

国家和社会加强吸烟危害健康的宣传标语 健康宣传标语(汇总11篇)

通过阅读范文范本，我们可以了解不同类型文章的写作特点，丰富自己的写作经验。在撰写范文范本时，要充分考虑读者的需求和接受能力，避免过于晦涩和琐碎的内容。小编为大家收集了一些优秀的范文范本，希望能够给大家提供一些写作的思路和素材。

国家和社会加强吸烟危害健康的宣传标语篇一

- 1、健康家园，我的心愿。
- 2、热爱巴中，热心创卫。
- 3、携手共建，健康城市。
- 4、健康城市，活力大连。
- 5、建健康社区，走健康旅程。
- 6、健康人生路，全靠多走路。
- 7、你我同携手，来行健康路。
- 8、城市的健康，需要您努力。
- 9、健康张家港，美丽新家园。
- 10、做城市主人，当创卫先锋。
- 11、走进浪漫之都，享受健康生活。
- 12、建设健康城市，构建和谐社会。

- 13、建设健康城市，享受美好生活。
- 14、从我做起，人人开展爱国卫生。
- 15、遵守社会公德，维护公共卫生。
- 16、创建健康城市，建设美好家园。
- 17、爱文明，讲卫生，健康每一天。
- 18、建设健康城市，享受城市健康。
- 19、共建健康城市，成就健康未来。
- 20、依法实施对城市健康的监督管理。
- 21、以人为本，协调发展的港城名片。
- 22、健康属于你我他，健康城市靠大家。
- 23、健康城市显活力，和谐社会展魅力。
- 24、让健康拥抱大连，让和谐永驻家园。
- 25、创卫关联你我他，齐抓共管靠大家。
- 26、心是船，爱是帆，健康大连是港湾。
- 27、碧海蓝天健康城，鸟语花香新大连。
- 28、腾飞的港城需健康，健康的港城更腾飞。
- 29、让张家港拥抱健康，让健康融进张家港。
- 30、健康城市演绎精彩，低碳生活成就未来。

- 31、开展爱国卫生运动，营造清洁生活环境。
- 32、创卫工作人人参与，美好环境家家受益。
- 33、搞好城市公共健康，提高人民健康水平。
- 34、健康生活由您营造，健康城市需您参与。
- 35、美好生活从健康开始，健康生活从健身开始。
- 36、美化市容、讲究卫生、绿化家园、保护环境。
- 37、大力开展爱国卫生运动，全面推进健康城市建设。
- 38、创健康城市是大家心愿，建美好生活靠你我奉献。
- 39、加快建设健康城市步伐，实现经济社会可持续发展。
- 40、与时俱进弘扬张家港精神，共同参与建设健康新港城。
- 41、树立健康意识、掌握健康知识、倡导健康行为、建设健康环境。

国家和社会加强吸烟危害健康的宣传标语篇二

一切都是暂时的，一切都会消逝，让失去的变得可爱。

十个想法不如一个行动。

心理健康很重要，老师学生都需要。

一个人要对昨天感到快乐，而对明天具有信心。

用“心”呵护心的健康！

不求，但要更好；不在乎昨天，更看好明天。

尺有所短、寸有所长，把握生命全过程，展示心中一片天。

心理健康教育，教育健康心理。

微笑可以缩短心灵之间的距离。

诚心诚意，从心做起。

健康的一半是心理健康。透视心灵，关注成长；触抚生命，助人自助；挖掘潜能，完善自我；心理健康关注你我他。

悦纳自我、肯定自我、欣赏自我、发展自我，做一个健康快乐的人。

快乐每一天，自信每一天，充实每一天，感恩每一天。

倡导和谐心态，崇尚健康心理。

打开心灵的窗户，让阳光进入；敞开心扉，缔造美丽人生。

青春不拒绝阳光！

悦纳自我，做一个快乐健康的人

敞开心扉，你会拥有美丽人生

打开心灵的窗户，沐浴明媚的阳光！

健康的心理，为你添上飞翔的翅膀！

时代呼唤心理健康，人才呼唤心理健康！

一切智慧、成就和幸福都离不开心理健康！

关注心理健康，幸福伴你成长！

认识你自己，理解你自己，发展你自己！

多一点宽容，多一份理解，多一些感动！

了解自我，完善自我，超越自我！

珍爱生命，美丽心灵！

完善自我，拥抱健康！

身心健康，和谐校园！

助人自助，健康成长！

呵护心灵，健康成才！

天时不如地利，地利不如人和，多多与人交往吧！

自信让你变成白天鹅，自卑让你成为丑小鸭！

没有我的同意，谁都无法让我自卑！

自信产生美，自信的人更快乐！

幸福是一种能力，让我们学会幸福，学会爱。

国家和社会加强吸烟危害健康的宣传标语篇三

聆听心灵声音，放飞快乐心情

关注心理健康，构筑阳关心桥

挂上你迷人的微笑，洗礼昨天的阴霾！

接近那一点心距，成就那一份健康！

敞开心胸一片天，放飞心理健康梦！

开心笑一笑，幸福来报到！

品心扉苦涩涌泉，酿百花甜蜜浓情！

阳光总在风雨后，快乐总在倾诉中！

实现心理健康，获得幸福绿光！

倾诉一分钟的烦恼，享受一小时的快乐！

为您的心灵打开一扇窗户，为我们的沟通搭起一座桥！

爱心恒心自信心，心心相映；亲情友情师生情，轻轻关怀不要把自己定位为失败者，否则你永远永远是失败者！

与心灵相约，与健康同行！

带来步履沉重的忧愁！带走心情轻松的快乐！

倡导和谐心态，成就健康心理！

交出你心，说出你情，解你之忧！

快乐吸收好，心灵更美好！

相互关心，永远开心

快乐每一天、自信每一天、充实每一天。

过去的痛苦就是快乐。

国家和社会加强吸烟危害健康的宣传标语篇四

健康的一半是心理健康！

我爱我，给心灵一片晴空！

悦纳自我，肯定自我，欣赏自我，发展自我，做一个快乐健康的人

敞开心扉，你会拥有美丽人生：

打开心灵的门窗，让阳光进来！

健康的心理，为你添上飞翔的翅膀！

用“新”呵护的健康！

“心”会跟你一起走，说好不分手！

心理健康，爱你等于爱自己！

关注自我，让我们从“心”做起！

心理健康关注你我他！

架起心桥，共赴成功！

健康的人需要健康的心！

心心相融，欣欣向荣！

我接纳自己包括优点、缺点、梦想、秘密与过去：

超越平凡，欣喜生活！

困忧之源，不在问题的本质，而在面对问题的态度！

悦纳自我，肯定自我，欣赏自我，发展自我，做一快乐健康的人！

完善自我，提高心理健康水平；服务他人，普及心理健康知识

透视心灵，关注成长，触抚生命，助人自助，挖掘潜能，完善自我

走出心灵的孤岛/打开心灵的窗口/

与心灵相约与健康同行

心灵健康伴我行，花开香溢满校园

关注自我，让我们从“心”开始

国家和社会加强吸烟危害健康的宣传标语篇五

1. 如果你是富翁，那么应该在高兴的时候多吃；反之，你若贫穷，那么就在能吃的时候多吃。
2. 节饮食而后得健康。
3. 塞翁失马，安知非福。天有不测之风云，人有旦夕之祸福。祸福相依时运变，人生风水轮流转。黑夜前头黎明到，寒冬过去是春天。
4. 重视健康，淡泊钱财，死不带去，生不带来。
5. 欢乐的气氛能使一盘菜变得像一个宴会。——(英国哲学家)赫伯特

6. 活动就象灵芝草，不必苦把仙方找。天天蹦蹦跳，医生永不找。
7. 用艰苦的劳作换取旺盛的食欲。——(古罗马诗人)贺拉斯
8. “合理膳食规律起居，引领健康生活 ”
9. 从来没有一个例子能证明好话能安慰饥饿的胃。——(奥地利作家)茨威格
11. 最能保人心神之健康的预防药就是朋友的忠言规谏。
12. 养成良好卫生习惯，追求健康生活方式。
13. 投资健康，储蓄健康，收获健康。
14. 不抽烟，少饮酒，活到九十九。
15. 四莫忘：养生莫忘养心，养心莫忘寡欲；至乐莫忘求知，求知莫忘读书。
16. 健康的人，未来的路更平坦宽敞。
17. 苹果每日啖，不用去医院。
18. 早上喝盐汤，胜喝人参汤。
19. 真理诚然是一个崇高的字眼，然而更是一桩崇高的业绩，如果人的心灵与情感依然健康，则其心潮必将为之激荡不已。
20. 酗酒殉命对联：上联：浓香型、酱香型、是酒就行。
21. 多食一点姜，不用开药方。
22. 美女想瘦，经常挠头，饮食调剂，不能松手；水煮青菜，

少放些油；主食选择，白面馒头；少喝果汁，多菜少肉，营养均衡，不要太瘦，祝美女越来越漂亮哦。

23. 莫把烦恼放心头，免得未老先衰颓；莫把烦恼放心头，免得白了少年头。

24. 少食多餐，益寿延年。睡觉不蒙头，黄昏郊外走，无事勤扫房屋，强似上药铺。常洗衣服常洗澡，常晒被褥疾病少。

25. 编造谎言的人撒的每一次谎不只是自杀行为，而且还是对人类社会的健康的伤害。

26. 饮食健康多注意，我的关切发给你；粮食别吃太精白，营养流失不健康；菜肴偏咸不可取，引发疾病是问题；烟酒少沾保肠胃，省钱健康两相宜；注意饮食加锻炼，长命百岁就是你！

27. 没有杯子，咖啡是寂寞的；没有你，我是孤独的

29. 健康，也是整整陪伴我们十几年得好伙伴，好朋友，我们可以说是形影不离！

30. 可能是老了，可能是经历的看的多了，越来越觉得有个好身体比什么都重要。

31. 丝不织不成网，铁不炼不成钢；身体不炼不结实，意志不炼不坚强。

32. 受人点滴之恩，当以涌泉相报。多看别人长处，多记别人好处，多帮别人难处，多怜别人的苦处。

33. 对文学工作的渴望基本上是一个人的一种自然的、健康的愿望，他想用文字来表现和描绘人们的内心生活和外部生活的无穷尽的、形形色色的现象，借此达到与人民群众的结合。

34. 今天想对自己说有一个好身体比什么都重要，可以吃好多好多好吃的，也不会肚子疼，受到再多的打击也可以化为食欲。

36. 生命在于运动，生命在于休息。保持乐观情绪，遵循生活规律。白天按时运动，身体就会康宁。晚上按时休息，精神就会安逸。

38. 忧悲多患，病乃成积；好憎繁多，祸乃相随。

39. “健康之精神寓于健康之身体。”是的，请珍惜健康，然后再好好地创造并享受那绚丽多彩的人生吧！

40. 多吃少滋味，少吃多滋味。

41. 生命在于运动。——（法）伏尔泰

国家和社会加强吸烟危害健康的宣传标语篇六

1、因为你，企业有了将来，创先争优，有你，有未来。

2、关爱女性大健康，幸福千万小家庭。

3、为了您的健康与生命，请您积极参加疾病普查普治。

4、爱，要懂正确方法参与两癌筛查关爱女性健康。

5、争创“五星级文明户”宣传标语。

6、谁励志的句子说女子不如男，女子能顶半边天。

7、学习妇科病普查防治知识，为妇女健康权益带给保障。

8、关爱女性健康，关注儿童成长，促进家庭和谐。

- 9、医疗服务全方位，健康温馨零距离。
- 10、产科、妇科、儿科，我们更专业。
- 11、扮靓女人，购物添光彩；给力三八，美丽只需元。
- 12、美丽女人从健康开始，健康的女人最幸福。
- 13、开展妇女病普查工作，保障妇女身体健康。
- 14、体检前一天的'晚八时以后，应禁食。
- 15、女儿不比男儿差，谁说女子不如男。
- 16、播种春天的希望，关爱女孩的成长。
- 17、心贴心呵护妇幼健康，手拉手奉献服务真情。
- 18、学习妇科病普查防治知识，为妇女健康权益提供保障。
- 19、关爱妇幼零距离，特色服务在百姓。
- 20、做好妇女病普查工作，提高妇女健康水平和生活质量。
- 21、设备先进医术高，康复妇科求更好。
- 22、用双手托举起生命，让妇幼与健康同行。
- 23、专业典范，精品妇科，健康随行。
- 24、学习妇科病普查防治知识，为妇女健康权益供给保障。
- 25、责任所以安全，为了天下女人更健康。
- 26、情系女性健康缔造完美生活上帝创造女人，我们塑造魅

力。

27、做专业妇科，为天下女人，做女人的朋友，关爱天下女人。

28、热烈庆祝“三八”国际劳动妇女节！

29、为了您的健康与生命，请您积极参加疾病普查普治。

30、尊重妇女保护妇女，是社会进步的一个重要标志！

31、远离妇科炎症，让女人如花绽放。

32、学习巾帼英杰，争做自尊自信自立自强的时代新女性！

33、开展好妇女病普查活动，提高已婚育龄妇女健康水平。

34、消防常识进万家，平安相伴你我他。

35、开展妇女病普查活动，保障妇女健康权益。

36、一个女儿一片天，老有所养享晚年。

国家和社会加强吸烟危害健康的宣传标语篇七

车贵，房贵，不如健康贵；业重，钱重，不如生命重

让健康知识深入人心，让健康行动走进生活

良好的习惯是健康幸福的开始

健康你我他，幸福千万家

星期一到星期七，安全健康是第一

掌握健康知识，树立健康信念，养成健康行为

健康常识家家晓，身体强壮人人笑

健康二字值千金，定期检查齐放心

积极锻炼，定期体检，储蓄健康，支取希望

均衡饮食多运动，健康常伴你左右。

每天锻炼一小时，健康工作五十年

勤清洁，蚊虫少。勤洗手，细菌消。勤运动，脂肪少

管住你的'嘴，迈开你的腿，天天爱运动，健康长伴随

饮食均衡身体壮，适量运动体魄强

饮食有序，睡眠有时，锻炼有恒，健康有我

养成良好卫生习惯，追求健康生活方式

每天锻炼一小时，健康生活一辈子

少油少肉少脂肪，多果多蔬多健康

健康人生，从“齿”开始

酒，酒，酒，让你的生命不长久

与烟摇摇头，对酒摆摆手，健康幸福跟你走

xx带走你的生命，烟瘾带走你的健康

健康，随烟而逝；病痛，伴烟而生

吸毒吸烟，错！错！错！暴饮暴食，莫！莫！莫！

欢乐在于宽容，健康源于运动

乐观自信益身心，运动适时病不侵

生理健康使我们强壮，心理健康使我们豁达

国家和社会加强吸烟危害健康的宣传标语篇八

- 1、健康好帮手，就医好朋友。
- 2、就医直通车，挂号无忧愁。
- 3、服务每一天，健康不掉线。
- 4、健康生命线，天下无顽疾。
- 5、为就医导航，让健康助航。
- 6、就医无忧愁，健康伴您走。
- 7、健康不断线，服务到永久。
- 8、看病科技化，优质服务快。
- 9、心系老百姓，健康每一天。
- 10、方便老百姓，开拓健康路。
- 11、救人一路走，健康到永久。
- 12、健康通天下，就医来找我。
- 13、看病不再难，健康每一天。

- 14、个性化服务，公益性关爱。
- 15、一网导天下，健康进万家。
- 16、求医一点通，问药更轻松。
- 17、但愿人长久，健康一生有。
- 18、医讯全方位，健康零距离。
- 19、个性化关怀，公益性服务。
- 20、惠民普天下，健康进万家。
- 21、就医不再愁，疾病绕路走。
- 22、健康新观念，网络新生活。
- 23、健康直通车，幸福随你走。
- 24、健康好朋友，爱你到永久。
- 25、家庭好医生，健康好助手。
- 26、和我一交流，健康伴您走。
- 27、足不出户，尽享名医关怀。
- 28、救我医立救，就医好朋友。
- 29、救护优疗效，健康心贴心。
- 30、健康连万家，看病不再难。
- 31、健康不掉线，名医天天见。

- 32、生病不用愁，看病你开口。
- 33、与养身同步，与健康同行。
- 34、服务心连心，健康零距离。
- 35、健康一点通，就医不出户。
- 36、健康e线牵，关爱在身边。
- 37、看病不用愁，健康永长久。
- 38、健康一线牵，就医零距离。
- 39、健康不下线，求医一点通。
- 40、健康直通车，就医指南针。
- 41、健康新干线，就医零距离。
- 42、健康百事通，幸福一路随。
- 43、幸福零距离，健康一路走。
- 44、网放心医讯，导健康生活。
- 45、救患一路走，让爱更长久。
- 46、看病不用愁，健康伴你走。
- 47、健康跟您走，看病不用愁。
- 48、看病不烦人，健康我全能。
- 49、看病我帮忙，名医当导航。

- 50、看病就找我，健康我帮你。
- 51、替健康把脉，为就医导航。
- 52、服务筑就品牌，健康开创未来。
- 53、精心铸就精彩，传播成就未来。
- 54、影响无处不在，健康传递精彩。
- 55、便民就医新窗口，您的健康专家。
- 56、健康平台，你的幸福守护者。
- 57、看病就医不难，救护一路走好。
- 58、打造个性服务，成就公益健康。
- 59、挂号不用排队，服务触手可及。
- 60、就医轻松e点，健康触手可及。
- 61、服务触手可及，健康与您相伴。
- 62、服务百姓就医，点亮健康生活。
- 63、挂号方便，看病实惠，务服到家。
- 64、咨询就医新窗口，看病治病不发愁。
- 65、健康平台，让您的健康赢在起跑线。
- 66、让幸福起飞，打造网上健康好生活。

国家和社会加强吸烟危害健康的宣传标语篇九

- 1、不多不少适量最好，不大不小均衡就好。
- 2、种下一棵健康的大树，庇护一辈子的凉爽。
- 3、健康久久，幸福久久，未来长长久久。
- 4、爱家先爱己，健康才有底。
- 5、活动、活动、要活就要动，每天一小步，健康一大步。
- 6、早睡早起身体好，补充营养不可少；常常运动最重要，健健康康活到老。
- 7、起的早，睡的好，七分饱，常跑跑。多笑笑，莫烦恼，天天忙，永不老。
- 8、三餐八分饱，定时定量身体好。
- 9、均衡的饮食，带来健康的身体，乐观的态度，带来美丽的人生。
- 10、吃的饱，睡的好，没事多笑笑；随时动动脑，健康活到老。
- 11、一身健康，一世幸福。
- 12、笑一笑，笑掉忧愁和烦恼；动一动，甩掉疾病和疲劳。
- 13、少抽几口得长久，多走几步动得更久。
- 14、健康多宽心，生命就安心。
- 15、财富诚可贵，权力价更高；若为健康故，两者皆可抛。

16、睡眠充足，精神一定好，适度运动，没事常跑跑，饮食均衡，健康永得保。

17、健康是个宝，您要懂得保；年少做不好，老来才知恼。

18、轻轻松松来运动，清淡饮食身体好，不吸烟来不喝酒，拥有健康没烦恼。

19、早起动一动，三餐多蔬果，常保欢喜心，快乐活到老。

20、时时喝水保健康，天天运动精神爽！

21、健康是年轻时您善待身体，而年老时身体回报您的礼物。

22、每日开怀笑，健康一把罩，天天好心情，健康一路飙。

23、口味淡一点，寿命长一点。

24、舞动健康，彩绘生命。

25、健康百分百，人生才精彩。

26、口中言少，心头事少。肚中食少，自然睡少。依此四少，神仙可了。

27、时常量血压，健康在我家。

28、卫生环境要做好，均衡饮食最重要，运动身心不可少，快乐健康永不老。

29、微笑，使我们年轻；健康，丰富我们的人生。

30、笑、大笑、用力笑，健康好事都来到。

31、饮食多清淡，作息要正常，常保笑口开，健康自然来。

32、无债一身轻，无病一生福。

33、健康的女人最美丽，健康的男人最得意。

34、心无烦恼菜根香，火气冰消意自凉，淡食修身延性命，远离酒色体健康。

35、名利放两旁，健康摆中间。名利一下子，健康一辈子。

36、活得自在，过得舒服，知足常乐，健康永存。

37、时时洗双手，健康在双手。

国家和社会加强吸烟危害健康的宣传标语篇十

一、服务超越需求，您的私人理财管家。

二、携手理财，身心安泰。

三、情暖福来，爱心体检。

四、健康是我们沟通的桥梁。

五、爱心承诺你的健康。

六、让我们共同携手，缔造美好的明天。

七、选择我们，也就选择了健康。

八、真情回馈，健康随行。

九、把一个人的信任转移到爱的胸膛。

十、轻松理财有好礼，健康快乐伴你行。

- 十一、您给医者信赖，我给百姓关怀。
- 十二、预防生病，在于保持体检。
- 十三、财富涌动，健康常伴。
- 十四、衷心为民，诚对社会。
- 十五、你的健康，我们诚挚的祝福。
- 十六、福在春常有，健康伴你走。
- 十七、客户健康是我们最大的欣慰。
- 十八、给予一份信任，回馈一“身”健康。
- 十九、愿健康与您同在，愿快乐与我同享。
- 二十、诚心诚意，服务大众，事事关心。
- 二十一、携手同行，富贵满盈。
- 二十二、用健康创造价值，用价值回馈社会。
- 二十三、你我牵手，健康伴随。
- 二十四、只赠百姓健康，不拿百姓分文。
- 二十五、与财富牵手，与健康拥抱。
- 二十六、热情牵手你我她，健康温馨进万家。
- 二十七、您的健康，我的责任。
- 二十八、健康护航，共创辉煌。

二十九、风险无处不在，我们与您共担。

三十、健康是财富，送福送健康。

三十一、为您送关爱，真情永常在。

三十二、加入我们，加入健康。

三十三、送礼送健康，企业新形象。

三十四、健康从这里开始，疾病从这里消失。

三十五、以我真诚心，赠你健康体。

三十六、财富与与您同行，健康与您相伴。

三十七、我们这厢有礼了，有礼更要有健康。

三十八、健康弥足珍贵，呵护从此开始。

三十九、珍视您的信任，呵护您的健康。

四十、我们与您的健康之约。

四十一、你我共赢，我看行。

四十二、健康满分，美梦成真。

四十三、共创财富人生，共享健康生活。

四十四、健康一家亲，体检送福气。

四十五、助您理财，护您健康。

四十六、健康一小步，关爱你我他。

- 四十七、财富加码，健康同行。
- 四十八、强强合作，惠您健康。
- 四十九、健康一家亲，福气伴你行。
- 五十、财富与健康，一个都不能少。
- 五十一、成为健康的客户，幸福送到您家。
- 五十二、健康送财富，财富要健康。
- 五十三、健康与实惠同在。
- 五十四、使您的财富增值，为您的健康护航。
- 五十五、投资送健康，健康即财富。
- 五十六、给每一位客户最真切的关怀。
- 五十七、健康投资，无限回报。
- 五十八、精诚合作，健康随行。
- 五十九、携手同行，富贵安康。
- 六十、给我一份支持，还您一份健康。
- 六十一、您的财富我助涨，您的健康我买单。
- 六十二、送您一份温暖，带来一份健康。
- 六十三、和风抚您心，健康伴您行。
- 六十四、把握健康，拥有未来。

六十五、专业给您享受，效率给我们信誉。

六十六、选择加盟客户，好礼免费体检。

国家和社会加强吸烟危害健康的宣传标语篇十一

1、提前生病，提前肥胖，提前衰老，提前死亡。当今社会普遍现象。贪图好吃，忽略健康。精神文明，还没跟上。认真学习，保健知识。加强锻炼，调控饮食。心安神怡，强身健体。

2、过节瓜子糖果少不了，少吃糖，多吃瓜子，炒酱油瓜子、炒葵花子，盐分多，热量高，多吃南瓜子，益健康，降血压，满口香，愿你春节期间吃出健康，吃出快乐！

3、均衡饮食、适量运动、充足休息，避免过度疲劳。

4、细粮四、粗粮六；主食四、副食六；动物四、植物六；一把蔬菜一把豆，一个鸡蛋加点肉。

5、人体内存在自动调节酸碱平衡系统，只要饮食多样化，吃五谷杂粮，就能保持酸碱平衡。

6、快乐无限，友情提示，请君注意：大餐虽丰盛，拒绝无节制，喝酒别逞强，把握好酒量，玩笑勿乱开，欢乐会更多！

7、请客吃饭，美酒少不了，喝酒“善后”也重要：小米粥来几口，小咸菜吃几颗，小水果尝几个，可以让你：酒不醉人欢乐多，祝您掌握解酒“妙招”，这个春节饮入“美好”！

8、朋友聚会多，走访亲戚多，饮酒应限量，过量饮酒易造成肝脏、大脑、神经和消化系统的损伤，酒后开车应注意安全，祝你春节期间玩的开心，吃的快乐，喝的如意，欢欢喜喜过个年。

9、美食一箩筐，吃完大鱼来大肉，水果蔬菜鲜艳艳，巧妙搭配来食用，不把“健康”来遗漏，祝您：春节“疾病”不结节，新年“异恙”不来粘！开心健康过个年！

10、请大家尽量别到校外进餐，尤其是违法经营、没有安全保障、卫生状况差的小摊小贩小店，经常食用易诱发乙肝和其他多种疾病。

11、有的人活着为了吃饭(贪图享受，贪图好吃)，有的人吃饭为了活着(即好吃味鲜，又要注意营养保健。健康长寿，多给祖国做贡献)。

12、饭前喝少量的汤，好比运动前做活动，使消化器官活动起来，使消化腺分泌足量的消化液，能使小儿很好的进食饭后也会感到舒服。

13、饮食健康提示：绿茶山楂同沏泡，排油解腻效果好，葛根泡水是个宝，饮酒醉意都赶跑，梨子润肺理“烟道”，吸烟毒素全清扫，愿您新春健康如意！

14、走路使您童颜常在，运动使你青春永驻。

15、食物分酸性和碱性两类。鱼肉禽蛋米面为酸性。蔬菜，水果，豆类及制品为碱性。

16、保健饮品：绿茶豆汁葡萄酒(红)，抗癌健身命长久。酸奶蘑菇骨头汤，延年益寿保健康。

17、饭前喝汤，苗条健康；饭后喝汤，越喝越胖。

18、保健主食：“黄金作物”老玉米，营养保健数第一。“营养之花”大豆，抗癌蛋白最优秀。小米镇静又安眠，除湿健脾肠胃安。晚上睡个安稳觉，大便不稀又不干。荞麦、燕麦有三降：降压、降脂、降血糖。山药土豆红白薯，

它们都有四吸收：吸收血糖与血脂，吸收水分与毒素。防糖尿病护肠胃，通便不得胃下垂。

19、奥林匹克希腊圣地，山上刻着千古名句：“你想得到健康吗？那你就跑步；你想得到聪明吗？那你就跑步”。

20、保健菜类，三好三美誉：三好：植物花粉很好，西红柿非常好，黑木耳特别好。（花粉：植物精子，美容健肾，维持肠道秩序；西红柿：营养丰富，熟吃抗多种癌症；黑木耳：稀释净化血液，降低血粘稠度，溶化血栓，防治心梗脑梗）。

21、多喝水，多吃蔬菜水果，增加机体免疫能力。

22、节日里，快乐无比，友情提示，注意尺度。吃好喝好，注意身体；说说笑笑，搞好情绪；迎来送往，切勿失礼；走亲串门，安全第一！

23、保健肉鱼，应该知道：小比大好，野比养好，瘦比肥好，肥中之瘦更好；虾比鱼好，鱼比肉好，肉比蛋好。水里比地上好，小鱼小虾最好，连头带尾全吃挺好（鱼虾软化血管，保健长寿）。多条腿比两条腿好，两条腿比四条腿好，高原野生蚂蚁最好（野生红黑蚂蚁，保健防治多种疾病）。

24、平常少抽烟，多吃糖，少喝酒，多喝茶，少吃肉，多吃菜，少熬夜，多运动，少打牌，多养生，少胡乱瞟看美女，多品茶，祝你快快乐乐好身体！

25、不吃河豚鱼、野生蘑菇等高风险食品。

26、吃饭七成饱，穿戴适当少，耐点饥和寒，益寿又延年。这就应验了，千古之名言：“若要身体安，三分饥和寒”。

27、尽量选择分餐方式就餐，减少交叉污染的风险。

28、早饭好而少，午饭厚而饱(八九分饱)，晚饭淡而少。一顿吃伤，十顿喝汤。宁可锅中存放，不让肚肠饱胀。

29、佳节期间，吃吃喝喝，开开心心，快快乐乐，易暴饮暴食，吃太饱，喝太多，伤脾胃，易清淡，少油腻，才健康，快乐多，开心多，聚会多，愿你吃出好心情，快快乐乐过新年！

30、选择食品，注意四点：味美色艳，营养保健，心悦就餐，身体康健；但有些人，不知保健，贪图味美，贪图色艳。忽略营养，忽略保健。吃出病来，为时已晚，损害身体，受罪花钱。敬劝诸君，合理膳食。心安神怡，强身健体。