

健康文明手抄报内容简单(优质20篇)

公益事业可以传递正能量，激励更多的人积极参与，共同促进社会的进步。总结公益活动时应体现参与者的积极性和创造性，鼓励大家做出更多的贡献和付出。接下来，我们将介绍一些公益明星和他们的事迹，希望能激励更多人加入公益行列。

健康文明手抄报内容简单篇一

(1)买食品尽量到有信誉的正规商店、超市和管理健全的农贸市场去购买，注意观察其是否取得《卫生许可证》《营业执照》等资质。

(2)尽可能购买正规企业生产的、有信誉的食品，不买注水肉、有农药残留的果蔬，要买放心肉、放心菜。

(3)不买腐败霉烂、变质的或接近腐败霉烂、变质、生虫的肉类、鱼类、瓜果和蔬菜，不买过于便宜的粮、油、饮料及其他食品。

(4)不买病死、毒死或死因不明的禽类、畜类和水产类食品。不买死的黄鳝、河蟹、乌鱼和贝类。

(5)不买畸形的鱼、蛋、瓜、果，绿骨猪肉、米猪肉，或色泽、外形等与正常食品有明显不同、看起来有“恶心感”、“恐惧感”的食品。

(6)不买、不吃有毒有害食品，如河豚鱼、毒蘑菇、没有精练的棉籽油，已知被有毒农药浸泡的粮食、花生及用旧化肥袋装盛的食品。

(7)不随意购买来源可疑的反季节的瓜果、蔬菜。

(8) 查看食品的包装、标签，看有无注册和条码，最主要的是查看生产日期和保质期。对于怀疑存在不安全因素的食品，宁可暂时不买。待弄清真相后再决定对策。不买不食无生产厂家名称、无厂家地址、无生产日期、保质期(“三无”)的食品。

(9) 不买不食未在产品包装上标注“qs”质量安全标志的小麦粉、大米、食用植物油、酱油、食醋、肉制品、乳制品、饮料、调味品(糖、味精)、方便面、饼干、罐头、冷冻饮品、速冻面米食品、膨化食品等15类食品;不购买和食用已过保质期的食品，不购买和食用虽未超过保质期但因保管不善已经变质的食品。

(10) 买回的食品应按要求进行清洗、烹调和保管。

(11) 不买不食色素较重的食品。尽量不买不食散装食品，特别是无防尘、防蝇、温控设施和日光下曝晒的散装食品。

(12) 尽量不买不食卫生条件差、无食品生产经营资质的小作坊、小商店、小摊贩经销的食品。

(13) 尽量不买不食疑似仿冒、假冒和虚假宣传的食品。

(14) 国家卫生部曾提醒10种食物不宜多吃，可作为选购食品时的参考。这10种食品是：松花蛋(皮蛋)、臭豆腐、味精、方便面、葵花籽、菠菜、猪肝、烤牛羊肉、腌菜、油条。

(15) 向经营者索要“发票”或购货凭证，用后保留产品的包装袋等。发票的内容要齐全、具体，并与所购食品相符。一旦发生食物中毒或其他食品安全事故，有一定的投诉举报依据。

(16) 尽量购买标有优质安全食品标志的食品

健康文明手抄报内容简单篇二

(2) 购买正规厂家生产的食品，尽量选择信誉度较好的品牌。

(3) 仔细查看产品标签。食品标签中必须标注：产品名称、配料表、净含量、厂名、厂址、生产日期、保质期、产品标准号等。不买标签不规范的产品。

(4) 食品是否适合儿童食用。儿童食品至今尚无明确的定义，因此，为儿童选择食品谨慎为宜。

(5) 不盲目随从广告，广告的宣传并不代表科学，是商家利益的体现。

(6) 关注儿童食品的相关信息。如：我国已经启动了“儿童食品行业食品安全信用体系建设”工作，此工作将为儿童食品的选择提供消费参考。

健康文明手抄报内容简单篇三

我们知道，每个人的生活都离不开一日三餐。提倡文明就餐，是当代学生文明修身的一项重要内容。我们要保持食堂良好的就餐秩序，节约用水，节约粮食，文明就餐，从小事做起，做自身做起，力争以自己为榜样，并以自己的良好形象感召身边的'人都注意文明就餐，使文明就餐成为我们的自觉行动。

纵观我们学校的饮食情况，有的同学排队买饭时随意插队，勾肩搭背，在吃饭时随意讲话，随意走动，造成了餐厅秩序的混乱，有的同学非常挑食，常常许多菜连碰都不碰就直接倒掉。面对种种不文明现象，我想给同学们几点建议：

在学校中，我们应该做到：

早晨准时起床，在规定时间内用早餐，尽量错开高峰，不要

耽误早自习；进入餐厅，保持秩序，保持安静；买饭时，尊重食堂工作人员，以礼相待，同学间相互礼让，有序排队，不勾肩搭背，懒懒散散；用餐时，不大声喧哗，安静用餐，不随意走动，不打打闹闹、拖拖拉拉，时刻记得做个文明好学生；吃多少买多少，不偏食，不暴饮暴食，不浪费粮食，做到荤素搭配，合理饮食；将餐盘内的食物吃干净，不留剩菜剩饭；将就餐餐桌清理干净，不将吃剩的残留物弃于餐桌；回收餐盘时小心翼翼，不把饭菜倒在桶外，造成其他同学的不便及环境破坏；注重食品卫生安全，杜绝外卖。

在外面用餐，我们应该做到：

吃多少点多少，根据自己的饮食情况合理用餐，节俭惜福，避免浪费；注重自己的行为，不大声喧哗、打打闹闹，始终记得自己代表的还有学校的形象；在意他人的用餐感受，自觉遵守公共道德规范；不使用一次性筷子、一次性餐布；不带宠物进餐厅，以免造成用餐环境的污染和破坏；身为未成年人，不在用餐时饮酒。

同学们，一粥一饭，当思来之不易；我们应从食物中吃出营养，吃出健康，吃出安全，吃出文明。

细微之处可以看出一个人的内涵，学校食堂的良好秩序需要大家与后勤的共同努力。一个舒心的笑容，一个让座的动作，一句真诚的道歉，都能让我们感受您的举手之劳给他人带来的无限帮助，感受到生活中充满着阳光。

小餐桌大文明，希望广大师生纷纷行动起来，从我做起，从小事做起，与文明握手，向陋习告别，共同营造讲文明树新风的良好氛围，为共建和谐校园、文明城市而努力！

文明餐桌手抄报内容8

健康文明手抄报内容简单篇四

1. 礼仪周全能息事宁人(儒贝尔)
2. 头衔愈大，礼仪愈繁(丁尼生)
3. 生命是短促的，然而尽管如此，人们还是有时间讲究礼仪(爱献生)
4. 如果把礼仪看得比月亮还高，结果就会失去人与人真诚的信任(培根)
5. 礼仪是在他的一切别种美德之上加上一层藻饰，使它们对他具有效用，去为他获得一切和他接近的人的尊重与好感(洛克)
6. 举行盛大的葬礼，与其说是向死者志哀，不如说是为了满足生者的虚荣(拉罗什富科)
7. 人间的面孔从未像在葬礼中看上去那么世俗(乔·艾琪渥斯)
8. 一个人如果在街上注意观察的活动，我相信，他一定会在灵车上发现最愉快的表情(乔·斯威夫特)
9. 人们最看重的是特权，哪怕是主持葬礼的特权(詹·拉·洛威尔)
10. 礼者，人道之极也(荀子)
11. 安上治民，莫善于礼(孝经)

12. 道之以告德，齐之以礼(论语)
13. 不学礼，无以立(论语)
14. 礼，经国家，定社稷，序民人，利后嗣(左传)
15. 礼，天之经也，民之行也(左传)
16. 人无礼则不生，事无礼则不成，国家无礼则不宁(荀子)
17. 人有礼则安，无礼则危(礼记)
18. 礼以行义，义以生利，利以平民，政之大节也(左传)
19. 礼义廉耻，国之四维，四维不张，国乃灭亡(管子)
20. 衣食以厚民生，礼义以养其心(元·许衡)
21. 礼义生于富足，盗窃起于贫穷(汉·王符)

健康文明手抄报内容简单篇五

- 1、有一种节约叫光盘，有一种公益叫光盘，有一种习惯叫光盘，有一种品质叫光盘。
- 2、节约行为是时尚的、优雅的、有品味、有内涵的;浪费行为是缺乏教养的、没文化的、粗俗肤浅的。
- 3、杜绝舌尖浪费，节约有限资源。
- 4、留住绿色，留住美丽，为了我们的家更美好，请不要用一次性筷子。
- 5、少点少食够吃就好，光盘行动全民倡导。

- 6、一粥一饭，当思来之不易；半丝半缕，恒念物力维艰
- 7、古诗《锄禾》你我读，盘中餐苦当记住。
- 8、持餐桌卫生，共创低碳生活。
- 9、今天不剩饭，从我做起，因为，我是“光盘”。
- 10、尊敬他人就是尊敬自己，与人方便就是与己方便。
- 11、食不净则多病，食不尽则多蝇。
- 12、倡导光盘，拒绝“剩”宴。
- 13、节约用水一点一滴，珍惜粮食一颗一粒。
- 14、节约优雅，浪费粗俗。
- 15、“盘中餐粒粒皆辛苦，弃之可惜”。请节约每一粒“粮食”，把没用完的餐“打包”带走。
- 16、请大家保持餐桌卫生，给我们一个干净的用餐环境。
- 17、浪费不以量小而为之，节约不以微小而不为。
- 18、世界是我们的，粮食是世界的。

健康文明手抄报内容简单篇六

“饭香香，菜香香，亲朋聚会喜洋洋。你尝尝，我尝尝，吃饭不洒菜和汤。碗光光，盘光光，光盘一族响当当。”这首脍炙人口的童谣道出了当前流行的餐桌文明现象。

别看这小小的餐桌，可藏着大大的文明。因为餐桌承载的不仅是人类的生生不息，更传承了中华民族的优秀文化和尊重

劳动、珍惜粮食、勤俭节约的传统美德。

要点菜了，大姑说：“过年热闹，多点一些菜。”此时，我环顾四周，发现每个餐桌上都有一张牌子。仔细一看，上面写着：文明用餐，吃多少点多少，不要浪费。我想：是呀！锄禾日当午，汗滴禾下土。谁知盘中餐，粒粒皆辛苦。农民伯伯种粮食多辛苦呀！我们应该尊重别人的劳动，不能随便浪费粮食，做个文明的人。再说，很多贫困地区至今还有人吃不饱、穿不暖，每个人节约一点，就可以让他们过上温饱的生活。

于是，我轻轻地对大姑说：“不要点太多菜，菜点多了吃不掉，不就是浪费粮食了吗？”说完后，我还用手指了指桌子上的那张牌子，示意大家看看。听到我这么说，旁边的人都对我投来了赞许的目光。大姑笑着说：“王梦宸真是个懂事的孩子，知道勤俭节约了，真棒！行！今天我们就听你的，少点些。”

听完大姑的话，大家都开心地笑了，我们在笑声中愉快地吃着。当菜吃完时，大家也都饱了，看着桌子上光光的盘子，我觉得特别开心！因为我们没有浪费粮食，用自己的实际行动践行了勤俭节约的优良传统。

回家的路上，我在心里暗暗下定决心：下次不管在哪个地方吃饭，都要像这次一样，不要铺张浪费，节约用餐，文明消费。

健康文明手抄报内容简单篇七

亲爱的同学们：

我们的答案是no!

我们的要求是：从我做起！

我们的倡议是：

1、 中午12：30—13：30(五一前)，13：00—14：00(五一后)；晚23：00后，请保持安静，不要在走道上大声喧哗，更别锤墙钉东西，毕竟你也有要睡觉的时候。

2、 早上7：20，中午12：20前将垃圾扫到走廊，请勿清扫刚结束，垃圾扫又出。

3、 节约用水不止是口号，离开前请多瞟一眼看拧紧没；方便过后请及时冲厕所，别恶心了下一位同学；不要将废弃物“忘记”在洗手池或浴室里，他们的报复将祸害整层同学。

4、 晚上21：00前将晒干的衣物收回，白天楼下挂着衣服时请勿将湿衣服挂出去，也别挂到其他寝室门口，每一件衣服都渴望接触阳光，互相体谅，切勿辱骂！

5、 不将水泼到寝室或走廊，也许能省下你几分力气，然而破旧的宿舍楼使我们无法想象潮湿的环境将产生出什么，就当当作是锻炼吧！

.....

还是那句老话，宿舍是我家，爱护靠大家。互相体谅，文明处理，美好的宿舍生活就在我们身边！

健康文明手抄报内容简单篇八

2、 加速经济隆起 构建和谐城市

3、 抢抓机遇 乘势而上 为实现3至5年再造一个鞍山而努力奋斗

4、 一言一行促文明城市创建 一心一意谋鞍山科学发展

- 5、以科学求发展 以发展促文明
- 6、讲文明 树新风 促和谐
- 7、知荣辱 树新风 求和谐 促发展
- 8、爱国守法 明礼诚信 团结友善 勤俭自强 敬业奉献
- 9、文明礼貌 助人为乐 爱护公物 保护环境 遵纪守法
- 10、爱岗敬业 诚实守信 办事公道、服务群众、奉献社会。

健康文明手抄报内容简单篇九

每节课下课，学校都会有课间10分钟。这10分钟之内，常有同学嬉戏打闹，这是不符合文明标准的，不仅影响其他同学休息，而且自身安全没有保障。所以课后我们应该安静坐在座位上，看看书，或者准备课本。说话也要轻声轻语，以免吵着其他同学。

学校里经常会有些集会和大型活动。如评选“校园之星”等。在集会里，常有老师上台发言，如星期一的国旗下讲话，老师们会以认真的态度为我们发言，我们应该给予热烈的掌声。在发言中，不能东张西望，站姿要正确，不分心，这样才是对老师的尊重。大型活动中，通常会有主持人为我们引导整个活动顺序，我们要认真投入，不交头接耳，对主持人或者哪位老师评头论足。

学校里会经常举行春、秋游活动，这是考验我们少先队文明礼貌的关卡。比如一、二年级的春游或秋游经常会去某公园里进行野餐和观赏，因此同学们会很兴奋，上车时经常摩肩擦踵，你挤我挤，没有秩序，我们应该按照老师的指挥，一个一个上车，下车也是同样的。三、四、五、六年级的活动是绿野村基地生活，在绿野村我们应该给基地老师留下好印

象，在活动开始前，老师讲解的时候，要做到安静认真。

礼貌是最容易做到的事情，也是最容易忽视的事情，但她却是最珍贵的事情。我们要做一个礼貌的好队员！谢谢大家！

健康文明手抄报内容简单篇十

- 1、保护碧水蓝天营造绿色家园
- 2、从我做起，保护环境，建设美好家园。
- 3、幸福生活不只在丰衣足食，也在于碧水蓝天。
- 4、善待自然千秋业平衡生态万代功
- 5、谁道群生性命微一样骨肉一样皮。
- 6、贯彻科学发展观创建绿色生态社区
- 7、争做环保使者，共创生态文明。
- 8、人人参与环保共创绿色世纪
- 9、环境关系你我他，保护环境靠大家。
- 10、环境就是你的“脸”，人人要学会爱护。
- 11、人人播撒绿色爱处处享受环境美
- 12、打造生态家园，构建和谐社会
- 13、保护环境是责任，建设生态是美德
- 14、杨柳散和风青山淡吾虑。

- 15、手拉手创建生态区，心连心关爱新家园。
- 16、水光山色与人亲，说不尽，无穷好。
- 17、破坏环境，祸及千古；保护环境，功盖千秋。
- 18、仁爱及物慈悲为怀。
- 19、垃圾回收，保护地球，举手之劳，参与环保。
- 20、改善生态环境营造绿色家园
- 21、人类善待自然就是善待自己。
- 22、保护环境，从我做起。
- 23、保护生态环境共建绿色社区
- 24、山青水秀田园美，人天和谐精神爽。
- 25、生态创建携手共进，绿色生活你我同行
- 26、树立环境保护意识建设绿色文明家园
- 27、人人参与，保护生态环境；齐心协力，共建绿色家园
- 28、只有一个地球人类应该同舟共济。
- 29、加强生态文明建设共创环境友好型社会
- 30、天地为父母父母为天地。
- 31、生态建设大舞台，你我参与更精彩。
- 32、判天地之美析万物之理。

健康文明手抄报内容简单篇十一

简单地说就是律己、敬人的一种行为规范，是表现对他人尊重和理解的过程和手段。乘车让座是文明礼仪，遵守排队秩序是文明礼仪，爱护公共财产是文明礼仪。文明礼仪，不仅是个人素质、教养的体现，也是个人道德和社会公德的体现。更是城市的脸面，更是国家的脸面。

那文明礼仪到底该怎么做?文明礼仪要从小事做起，细节处见文明，我们每个人都应从小事做起，从身边的事情做起。俗话说，“勿以善小而不为，勿以恶小而为之!”古往今来，我们可以看到一个成功的伟人，必定有他有条不紊的行为准则，同样，我们要想成为一个合格的学生，就要规范自己的言行，为将来走向社会做一个很好的铺垫。有的同学提到尊重他人也是种文明礼仪。比如学会在别人讲话时给与充分尊重，聆听他人，就体现了很高的文明素质。文明礼仪不仅仅是在道德层面上，而也是一种知识一种文化。

中华文明礼仪小故事——程门立雪

程颢(1032-1085)、程颐(1033-1107)兄弟俩是当时很有名望的大学问家、哲学家、教育学，洛阳人，同是北宋理学的奠基人。他们的学说为后来的南宋朱熹所继承，世称程朱学派。

杨时仰慕二程的学识，投奔洛阳程颢门下，拜师求学，4年后程颢去世，又继续拜程颐为师。这时他年已40，仍尊师如故，刻苦学习。一天，大雪纷飞，天寒地冻，杨时碰到疑难问题，便冒着凛冽的寒风，约同学游酢(1053-1123年)一同前往老师家求教。当他来到老师家，见老师正坐在椅子上睡着了，他不忍打搅，怕影响老师休息，就静静地侍立门外等候。当老师一觉醒来时他们的脚下已积雪一尺深了，身上飘满了雪。老师忙把杨时等两人请进屋去，为他们讲学。

后来，“程门立雪”成为了广为流传的尊师典范。

中华文明礼仪小故事——汉明帝敬师

汉明帝刘庄做太子时，博士桓荣是他的老师，后来他继位作了皇帝“犹尊桓荣以师礼”。他曾亲自到太常府去，让桓荣坐东面，设置几杖，像当年讲学一样，聆听老师的指教。他还将朝中百官和桓荣教过的学生数百人召到太常府，向桓荣行弟子礼。桓荣生病，明帝就派人专程慰问，甚至亲自登门看望，每次探望老师，明帝都是一进街口便下车步行前往，以表尊敬。进门后，往往拉着老师枯瘦的手，默默垂泪，良久乃去。当朝皇帝对桓荣如此，所以“诸侯、将军、大夫问疾者，不敢复乘车到门，皆拜床下”。桓荣去世时，明帝还换了衣服，亲自临丧送葬，并将其子女作了妥善安排。

文明礼仪标语

- 1、尊敬他人就是尊敬自己，与人方便就是与自己方便。
- 2、讲文明从我做起，树新风从现在开始。
- 3、垃圾不落地，杂物随人走。
- 4、小草微微笑，请您旁边绕
- 5、微笑是我们的语言，文明是我们的信念。
- 6、礼貌是最容易做到的事情，也是最容易忽视的事情，但她却是最珍贵的事情。
- 7、礼貌和文明是我们共处的金钥匙。
- 8、鸟儿因翅膀而自由翱翔，鲜花因芬芳而美丽，校园因文明而将更加进步。
- 9、手边留情花似锦，脚下留情草如茵！

10、向老师说声好，不困难；困难的是，要坚持向老师真心地说声好。

11、花儿用美丽装扮世界，我们用行动美化校园！

12、顺手捡起是的一片纸，纯洁的是自己的精神；有意擦去的一块污渍，净化的是自己的灵魂。

13、“今天，你微笑了吗？你问候了吗？你礼让了吗？你帮助别人了吗？”

健康文明手抄报内容简单篇十二

尊敬的各位领导，各位老师，各位家长，同学们：

大家好！作为教师代表，我很荣幸能为xx创建文明城市鼓劲助威、摇旗呐喊！

文明是个人素质修养的名片，也是城市发展繁荣的标志。开展创建文明城市活动，对于提高xx城市文明程度和市民素质，塑造城市形象，促进经济社会协调发展，具有重大的推动作用。

作为xx的一份子，我要为“创建文明城市”献出自己的一份力。记得有一次，我和怀孕的妻子去游憩广场散步，因为天气比较闷热，妻子不停的擦汗，可当她准备扔掉纸巾时，却发现四周并没有垃圾桶，于是准备随手扔掉，我赶紧接过了纸巾，紧紧地攥在手中。妻子见状说一片纸巾而已，你还当宝了抓住不放！，我呵呵一笑，依然抓着不放，直到走了很远才扔进了附近的垃圾桶。古人云，勿以善小而不为，勿以恶小而为之。我一直要求自己要做到语言礼貌、举止文明、爱护公物，在不同的场合，注意遵守有关规定，在举手投足间表现出城市的文明。

明代大学者王守仁说“知行合一，知而不行，只是未知。”我们要实践社会文明，就要从“知行合一”上下功夫、从自己的坐言起行上下功夫。

面对孩子们的这些不文明的行为，我深深地知道“其身正不令而行；其身不正，虽令不从”的道理。

有这样一个例子，列宁同志下楼，在楼梯狭窄的过道上，正碰见一个女工端着一盆水上楼。那女工一看是列宁，就要退回去让路。列宁阻止她说：“不必这样，你端着东西已走了半截，而我现在空手，请你先过去吧！”他把“请”字说得很响亮，很亲切。然后自己紧靠着墙，让女工上楼了，他才下楼。

伟人尚且如此，何况我辈！

我们要求学生要讲文明讲礼貌，遇到师长要主动打招呼，当学生向老师问候“老师您好”时，作为老师的我们也应该道一声“同学你好”，不能只随意点一点头，更不能置之不理或满不在乎，否则会伤了学生的心，长此以往他们也会用这种态度去对待别人。我曾今带的一个班的孩子，除了个别外向的之外，在校外见了我基本都是脸一红过去了，对此我很有意见，有次和孩子交流的时候就说起这件事，孩子们开始还不愿意说，在我的百般鼓励和“说错了也不要紧”的许诺下，孩子们说出了原因，只有一个，老师您有点严肃，我们见了有些怕怕，有时候问您好时，您点个头就过去了，我们多希望你也能笑着对我们说“你好”，额！原来如此，就是如此。从此以后，我见到学生时经常主动询问，聊几句学习，家庭方面的话题。学生慢慢的也不再拘束，“老师好”也自然而然的脱口而出。文明礼仪有时候就是如此简单！

我们经常发现学生虽然听老师的话，但他不一定会照老师的要求去做，可是当我们把语言落实到行动上时，就有可能带动一大批人。每当教室、操场里有垃圾时，我就主动捡起

来放进垃圾桶;每当看到工具摆放不整齐时,我都会上前摆好;每当来到教室,看到讲桌凌乱时,我都会自己埋头一件件,一本本的收拾整理好,此时我发现,孩子们也开始收拾整理自己的小书桌。孩子们就是这样可爱!其实他们的内心永远有一颗文明的种子,老师只需要时不时的给点雨露,他们就会茁壮成长,开出文明之花。

健康文明手抄报内容简单篇十三

初夏的星期天下午,跟往常一样,爸爸带我去围棋学校上课。我坐在爸爸的电动自行车上,心里感到闷得慌。可不是,路上没有一丝风,天空晴朗,万里无云,天气热得人真受不了。行人也比往常稀少得多,个个显得特别疲惫。我想,要是我的头顶有块绿荫凉快凉快,该多好啊!

就在这时,我无意中发现路边有一些不协调的情景。我发现有许多人将自己的小轿车停在路边树阴下的盲人道上,看来他们是避免让自己心爱的车子处在烈日的暴晒之中。沿着盲人道远望,更让人吃惊的是还有许多自行车横跨在盲人道上,甚至有几位先生将木椅放在盲人道上,一边躺着,一边在开开心心地聊着天。最使我感到愤怒的是竟然有一个报刊亭就建在盲人道上。那个老板乘着阴凉,做着生意,好不自在!

利己行为,应该加以制止。

其实啊,文明就在我们身边。文明与不文明之间仅仅是咫尺之遥。我们应该从自己做起,从小事做起,做一个有文明道德的公民。

我们能做到么?

健康文明手抄报内容简单篇十四

1. 学校食堂可真大,干净整洁靠大家,来买饭时请排队,争

先恐后真不对。

2. 即使饥肠辘辘，也要风度依然。

3. 粒米虽小犹不易，莫把辛苦当儿戏。

4. 食堂饭菜香，买饭多谦让。

5. 米饭粒粒念汗水，不惜粮食当自悔。

6. 学会生活，学会健体；

7. 我为人人，人人为我；

8. 古诗《锄禾》你我读，盘中餐苦当记住。

9. 节约光荣，人见人赞；浪费可耻，谁闻谁恶。

10. 按时就餐，吃饱就好；

11. 文明就餐，礼貌待人；

12. 学会生活，学会生存；

13. 学校是我家，清洁靠大家；

14. 爱护餐厅，从我做起；

15. 节约光荣，浪费可耻；

16. 珍惜粮食就是热爱生命。

17. 粮食就是生命，知识拯救灵魂。

18. 饮水要思源，吃饭当节俭。粒粒盘中餐，皆是辛苦换。

19. 干净卫生，你我共同努力。

20. 留住绿色，留住美丽，为了我们的家更美好，请不要用一次性筷子。

健康文明手抄报内容简单篇十五

2. 以我美德，传校美名；

3. 墙上无脚印，地上无痰迹；

4. 当知盘中餐，粒粒皆辛苦；

5. 爱护公共设施，提高自我修养；

6. 陶冶健康情操，建设文明餐厅

7. 餐厅是我家，清洁靠大家；

8. 饮食是文化，请从窗口文明做起。

9. 加强自我修养，树立良好美德；

10. 相互谦让，亲如一家。

11. 粒米虽小君莫扔，勤俭节约留美名。

12. 相互理解，其乐融融；

13. 就文明餐，做文明人；

14. 一粥一饭当思来之不易，一丝一缕恒念物力维艰。

15. 尊敬他人就是尊敬自己，与人方便就是与己方便。

健康文明手抄报内容简单篇十六

文明是一朵花；文明是一种习惯；文明是一种力量；其中餐桌文明是社会文明的重要体现。民以食为天，吃饭是社会生活的重要部分。小餐桌，大文明，承载的不仅是人类的生生不息，更传承了中华民族的传统美德。我觉得餐桌上我们应该做到以下几点。

一、传承传统美德。中国是文明古国，有着悠久的饮食文化。我们每位市民都要自觉做到传承“礼仪之邦”的美德，号召亲朋好友踊跃参加文明餐桌行动中，享受“文明用餐，节俭惜福”的快乐。

二、做到合理消费。绿色消费，理性消费，按需点菜，厉行节约，反对浪费，做到不剩饭不剩菜，“光盘行动”且需要吃不完打包。

三、倡导文明用餐。自觉遵守公共道德规范，不肆意喧哗，不在禁烟场所吸烟，时刻注意他人的用餐感受；讲究用餐卫生，不带宠物进餐厅，不随意造成用餐环境污染；低碳环保，杜绝使用一次性筷子；开车不喝酒，喝酒不开车。

四、讲究合理饮食。合理的饮食就是要选择多样化的食物，使所含营养素齐全，比例适当，以满足人体需要，让我们健壮成长。

祝愿我们整个学校的所有同学，都变成就餐文明、珍惜粮食的好学生！

健康文明手抄报内容简单篇十七

、文明礼仪手抄报内容：

记得有人说过：“人，，写起来容易做起来难。我们要经常

性地思考，我在做什么，我做得怎样，我要成为怎样的人。”做怎样的人，一百个人会有一百种答案，但在每一个答案的背后都有一个基点，那就是做人首先要做一个文明的人。

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。再简单地讲就是要懂礼貌，明事理。中国素有“礼仪之邦”之称，礼貌待人是中华民族的传统美德。生活在的我们，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。“良言入耳三冬暖，”，这句俗语大家要记住。文明礼貌是最容易做到的事，同时也是生活里最重要的事，它比最高的智慧、比一切的学问都重要。礼貌经常可以替代最珍贵的感情。

. 文明礼仪手抄报内容：文明的出现

对于文明出现的判定标准，主要是城市的出现，文字的产生，国家制度的建立。其中最重要的前提条件是城市的出现，可以说城市是文明的发源地。现在一般认为，最早的文明大概是在公元前3500年左右的苏美尔人那里出现的。

走在路上或在公共场所，遇见相识的人应该主动打招呼，问候致意。可以说“您早”、“您好”“晚上好”。别人向你打招呼以后，也要应答向他致意，否则被认为不礼貌。有时也可面带微笑，注视对方并点头致意，这也是一种向人问候的好方法。遇到比较熟悉的朋友，除了问候致意外，还可以问问对方家人的情况，并请他代为问候。

对外国朋友，要按他们国家的习惯用语打招呼，如与英美等国家朋友初次见面时，可用“howdoyoudo”[]熟人可用“howareyou”[]有时直接用“hi”来打招呼。根据中国的风俗民情，见面打招呼常用：“吃过饭吗？”“上哪儿去？”但用这种方式向西方国家朋友打招呼会引起误会，他们会以为你要请他去吃饭，或干涉他的私事。

、文明礼仪手抄报内容：关于文明的名言

- 1、敬人者，人恒敬之；爱人者，人恒爱之。——孟子
- 2、将不可骄，骄则失礼，失礼则人离，人离则众叛。——
- 3、礼貌是有教养的人的。——
- 4、礼貌经常可以替代最高贵的情感。——梅里美
- 5、礼貌像只气垫，里面什么也没有，却能奇妙地减少颠簸。——
- 6、没有礼貌的人，就像没有窗户的房屋。——维吾尔族谚语
- 7、人有礼则安，无礼则危。——
- 8、博学于文，约之以礼。——孔子
- 9、国尚礼则国昌，家尚礼则家大，身有礼则身修，心有礼则心泰。——清·颜元
- 10、彬彬有礼的风度，主要是自我克制的表现。——美·爱迪生
- 11、礼貌是儿童与青年所应该特别小心地养成习惯的第一件大事。——英·洛克

12、怀着善意的人，是不难于表达他对人的礼貌的。——法. 卢梭

13、礼貌使有礼貌的人喜悦，也使那些受人以礼貌相待的人们喜悦。——法. 孟德斯

14、礼貌周全不花钱，却比什么都值钱。——西班牙. 塞万提斯

15、有两种和平的暴力，那就是法律和礼貌。——德. 歌德

16、生活里最重要的是有礼貌，它比最高的智慧，比一切学识都重要。——俄. 赫尔岑

17、人无礼不立，事无礼不成，国无礼不宁。——荀卿

18、礼，天之经也，地之义也，民之行也。——左丘明

19、美德是块宝石。——英国. 约翰·洛克

20、有礼貌不一定显得有智慧，无礼貌却常常显得很愚蠢。——美. 兰道?

、文明礼仪手抄报内容：文明小短文

如果你失去了今天，你不算失败，因为明天会再来。

如果你失去了金钱，你不算失败，因为人生的价值不在钱袋。

如果你失去了文明，你是彻彻底底的失败，因为你已经失去了做人的真谛。

健康文明手抄报内容简单篇十八

老师们、同学们，早上好！

近期，我市上下正积极进行创建全国文明城市活动。生活在文明城市，是每位市民的愿望，创建文明城市，是我们每位市民的责任。作为一名少先队员，我们更应当担当起责任，为创建文明城市贡献自己的力量。上周五，我们举行了“创建文明城市 争做文明少年”学生文明承诺活动，大家对自己所承诺的内容还记得吗？一共是五点：严于律己，遵规守纪；孝敬父母，尊敬师长；勤奋学习，强身健体；品德优良，团结友爱；讲究卫生，爱护公物。

我已经欣喜的看到，队员们行为正悄悄地发生着变化。

例如：通过上周两场的校歌比赛，大家今天唱校歌的声音更加洪亮了，感情更加强了；通过老师与同学们的努力，我们的校园环境更加整洁漂亮了。所有发生的一切都说明了我们每一位队员都能够履行承诺，并坚守承诺。是的，只要想到，就一定能做到。

承诺书上对队员们的文明行为还有更加细致的要求：比如在严于律己，遵规守纪一项中有这样一句话：按时上学，不早到，不迟到，有病有事先请假。其中，不早到我想我们部分队员还没有能够完全做到，早上7:30下午1:30前，学校门口的压力依然很大，这就存在着很大的安全隐患，如果在开门时，大家更一拥而上，那就很可能会有安全事故的发生，希望我们的队员们进入校园时能放慢脚步，文明进入校园。

此外，承诺书中还有爱护公物这一点。队员们都会到学校图书室借阅图书，经常会听到图书管理人员反映图书的损坏问题，图书新崭崭借出去，最后破烂地收回头。当然，也有同学随手将借阅的图书用纸包好再阅读，我想，这才是爱护公物这一文明行为的体现。

另外，还有学校校园内的口香糖问题，承诺书中说道：口香糖等零食不进校园。那么，我们今后一定要再校园内杜绝零食，更不应该出现口香糖随地乱吐的现象。当然，不仅在校

园内，在社会上我们也应该保持文明举止，摒弃一切不文明行为。

文明的城市，首先要有文明的人。文明是一种品质，是一种修养，更是一种受人尊敬、被大家广泛推崇的并能够持之以恒的行为。

我呼吁队员们，从今天起，从现在开始，争做一名创建文明城市的参与者，做一名文明言行的传播者。让我们携起手来，以自己的模范言行影响身边的人，从我做起、从身边做起、共同打造我们的文明校园、共同建设我们的文明城市，营造优美、文明、和谐的学习、生活环境！

健康文明手抄报内容简单篇十九

敬爱的老师，亲爱的同学：

你们好！今天，我演讲的题目是《让“文明礼仪”之花绽放光彩》。

四、五月是一个火热的季节，阳光明媚，生气盎然，举国上下到处弥漫着一股文明礼仪的'芬芳。我们作为二十一世纪的小学生，肩负着祖国的未来。面对时代的召唤，历史的期盼，我们应该从小做起，从我做起，争做文明礼仪的领先人。

三字经中有这样的一句格言：“为人子，方少时，亲师友，习礼仪。”意思是说：我们做为子女的，从小就应当尊敬师长，亲爱同学，学习人与人之间交往的礼节。因此，文明礼仪就是我们希望的种子，就是我们学习的典范。那么，我们怎样做到讲文明懂礼仪呢？让我来告诉你吧！

在家里：我们要孝敬父母，尊敬长辈。为了我们健康快乐地成长，父母倾注了大量的心血。我们要永远铭记父母的养育之恩，关心体贴父母，帮助父母做一些力所能及的事情。另

外，还要多帮助爷爷奶奶做事，不要让他们担心，对叔叔阿姨要有礼貌。对兄弟姐妹更要懂得谦让，“孔融让梨”的故事，在我们中国已经成为家喻户晓的佳话，令世界仰慕。作为后代的我们，一定要把这个优良传统继承下去。我们不要总把自己当作“小皇帝”、“小公主”，要学会谦让，谦让会使别人感到快乐，使自己感到更加幸福！

在学校：我们要尊敬老师，关心集体，团结同学，互相帮助。仪表要端庄整洁，大方得体，抬头挺胸，精神饱满；升旗仪式，最为隆重，我们要严肃认真，举手宣言，高唱国歌。课堂上，我们要认真听讲，主动发言，不分散注意力，不搞小动作。课间休息时，不随地吐痰，不乱扔垃圾，讲究清洁卫生。不追逐打闹，上下楼梯一律往右拐，见到老师和客人，要用普通话主动问好。我们还要爱护校园的花草树木，保护学校的一切公共设施，服从老师的管理，虚心倾听同学的批评劝阻。遇到困难时，恭敬地说声：“请”字，受到帮助时，诚恳地说声：“谢谢”，犯了错误时，勇敢地说声：“对不起”，受到感谢时，谦虚地说声“没关系”。这样才体现出新时代学生谦虚谨慎、蓬勃向上的优良风貌。

在社会上：我们要讲究秩序，遵守交通规则，举止文明，不要大声喧哗，关爱孤寡老人，热爱大自然，热爱一切生命。乘车时，主动地让个座；别人有困难时，热情地伸把手。一首歌唱得好：“只要人人都献出一点爱，世界将变成美好的人间。”只要大家都齐心协力为社会这个大家庭做些努力，我们的社会一定会更加和谐，我们的国家一定会更加富强！

文明是春风，他温暖地吹拂着我们每个人的心田；礼仪是鲜花，他热情地点缀着我们美好的生活。文明礼仪是我们学习和生活的源泉，是我们健康成长的钥匙。伸出你的手，伸出我的手，让大家携起手来，让“文明礼仪”之花，在我们生活的每一个角落绽放出诱人的光彩！散发出迷人的芳香！这样，我们才不负于未来，不负于父母，不负于老师，不负于这教育我们成长的美丽校园。

我的演讲完了，谢谢大家！

健康文明手抄报内容简单篇二十

- 2、遵纪守法，恪守规范，自觉维护公共秩序
- 3、争当文明、理智游客，做“树新风、提素质”表率！
- 4、消除城乡脏乱差，创建城乡新文明。
- 5、积极参与治理“三乱”，推进全市旅游又好又快发展。
- 6、治理脏、乱、差，要靠你、我、他。
- 7、遵守“十不”行为规范，争当文明市民
- 8、志愿服务理念：学习雷锋、奉献他人、提升自己
- 9、关爱他人、关爱社会、关爱自然
- 10、学雷锋榜样，践行微文明，争做好市民
- 11、学习实践科学发展观、文明城市创建争先行
- 12、讲文明、树新风，我自觉、我参与、我奉献
- 13、争当省运文明岗、行业服务创一流
- 14、提升市民文明素质，提升城市文明程度
- 15、微笑是我们的语言，文明是我们的信念
- 16、文明礼貌、用心创造
- 17、说文明语、办文明事、做文明人、行文明礼

- 18、强化文明意识，提高文明素质
- 19、文明在我心、公德伴我行
- 20、我文明，我礼让，我奉献，我快乐
- 21、讲文明，争做表率；树新风、从我做起。
- 22、个个都是文明人，处处都是和谐景
- 23、一言一行讲文明、做人做事讲诚信
- 24、礼貌用语常挂口，文明礼让牢记心
- 25、美言美语受人敬，恶言恶语伤人心
- 26、除陋习，讲文明，树新风。
- 27、讲究社会公德，爱护公共环境。
- 28、环境整洁优美，生活健康科学，社会文明进步。
- 29、讲文明，信科学，防非典，同行动。
- 30、珍惜自己，关爱他人，革除陋习，从我做起。
- 31、万众一心抗非典，众志成城保畅通。
- 32、科学、健康、环保、文明。
- 33、革除陋习，战胜非典。
- 34、告别陋习，健康文明。
- 35、讲究公共卫生，爱护公共设施，维护公共秩序，遵守公

共道德。