

# 做低头族倡议书

汇报人：

汇报时间：



# 目录

CONTENTS

- 倡议背景
- 倡议目的
- 倡议内容
- 倡议实施方案
- 倡议效果预期
- 倡议结语



01

# 倡议背景





# 低头族现象的普及

智能手机普及率逐年上升，人们越来越依赖手机。



长时间低头看手机对身体健康产生负面影响。



低头族现象在各个年龄段、职业和地区普遍存在。





## 低头族现象的负面影响



颈椎、眼睛疲劳和干涩等问题。



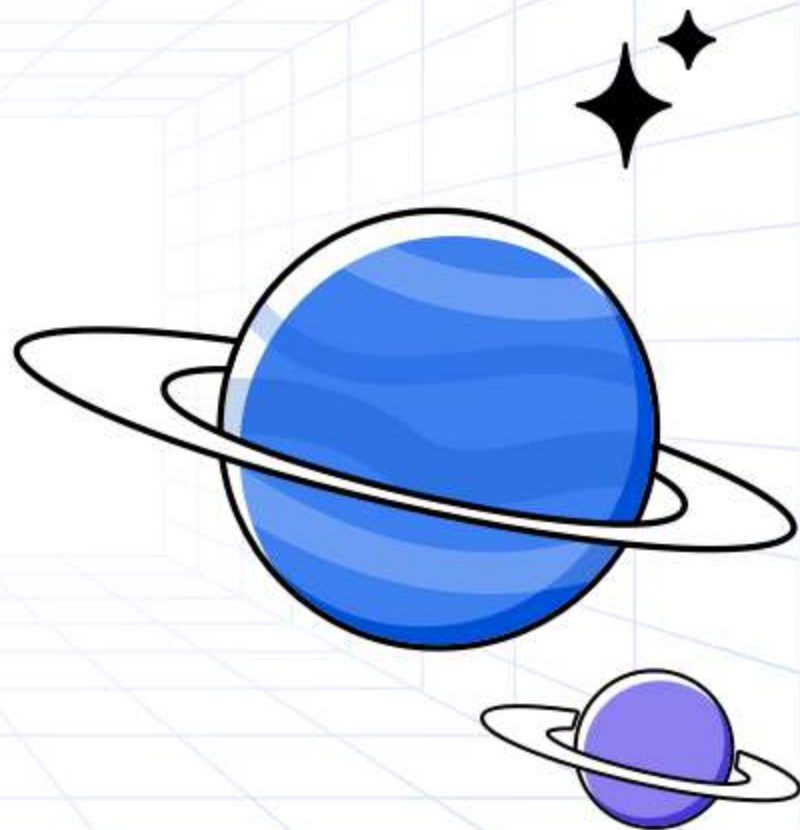
社交障碍和心理问题，如焦虑、抑郁等。



影响学习和工作效率，降低生产力和创造力。

02

# 倡议目的





# 减少低头族现象



## 01

倡导人们合理使用手机，减少在行走、交通过程中低头看手机的时间，降低潜在的安全风险。



## 02

鼓励人们关注现实生活，积极参与社交互动，提升人际交往能力。

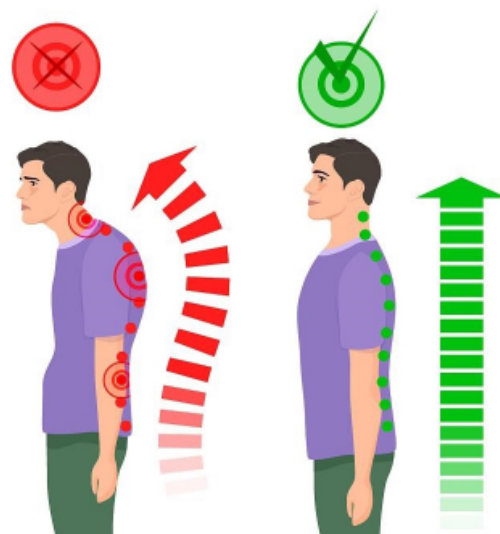
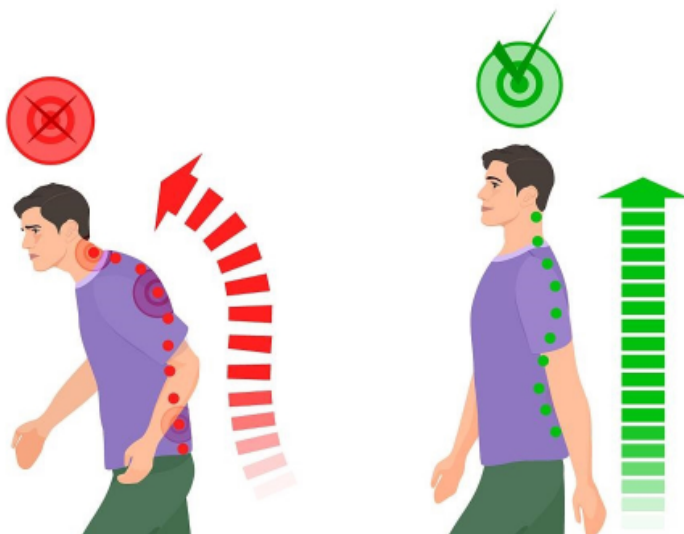


# 提高人们的健康意识

提醒人们长时间低头看手机对颈椎、眼睛等身体部位可能造成的伤害，倡导健康的生活方式。



提倡定期进行身体锻炼，增强身体素质，提高抵抗力。





以上内容仅为本文档的试下载部分，为可阅读页数的一半内容。如要下载或阅读全文，请访问：  
<https://d.book118.com/288012046044006050>