视的光度要合适，不能过亮或过暗。

操作电脑

1. 屏幕最好背向或侧向窗户，避免出现反光现象。
2. 操作台要低于一般桌的高度，座椅最好高低可调，使坐姿舒适。电脑屏幕中心应与胸部在同一水平线上。
3. 屏幕与眼睛之间应保持50厘米以上，视线应略低于平视线10——20度。
4. 电脑操作间采光要好，光线不易太弱或太强。

第二、读写姿势要正确

1. 端正读写姿势，读书写字时眼睛和书本的距离在33—35厘米左右。
2. 胸前与桌子距离一拳。
3. 读书写字时要坐正，不能弯腰驼背或趴在桌上。头不可外向一边。
4. 握笔姿势要正确，执笔角度要合适，写毛笔字时力求笔杆直立，写铅笔，钢笔字笔杆与纸面的角度在40—50度之间。
5. 握笔的手指距离笔尖3厘米左右。

6. 不歪着头或躺着看书写字，不走路看书，不在晃动的车船上看书。

第三、眼睛休息要牢记

1. 不长时间近距离用眼，下课要走出教室。

2. 每近距离用眼40——50分钟时，休息5——10分钟，可闭目养神，凭窗远望更好，越远越好，至少看5米以外的景物，并注意放松心情。

3. 多到户外活动，观察野外动植物，享受大自然的青山绿水。

4. 睡眠要充足。

第四、均衡饮食要做到

1. 用眼过度和电脑微波会使人体内维生素减少，同时会过多地消耗视网膜上圆锥细胞的视紫质，所以保证摄入充足的维生素a□维生素c□维生素e是非常重要的。

2. 常吃高纤维素、高钙高铁的食品。如山药、胡萝卜、山芋、芋头、菠菜、小米、玉米等。也可多食用一些黑豆、红枣、核桃仁等食品。补充锌元素也很重要，如黄豆、杏仁、紫菜、海带、羊肉、奶粉等含锌量较高。为防止近视眼的发生发展，应适当控制甜食，经常吃碱性食品，如萝卜、胡萝卜、白菜、大葱、莴苣、黄瓜、豆芽菜等等。

3. 保持食品低盐低脂低糖。

第五、定期检查要坚持

1. 每学期定期检查两次视力、每年作1——2次眼部常规检查

2. 如果出现视力下降，一定要尽快到医院眼科作进一步的检查。

3. 16岁以下的青少年一般不宜佩戴隐形眼镜。

宣传讲师演讲稿三分钟篇七

其实说到新形势下企业团委的工作，我个人觉得最核心的就两个字：服务。为谁服务？毛泽东同志说为人民服务，咱在这里借鉴下：首先是为团员服务！粮食集团现有团员大概两百多人，上届的团委委员为新一届即将当选的委员树立了很好的榜样，作为团干部就是要做好青年的知心朋友，想青年之所想，急青年之所急，要主动深入团员青年中开展调研，积极拓宽倾听团员青年呼声的渠道，和大家协力解决好工作和生活中遇到的困难，切实地为广大团员青年服好务。同时征求团员青年的意见，集思广益，开展好内容丰富、形式多样的活动，丰富大家的业余生活，寓教于乐，形成积极向上、健康活泼的工作生活氛围。

其次是为共产党服务！邓小平同志曾指出：“共产主义青年团作为我们这支队伍的名称，不只是给全体团员带来巨大的光荣，而且，也在中国青年的肩上放上了更为繁重的任务。这个任务就是在党的领导下，用共产主义精神教育青年一代。”这段话很好的诠释了团委的职责，作为团员青年，马列主义、毛泽东思想、邓小平理论和“三个代表”重要思想这些精神武装一个也不能少。团委工作的开展更是要紧密贴合党委工作，做好正确的引导，团结和带领团员青年做好党的助手和后备军。最近全党上下都在开展创先争优活动，这个活动是非常有意义，是真正地将自己的职能职责与争创先进相结合，团委要将创先争优在团组织中深化，和党委一起在全集团营造“学先进、争先进、当先进”的良好氛围。

所以最后一个服务是：为企业服务！从咱们企业的中长远规划来看，需要的是能担当重任的人才，能游走国际多领域的复

合型人才。团委作为青年的领导组织，要能适时地有针对性地开展青年技能知识培训，真诚地去帮助青年进步，要善于在企业中、在青年中去挖掘人才，向组织推荐，让他们能走到重要岗位上发挥所长，为企业创收。从广大团员青年自身来说，身为企业的后备力量，我们要把握机会，不断学习，追求上进，结合企业发展规划自己的职业生涯，奋斗目标，并为之付诸行动，那么企业的宏观蓝图中便会穿插着我们自身的蓝图。

综上，我理解的团委工作是围绕着几个“服务”展开，而服务需要秉承“从点滴做起”的理念。“从点滴做起”这几个字可能大家都比较清楚，因为这个是企业文化的精髓，也是我进入公司以来印象最深刻也最受用的一句话。如果我有幸当选，我会认真履行职责，服务团体。当然本次的其他几位候选人都非常优秀，相信无论最后当选的委员是谁，都会将咱们团委工作开展得有声有色。不过如果我能得到大家的信任和支持，我有信心去做好这份工作，有信心去完成自己的使命。诚然如马克思所言：人只有为自己同时代人的完善，为他们的幸福而工作，他才能达到自身的完善。在此与大家共勉之。