

最新文明健康绿色环保宣传讲座 文明健康 广播稿(精选8篇)

在日常学习、工作或生活中，大家总少不了接触作文或者范文吧，通过文章可以把我们那些零零散散的思想，聚集在一块。范文怎么写才能发挥它最大的作用呢？以下是我为大家搜集的优质范文，仅供参考，一起来看看吧

文明健康绿色环保宣传讲座篇一

敬爱的老师、各位同学：

大家下午好！今天，我演讲的题目是《告别陋习，牵手文明》。

伴着生命的旋律，踏着青春的节拍，沿着漫长的人生路，我们步履轻盈地走进了初中，进入了我们人生中最珍贵、最艳丽的花季时期。可是，有一些不良的习惯，却在青春的路途上，对我们设下了重重阻碍，使我们没能尽情地释放光彩，影响我们健康的成长，它——就是陋习。面对“陋习”的挑衅，让我们扪心自问，深刻反省：面对果皮纸屑，你及时清理了吗？面对老师长辈，你鞠躬问好了吗？面对公共设施，你珍重爱惜了吗？面对食宿生活，你做到了克勤克俭吗？面对同学朋友，你平等互助，和睦相处了吗？面对校纪校规，你身体力行，争做楷模了吗？……俗话说“人非圣贤，孰能无过，过而能改，善莫大焉”，在这如花似锦的校园里，我们要争做一名知荣辱，讲文明的中学生，学校为我们创造了优美舒适的生活环境，为我们提供了展示自我的广阔舞台，每一个人都从心底深深地感谢学校，感谢老师，感谢我们的党和人民，爱校如家就是我们爱的回报。爱，是弯一下腰捡起身边的一张废纸；爱，是拿起抹布擦掉墙上的污迹；爱，是对校园一草一木的珍惜，爱，就是告别陋习，牵手文明。告别陋习，现在做起，牵手文明，只争朝夕！

同学们，让我们携手并肩，以心灵赢得心灵，以人格塑造人格，以行动感召行动，使自己成为“真的种子，善的信使，美的旗帜，爱的化身”，让我们在此宣誓：告别陋习，势在必行；牵手文明，弘扬美德！

文明健康绿色环保宣传讲座篇二

近年来，全国各地积极开展了健康文明月活动，旨在引导人们养成健康的生活习惯，倡导文明行为，营造和谐社会。作为一名普通市民，我也积极参与了本地区的健康文明月活动，并深有感触。在这段时间的参与中，我收获了许多，体会也颇深。

首先，健康文明月活动以健康为主题，是提醒我们时刻关注自身健康的良好契机。在参与活动的过程中，我了解到有关健康的知识和信息。我了解到均衡饮食对于保持身体健康的重要性，开始养成了每天吃五谷杂粮、蔬菜水果的好习惯。我还知道了保证充足睡眠对身心健康的重要性，开始每天有规律地睡够八小时。通过这些了解和调整，我感觉自己的身体更加强壮，精力充沛。

其次，健康文明月活动的举办，让我明白了文明行为的重要性。在活动中，我们学习了许多文明礼仪，比如文明交通、文明餐桌、文明环保等。这些礼仪不仅仅体现了个人的素质修养，更是整个社会文明进步的体现。我深感，只有每个人都能从细微处做起，从自己身边的小事做起，才能够构建和谐文明的社会。

再次，健康文明月活动的组织和参与，增强了我与他人之间的交流与互动。在活动中，我结识了许多志同道合的朋友。我们一起参加各种交流活动，进行健康知识的分享，共同讨论问题，互相促进进步。通过和这些朋友的交流，我不仅拓宽了眼界，也学到了很多宝贵的知识。而在活动组织的过程中，我也参与了许多志愿者工作，锻炼了组织能力和沟通技

巧。这些都是我一辈子受益的宝贵财富。

此外，健康文明月活动的开展，也提高了我对社会责任的认识和担当。在活动中，我了解到了许多社会公益项目，比如义务献血、绿色环保、慈善捐助等。通过实际行动，我积极参与了这些公益活动，努力为社会贡献自己的力量。这样的经历不仅让我明白到了给予他人的快乐是最值得珍惜的，也让我更加深刻地明白到每个人都应当承担起属于自己的社会责任。

最后，健康文明月活动给了我一个机会，思考自己的生活方式和价值观。通过反思，我深知自己的不足之处，也看到了很多需要改进的地方。面对这些问题，我决心要更好地调整自己的生活方式，更加注重身体健康和文明行为，争做一个更好的自己。

通过参与健康文明月活动，我深刻感受到了关注自身健康、倡导文明行为的重要性。健康不仅是个人的追求，也是社会的需求，只有身心健康的个体才能为社会做出更大的贡献。而文明行为是社会进步的基石，是构建美好和谐社会的重要条件。所以，我将继续努力，将健康与文明的各项措施贯彻到我的日常生活中，为社会的健康发展和文明进步贡献自己的力量。

文明健康绿色环保宣传讲座篇三

健康文明月是每年的六月，旨在倡导健康生活方式，提高全民健康素养。我今天非常荣幸参加了今年的健康文明月活动，并深受启发。以下是我对健康文明月活动的心得体会。

首先，健康文明月活动给我提供了很多关于健康的知识和信息。在活动中，专家学者以及各种健康机构都通过讲座、研讨会、展览等形式向我们传授了许多有关健康的重要知识。我了解到了很多关于健康饮食、运动、心理健康等方面的信

息，并且学会了如何保持一个健康的生活方式。这些知识不仅帮助我改善了自己的生活习惯，也让我能够帮助他人更好地了解健康的重要性。

其次，健康文明月活动让我认识到健康是一个综合的概念。在活动中，我了解到健康不仅仅指身体上的健康，还包括心理健康和社交健康等方面。我们不能只关注身体健康，而忽视了心理健康或社交健康。只有所有方面都得到了满足，我们才能称之为真正的健康。因此，我决定从现在开始更加注重自己的心理健康和社交健康，与他人建立更多友好的关系，保持良好的心态。

第三，健康文明月活动给我留下了深刻的印象。这次活动举办得非常成功，吸引了许多人的参与和关注。活动中的展览和互动环节非常丰富多彩，不仅增加了我们对健康的兴趣，也提供了很多实践的机会。我在活动中与很多志同道合的人交流，互相分享了自己的健康经验，并且通过参与不同的活动，更加深入地了解了健康的概念和方法。这些经历让我倍感珍惜健康，希望能够将健康的理念传播给更多的人。

第四，健康文明月活动激发了我的行动力。在活动中，我看到了许多健康的榜样和成功的案例。他们通过良好的生活习惯和健康的生活方式，取得了令人羡慕的身体和精神健康。他们的经历鼓舞了我，让我相信只要我努力和坚持，也可以拥有健康的身心。因此，我决定从现在开始，每天运动一小时，合理安排饮食，保持良好的作息习惯。我相信只有我自己付出了努力，才能真正拥有健康的生活。

最后，健康文明月活动给我一个机会，让我认识到健康是我们每个人都应该关注的重要话题。我们不能把健康仅仅视为生活中的一部分，而应该将其视为生活的中心。只有拥有了健康，我们才能够更好地工作、学习和生活。因此，我希望更多的人能够加入到健康文明月活动中来，共同为我们的社会创造一个更加健康、文明的环境。

综上所述，健康文明月活动给我带来了许多收获和启发。通过这次活动，我学到了很多关于健康的知识和信息；认识到健康是一个综合的概念；感受了活动的热烈氛围；并且得到了很多榜样和案例的启示。因此，我将用行动来践行健康的理念，不仅改善自己的生活方式，也希望能够影响更多的人走向健康的道路。健康是每个人都应该关注的话题，而健康文明月活动则是提醒我们关注健康的重要途径之一。

文明健康绿色环保宣传讲座篇四

老师们、同学们：

大家好！

首先，在这之前，让我们了解下什么是文明。

文明是什么？文明是路上相遇时的微笑，是同学有难时的热情帮助，是平时与人相处时的亲切，是见到师长时的问早问好，是不小心撞到对方时的一声“对不起”，是自觉将垃圾放入垃圾箱的举动，是看到有人随地吐痰时的主动制止……文明是一种品质，文明是一种修养，文明是一种受人尊敬并被大家广泛推崇的行为。做文明之人，就要会用文明语，做文明事。“良言入耳三冬暖，恶语伤人六月寒”。

中国素有“礼仪之邦”之称，有礼，即有礼貌，明事理。礼貌待人是中华民族的传统美德。生活在幸福时代的我们，如果不能继承和发扬这种优良传统，就不能真正做一个快乐的人。

荀子云：“不学礼无以立，人无礼则不生，事无礼则不成，国无礼则不宁。”继承传统、倡导文明、讲究礼仪、树立新风是义不容辞的责任，更是社会主义精神文明建设的需要，是和谐××建设的需要。

这几年的变化非常之大，城市环境乍一看美如画。但在整个县城的公共场所总能见到有些刺眼的文明礼貌的标语，如“不准随地吐痰”、“禁止吸烟”、“不准进入草坪”等。为什么有这么多不准呢？我们心里明白，因为这些方面做到不到位。我家住在现代城，这是我们县环境卫生管理最好的小区之一，但我每天一大早上学的路上，总能见到那些物业工人不停地清扫，每每俯下身清理楼梯口大道边上口香糖等的残渣污迹，这些密密麻麻的斑痕与素有人在画中游的现代城美景形成了强烈反差。

是的，文明其实是由细节构成的，反思我们的所作所为可见文明离我们还有一段距离。在我们身边，在一部分同学身上，还存在着一些不文明的行为。例如，在我们的校园内、楼梯上总能见到与我们美丽的校园极不和谐的纸屑，教室里、校园内食品袋、方便面盒随处可见，甚至有的同学认为：反正有值日的同学和清洁工打扫，扔了又何妨；再例如有的同学在教学楼走廊上追逐打闹，走路推推搡搡习以为常；还有部分同学相互之间讲脏话、粗话，随意攀爬树枝，甚至还有个别同学故意损坏学校的公共财物。

走在大街上，我们也时常发现一些小商小贩们为了占一些有利地形，为了多吸引“顾客”的注意力，乱摆乱放，经常和城管局的管理员们来玩躲猫猫的游戏。事实上，良好的行为习惯，是保证我们顺利学习工作经商生活的前提，也是树立健康人格的基础。在学校没有良好的行为习惯的同学就可能目无纪律，不讲卫生，扰乱班级的学习环境；在社会上没有良好的行为习惯的人就会以自我为中心，扰乱公共秩序，破坏公共环境。所以，作为一个文明人，我们首先应该做一个堂堂正正的人，一个懂文明、有礼貌的谦谦君子，文明就是我们素质的前沿，拥有文明，那我们就拥有了世界上最为宝贵的精神财富。

文明礼仪是我们学习、生活的根基，是我们健康成长的臂膀。

我国教育家陶行知先生有一句名言：“千教万教教人求真，千学万学学做真人。”说的就是教师首先要教育学生要做一个真诚的人，而学生的学习也应该首先学做人，学做文明之人，学做社会中人，只有这样，我们才能真正做到“爱国守法，明礼诚信，团结友善，勤俭自强，敬业奉献”。

然而在现实生活中，我们也无不遗憾的发现，在物质文明高度发展的今天，我国公民的文明素质却出现了一些问题。新华社10月7日报道了一则新闻：“十一”黄金周的第二天，新疆乌鲁木齐市南山旅游景区出现80多名韩国游客集体捡垃圾的场面，其中包括30多名儿童。这些远道而来的客人在游览途中看到景区垃圾遍地，便自发地组织起来清理垃圾，短短20分钟，方圆近1公里的垃圾被清理得干干净净。在驱车将5个装满垃圾的纸箱送至垃圾站后，韩国游客才安心继续游玩。参加集体捡垃圾的韩国游客柳仁圭说：“野外应该是一片净土，但令人惊讶的是，这么漂亮的地方却有很多垃圾。”

外国人到我们这儿来捡垃圾的事儿并非头一遭：在咱们的城市街头、园林景区以及长城上，都留下过外国人捡拾垃圾的身影。他们或是一人或是数人乃至数十人，为我们的环境保护充当“义工”。而我们国人乱扔垃圾，却成了自然，因此即便到外地旅游，也照样与陋习一路同行。前不久香港迪士尼乐园开幕，在迎客首日，内地游客在乐园的非吸烟区肆无忌惮吸烟，横躺座椅、胡乱吐痰、随意插队，种种陋习给迪士尼乐园留下了一曲不和谐的音符。再比如到国外旅游，中国游客大声喧哗，不排队，不遵守公共秩序，没有良好卫生习惯等在国内已见怪不怪的陋习，在外国背景的反差下更凸现得淋漓尽致。

作为中国人，我们在对外宾捡垃圾的行为表达敬意的同时，也更应该为自己的行为感到惭愧。中国有让我们引以为骄傲的秀丽风光，更有“礼仪之邦”的美称。然而秀丽风光今天仍在，美好礼仪却被一些国人丢得差不多了。

再来看看我们身边的孩子们吧。在优越的物质生活条件下生长起来的独生子女，在文明礼仪方面也存在着诸多的不文明的言行：在家庭中，长辈们重智力学习轻德育教育，认为孩子只要学习好就行了，忽略了对孩子文明礼仪的教育，导致了他们对家人冷漠自私，一切以自我为中心，不与父母沟通，不理解家长的辛苦，不珍惜家长的钱财，不分担家庭的劳动，一味索取不知奉献；在学校里，不听从老师的教诲，说一些时髦的脏话，穿一些奇特的衣服，留着时尚的发型；不知道认真学习，在校园内大声喧哗，乱扔垃圾。这些行为直接影响同学们的健康成长，也影响了学校的形象。孔子云“己所不欲，勿施于人”。文明礼仪时刻提醒我们周围还有别人的存在，我们的行为会相互影响，人与人之间应该建立一种现代化的文明和谐的人际关系。

文明健康绿色环保宣传讲座篇五

各位老师、同学：

大家好！

文明是什么？文明是一个人修养和素质的表现。它是路遇师长时的朗声问好；是他人受困时的真诚关心；是受人帮助时的衷心感谢，是不小心冒犯别人后的诚恳致歉；是自觉将垃圾入箱的举动文明风尚源远流长，我们的祖先就一直行走在追求文明的道路上。礼让三先、虚席以待；通书达礼，尊老爱幼，这些成语无不蕴藉着文明的内涵，曾子避席、张良拾鞋、程门立雪个个故事无不闪烁着文明的光辉。古语说得好：“爱人者，人恒爱之；敬人者，人恒敬之。”“礼到人心暖，无礼讨人嫌”，文明就是一种财富，一种文化，是人与人和谐相处的敲门砖，值得我们去传承、发扬。然而，在我们的周边乃至自己的身上还是会出现一些不和谐的现象：楼梯上刺目的纸屑、花园中折损的花枝、走廊上追逐打闹，路队上推推搡搡这样的陋习提醒我们离文明并非触手可及。德国文学家歌德说：“一个人的礼貌就是一面照出他的肖像的镜子。”文

明是一种品质，是一种修养，拥有它你才会幸福、快乐。

有句老话：“少成若天性，习惯成自然。”文明习惯要从小培养。作为一个新世纪的少先队员，在我校文明礼仪节中，你将如何从点滴做起，展示我们的风采，让我们的学校形象更美好呢？一花独秀不是春，万紫千红春满园！在这里，我呼吁大家一起与文明同行！

同学们，人不是因为美丽才文明，而是因为文明而美丽！让我们共同努力，塑造出人民少年的美好形象，我期待着文明之花开遍我们的校园，开遍我们的家乡！

文明健康绿色环保宣传讲座篇六

文明健康主题班会是学校为了培养学生文明健康的生活方式而举行的一种活动形式，是学校落实素质教育、教育品德的具体行动。最近，我班组织了一次文明健康主题班会，使我深受感受，从而有了本文的写作。

第二段：主题班会的内容

在主题班会上，老师首先介绍了文明健康的概念和意义，强调了现今社会上的不文明行为对社会和个人都造成了不良影响，从而引起了大家的共鸣和思考。紧接着，老师又介绍了饮食健康和体育锻炼方面的知识，如何科学饮食、如何进行合理的运动，使学生能够更好地了解身体的需要，掌握科学健康的生活方式。

第三段：主题班会的互动环节

主题班会中的互动环节也格外精彩，大家纷纷发言，交流了各自对文明健康的理解和见闻。班会上还同时开展了“文明行为擂台赛”，把学生引导到实际动手的互动环节，让大家比一比各自的文明行为和健康生活习惯。这让班会更加生动、

有趣，既加强了师生的沟通交流，也促进了班级的团结和合作。

第四段：主题班会的收获

在主题班会中，我们不仅学习到了健康生活的知识，也亲身体会了文明行为的重要性。更感受到了对自己，对他人对社会的责任。通过班会的互动环节，我们不仅学会了如何与人合作、共同完成任务，也了解到了团队协作的重要性。而主题班会的丰富多彩，也让我们在轻松愉悦的氛围中，深入学习这些知识。

第五段：总结

作为一种特殊的教育活动形式，文明健康主题班会带给我们的不仅是学术上、知识上的收获，还有品德上的提升和沟通技巧的提升，是一个有益的经历。我们需要将学到的文明健康的知识和道理融入日常生活中，形成自己的生活方式，使自身在未来的成长之路上，更加健康、文明，我们班级也会在“文明健康”的指标中不断攀升，为实现素质教育的目标和我校“健康校园”的建设卓越贡献自己的力量。

文明健康绿色环保宣传讲座篇七

近些年来，健康文明月逐渐成为人们关注自身健康、倡导文明礼仪的一个重要时期。在这个月份里，社会各界不断开展各种有益于健康、文明的活动，引导人们养成健康的生活习惯和文明的行为举止。在我参与健康文明月活动的一个月里，我深刻体会到了健康和文明的重要性，并且产生了深远的思考。

在健康文明月的活动中，我首先参加了一场有关健康饮食的讲座。讲座上，专家为我们详细介绍了如何合理搭配营养，科学饮食。通过这场讲座，我了解到了很多关于食物的知识，

明白了合理膳食对于健康的重要性。以前，我常常忽视自己的饮食搭配，时常“贪食”油腻食物，对于身体健康产生了负面影响。但是现在，我开始有意识地减少煎炸食品的摄入量，多吃蔬菜水果，保持自己的身体健康。

其次，我参加了一次文明礼仪培训。在这次培训中，我们学习了社交礼仪、公共场合的行为规范等内容。通过这次培训，我认识到了文明礼仪对于我们与他人的交往中的重要性。之前，我在公共场合时常会发现有人违法违规，对他人造成困扰，但我一直没有意识到这是一种“不文明”的行为。现在，我在与他人相处时，更加注重礼貌待人，遵守社会公德，以文明的行为来赢得他人的尊重。

此外，在健康文明月期间，我还参加了一场座谈会，会上的主题是如何保持身心健康。在座谈会上，我发现越来越多的人开始关注自己的身心健康，并且通过各种方式维持身心健康的平衡。与会的专家分享了许多关于保持身心健康的方法，如运动、读书、亲近自然等等。我认识到身心健康是一个相互促进的过程，只有身体和心理同时得到关注和保养，我们才能真正健康快乐地生活。

最后，我还参与了一次义务卫生清理活动，与一群志同道合的人一起为社区进行了环境整治。在这个过程中，我不仅体验到了付出的快乐，还深刻认识到一个社区的整洁与和谐是每个人共同努力的结果。每个小细节都需要我们的关注和行动，只有我们每个人都积极参与到环境整治中，社区才能成为一个更加美好的地方。

在这个健康文明月里，我深深体会到了健康和文明的重要性。健康不仅仅是一个人的身体状况，更是一种生活态度。只有追求健康的生活方式，我们才能真正享受生活带来的乐趣。而文明，则是社会关系协调和谐的基础。我们应该在生活中时刻保持文明礼仪，尊重他人，关心他人，以和谐的人际关系构建一个文明的社会。

通过参与健康文明月活动，我不仅感受到了健康和文明的重要性，了解到了许多关于健康饮食、文明礼仪等方面的知识，更加深入地认识到健康和文明对我们个人和整个社会的积极影响。我会将这些体会与实践内化于心，进一步改变自己的生活方式，为构建一个更加健康文明的社会做出自己的努力。

文明健康绿色环保宣传讲座篇八

文明和健康是我们班级十分重视的主题，这不仅是因为我们是一个学习型班集体，更是因为我们认识到文明和健康对于一个人的全面发展至关重要。近日，我们班级开展了一次主题班会，旨在进一步加强我们对于文明和健康的认识和了解。下面我将分享一下我的心得体会。

第二段：对于文明主题的理解和感悟

文明是指具备良好的道德品质和行为习惯，成为了我们生活中不可或缺的一部分。在班会中，我们进行了关于文明礼仪的讨论，发现文明是一种普遍的社会准则，它不仅指自己应该做到的，更是关乎整个社会的道德认知。我们大家应该做到文明、礼貌、有序，从而构建良好、和谐的社会氛围。这也提醒了我，懂得展现文明的品质和态度的同时，更要影响身边的人，引领身边的文明氛围。

第三段：关于健康主题的感悟和认识

健康是我们生活中不可缺少的一个环节，它是众多行为的总和。在班会上，我们也针对了一些常见的健康问题与大家进行了交流和讨论。如何保持健康的生活方式和习惯，是我们应该重视的问题。通过对这些问题的讨论，我认识到不仅是运动和锻炼身体，保持良好的作息和饮食习惯，同时也要注意精神健康的维护，建立正确的生活态度和习惯，如此才能拥有一个更加健康、快乐的生活。

第四段：班会中的展示和交流

在主题班会中，我们展示了一些文明礼仪和健康实践类的作品，与大家分享了实践过程中的经验与体验。这些展示在一定程度上激发了大家对于话题的讨论和参与热情。通过班会中的交流与分享，我们班级里的同学懂得了健康生活的重要性，以及如何做到文明有礼，继而对自己的学习和生活产生了积极的影响和帮助，实现了互相学习、互相帮助的效果。

第五段：总结心得体会

通过主题班会的学习，我更进一步了解到了生活中文明和健康对于一个人的生活有着至关重要的意义。建立文明的生活习惯和关注身体健康，不仅可以提高自己的生活质量，同时也可以改变身边人的观念和行为习惯，带动身边人的生活积极向上。班会不仅是一个交流和展示的机会，更是我们学习和演练文明和健康的一个平台，我相信这样的活动可以进一步加深我们对于文明和健康的理解和认识，也可以引领我们在日常生活中能够更好地贯彻文明和健康的理念，助力我们成为更优秀的人。