

2023年丰富的课余生活手抄报内容(汇总5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。写范文的时候需要注意什么呢？有哪些格式需要注意呢？下面我给大家整理了一些优秀范文，希望能够帮助到大家，我们一起来看看吧。

丰富的课余生活手抄报内容篇一

- 1、倡导低碳生活让地球不再叹息。
- 2、倡导生活节能低碳，共享商洛碧水蓝天。
- 3、保护环境，保护自然就是保护人类自己。
- 4、当你不要我时，请把我送回家。
- 5、做文明学子，倡低碳之风。
- 6、树立节水意识反对浪费水源。
- 7、树立节水意识，反对浪费水源。
- 8、使用节能产品，步入低碳生活。
- 9、手下留情花更艳，脚下留情草更绿。
- 10、为了地球的明天，请奉献您的一小时。
- 11、家园只有一个，地球不能克隆。
- 12、花一草皆生命，一枝一叶总关情。

- 13、你我同在蓝天下，节能环保靠大家。
- 14、清爽地球靠大家，低碳走进你我他。
- 15、积极推展减废运动，落实做好废气管理。
- 16、追求低碳生活，拥抱绿色时尚。
- 17、低碳走进千万家，节能环保我参加。
- 18、低碳你我他，幸福千万家。
- 19、水清自然甜，水浑人人厌。
- 20、保护学校环境，共创学生圣地！
- 21、保护一片绿地，撑起一片蓝天。
- 22、问坛哪得绿如许，为有大家来爱护。
- 23、我爱花，我爱草，我爱青青小树苗。
- 24、爱花。爱草。爱树。爱校园。
- 25、茵茵绿草地，脚下请留情。
- 26、花草是我的朋友，请多一份爱护！
- 27、你来绕一绕，我来笑一笑。
- 28、让校园阳光普照，让绿色神圣美妙。
- 29、青青小草有生命，请君足下留情。

丰富的课余生活手抄报内容篇二

1. 每天使用传统的发条闹钟，替代电子闹钟。
2. 用节能灯替换60瓦的灯泡；一旦不用电灯、空调，随手关掉。
3. 在午休和下班后关掉电脑电源；手机一旦充电完成，立即拔掉手机充电插头。
4. 使用电脑时，尽量使用低亮度，开启程序少些。
5. 尽量少看电视。建议多看书，既节电，又可以增长知识。
6. 选择晾晒衣物，避免使用滚筒式干衣机；用在公园等适合跑步的空气清新的地方中慢跑取代在跑步机上的45分钟锻炼。
7. 冰箱内存放食物的量以占容积的80%为宜，放得过多或过少，都费电。食品之间留10毫米以上的空隙。
8. 用剩的小块肥皂香皂，收集起来装在不能穿的小丝袜中，可以接着用。
9. 尽量在出行时选择步行或骑脚踏车，即低碳，又健康。不开汽车而改骑自行车或步行。
10. 少坐飞机，飞机从停机坪上升到空中所排出的二氧化碳等于3600台汽车的排放量。
11. 少买不必要的衣服。服装在生产、加工和运输过程中，要消耗大量的能源，同时产生废气、废水等污染物。在保证生活需要的前提下，每人每年少买一件不必要的衣服可节能约2.5千克标准煤，相应减排二氧化碳6.4千克。如果全国每年有2500万人做到这一点，就可以节能约6.25万吨标准煤，减排二氧化碳16万吨。

丰富的课余生活手抄报内容篇三

有一些非法的中介机构，抓住大学生缺少社会经验又挣钱心切的心理，收取高额的中介费却不履行合同，不及时地给大学生找到工作。对于中介要看清中介是否有劳动部门颁发的《职业介绍许可证》或进行网上查询，了解其经营范围是否与执照现相符（应看其执照正本），最好到有资质、信誉好的中介找工作，而不要去小中介。

对于自己满意的工作，在正式工作之前一定要确认用工单位是否具备法人资格，是否具备工商管理部门颁发的营业执照，是否拥有固定的营业场所。如果没有合法的执照、固定的营业场所等，一定不要同意工作。

当用工单位以管理为名，收取一定数额的押金或保证金时，要谨慎，以防缴纳后，被单位以各种名由扣留，不予返还。如果确实要交，应将费用的性质、返还时间等方面明确写入劳动协议，以免被随意克扣。

本来是以销售人员的名义上岗工作，公司却让应聘者如法炮制去哄骗别人，有些同学在高回扣的诱惑之下，甚至不惜欺骗自己的同学、亲戚、老师和朋友。结果是骑虎难下，最终只得白搭上一笔钱，使自己的身心受到巨大伤害。同时，通过同学或朋友介绍找工作的大学生，也要注意维护自己的合法权益，防止陷入传销陷阱。

当用工单位要求以学生本人的有关证件作抵押时，一定要拒绝，谨防证件流失到不法分子手中，成为非法活动的工具，证件的复印件也要谨慎使用。

娱乐场所鱼龙混杂，良莠不齐，常常有不法分子出没。为保障人身安全，尽量不要到酒吧、歌舞厅等一类的娱乐场所工作。

有些工作危险系数高、劳动强度大，如建筑工地、机械零件加工等工作，容易发生意外，学生身体容易受到伤害，尽量不要从事此类工作。

有些用工单位在学生工作结束时以各种理由克扣学生工资，侵害学生利益。大学生应在工作开始前与用工单位签订劳动协议，协议书一定要权责明确，如工资额度、发放时间、安全等关系到学生切身利益的方面一定要在协议中详细说明。

有的女生的自我保护和防范意识比较差，在对方约见时，不加考虑就去见面，有时会遇到危险。建议女生不要单独外出约见，尽量不要在夜间工作，如果可能的话，可以和同学结伴外出工作。

有的个人或者小公司在网上发布信息，要求应聘者通过电子邮件等方式工作，比如翻译、创作等。然而学生从网上把邮件、创意等内容发过去以后，就会被告之不能采用，其实他们已经利用了学生的信息或智力资源，但是在网上很难取证。

假期外打工是勤工助学的有效途径，也是社会实践的形式之一，但需要大学生三思而后行，学会用法律的手段来保护自己的权益(根据劳动法：有下列情形之一的，用人单位应当按照下列标准支付高于劳动者正常工作时间工资的工资报酬：

(一) 安排劳动者延长工作时间的，支付不低于工资的百分之一百五十的工资报酬；(二) 休息日安排劳动者工作又不能安排补休的，支付不低于工资的百分之二百的工资报酬；

(三) 法定休假日安排劳动者工作的，支付不低于工资的百分之三百的工资报酬)，真正实现既获取经济利益又锻炼能力的目的。

丰富的课余生活手抄报内容篇四

冰箱

冰箱内存放食物的量最好控制在80%左右，无论是多还是少了，都费电。食品之间、食品与冰箱之间应留有约10毫米以上的空隙。用数个塑料盒盛水，在冷冻室制成冰后放入冷藏室，这样能延长停机时间、减少开机时间。

空调

空调启动瞬间电流较大，频繁开关相当费电，且易损坏压缩机。将风扇放在空调内机下方，利用风扇风力提高制冷效果。空调开启后马上开电风扇。晚上可以不用整夜开空调，省电近90%。将空调设置在除湿模式工作，此时即使室温稍高也能令人感觉凉爽，且比制冷模式省电。

洗衣机

在同样长的洗涤时间里，弱档工作时，电动机启动次数较多，也就是说，使用强档其实比弱档省电，且可延长洗衣机的寿命。按转速1680转/分(只适用涡轮式)脱水1分钟计算，脱水率可达55%。一般脱水不超过3分钟。再延长脱水时间则意义不大。

微波炉

较干的食品加水后搅拌均匀，加热前用聚丙烯保鲜膜覆盖或者包好，或使用有盖的耐热的玻璃器皿加热。每次加热或烹调的食品以不超过0.5千克为宜，最好切成小块，量多时应分时段加热，中间加以搅拌。尽可能使用“高火”。为减少解冻食品时开关微波炉的次数，可预先将食品从冰箱冷冻室移入冷藏室，慢慢解冻，并充分利用冷冻食品中的“冷能”。

计算机

短时间不用电脑时，启用电脑的“睡眠”模式，能耗可下降到60%以下；关掉不用的程序和音箱、打印机等外围设备；少

让硬盘、软盘、光盘同时工作；适当降低显示器的亮度。用笔记本电脑计算机要特别注意：对电池完全放电；尽量不使用外接设备；关闭暂不使用的设备和接口；关闭屏幕保护程序；合理选择关机方式：需要立即恢复时采用“待机”、电池运用选“睡眠”。

丰富的课余生活手抄报内容篇五

保护地球，人人有责。低碳生活，从我做起。

- 1、少用纸巾，重拾手帕，保护森林，低碳生活；
- 2、每张纸都双面打印，相当于保留下半片原本将被砍掉的森林；
- 4、绿化不仅是去郊区种树，在家种些花草一样可以，还无须开车；
- 5、是的，一只塑料袋5毛钱，但它造成的污染可能是5毛钱的50倍；
- 7、关掉不用的电脑程序，减少硬盘工作量，既省电也维护你的电脑；
- 8、相比开车族来说，骑自行车上下班的人一不用担心油价涨，二不用担心体重涨；
- 10、考虑到坐公交为世界环境做的贡献；
- 11、请相信，痴迷皮草那不过是一种返祖冲动；
- 12、可以这么认为，气候变暖一部分是出于对过度使用空调和暖气的报复；

13、尽量少使用一次性因为制造他们所使用的石油也是一次性的；

15、未必红木和真皮才能体现居家品味；建议使用竹制家具，因为竹子比树木长得快；

16、其实利用太阳能这种环保能源最简单的方式，就是尽量把工作放在白天做；

17、过量肉食至少伤害三个对象：动物，你自己和地球；