

最新文明演讲稿(实用7篇)

演讲稿要求内容充实，条理清楚，重点突出。在社会发展不断提速的今天，演讲稿在我们的视野里出现的频率越来越高。那么我们写演讲稿要注意的内容有什么呢？接下来我就给大家介绍一下如何才能写好一篇演讲稿吧，我们一起来看看吧。

文明演讲稿篇一

大家早上好！

我今天讲话的题目是《文明就餐 从我做起 从现在做起 从点滴做起》。

先和大家分享一个故事：1978年，75位诺贝尔奖获得者在巴黎聚会。有人问其中一位：“你在哪所大学、哪所实验室里学到了你认为最重要的东西呢？”出人意料，这位白发苍苍的学者回答说：“是在幼儿园。”又问：“在幼儿园里学到了什么呢？”学者答：“把自己的东西分一半给小伙伴们；不是自己的东西不要拿；东西要放整齐，饭前要洗手，午饭后要休息；做了错事要表示歉意。从根本上说，我学到的全部东西就是这些。”这位学者的回答，代表了与会科学家的普遍看法。这个故事至少说明了这样一个道理：好习惯终身受益。作为中学生，我们完善自己的文明修养也一样，并非一定要有什么了不起的举措，而是要从身边吃饭洗手这些小事做起，养成文明的习惯。

大家知道，6月4日上午，我市召开了《__文明20条》新闻发布会，共提出了20条文明建议，关于吃饭问题，提出了不“吧唧嘴”、不剩菜、不剩饭等细节要求。文明是城市之魂，餐桌文明是社会文明的重要体现，是衡量一座城市文明程度的重要标尺，能折射出一个城市市民的品质素养。同时，

餐桌文明又传承着中华民族的传统美德，体现着尊重劳动、勤俭节约的传统理念。

作为学生，一日三餐都离不开餐厅，餐厅就餐已经成为大家日常生活的重要组成部分，营造文明、节约、清洁的就餐环境，不仅关系着每位同学的生活，而且直接体现了我们中学生的整体形象。自去年学校开展“培养十佳好习惯”以来，我们可以深切感受到同学们在文明就餐方面的可喜进步，这些都是大家共同努力的结果，但同时，我们也应该看到，在就餐过程中，仍然存在浪费食物、大声喧哗，不清理桌面、不回收餐具等不文明行为。

1. 自觉排队不插队，公共场合不喧哗，保持安静有序。
2. 购买饭菜凭饭卡结算，不使用现金，遵守食堂规定。
3. 打饭打菜要适量，洗手要节约用水，不乱吐漱口水。
4. 吃饭不要“吧唧嘴”，不翘起二郎腿，不要蹬踏桌凳。
5. 剩菜剩饭不乱丢，餐盘纸屑送收残处，保持桌面卫生。
6. 餐具轻拿轻放，不乱动餐厅内设施与设备，爱护公物。
7. 不说脏话，礼貌用语，举止文明，不进入食堂操作间。
8. 饮食有度，不暴饮暴食，注意营养均衡，不挑食、偏食。
9. 食品和餐具不要带出餐厅，食品包装袋等放入垃圾桶。
10. 尊重餐厅工作人员，服从值班老师、学生会值周同学的管理。

同学们，细微之处可以显出一个人的品质，吃饭排队、不喧哗、不吧唧嘴事小，但是以小见大，古语有云“一屋不扫，

何以扫天下”。“播下一种习惯，收获一种品格”。文明就餐，从我做起，从现在做起，从点滴做起，让我们以我校《文明就餐10条规定》为行为准则，养成文明的就餐习惯，形成良好的就餐环境，塑造当代中学生的良好形象，共同创造文明节约的宿中大家园，让文明之花开满校园！

谢谢大家！

文明演讲稿篇二

一、遵守餐桌礼仪，文明用餐，保持文明的坐姿，礼让他人。

二、遵守用餐秩序，爱护用餐环境，谈吐文雅，不吵闹、不喧哗。

三、珍惜粮食，杜绝浪费。传承中华民族勤俭节约的美德，在园进餐做到“不剩饭、不剩菜”。

四、就餐时注意保持桌面和地面整洁。

五、树立科学饮食理念，重视饮食均衡性、营养性和全面性，做到不挑食，不偏食。

六、家园同协力，共建文明餐桌。人人重视、个个参与就餐文明礼仪培养。

七、外出就餐请遵守“不浪费”原则，点餐量适宜，剩饭剩菜打包回家！

文明就餐，从我做起，从点滴做起，让我们行动起来吧！

文明演讲稿篇三

我们刚刚跨过温饱线，步入幸福生活的边缘。在餐桌上讲排

场，恣意挥霍的行为比比皆是。其实，在经济条件允许的情况下，适当改善一下生活，体现我们物质生活有所提高，完全是可以的，甚至是完全被赞同的。这是没有任何异议的。但为了所谓的面子，讲排场，搞攀比，就显得太过了。

另外，对宴席后剩余的饭菜态度，则又是检验一个人的心理素质与道德水准的一面镜子。是节约，还是随意丢弃？许多人因为面子问题而选择了后者，是的，看似我们几个人也并没有浪费多少粮食，但是，据有关部门统计，我国每年浪费粮食约500亿公斤，价值约为2000亿元，据央视报道，中国被倒掉的食物相当于2亿多人口一整年的口粮。当然，对于饥饿，生于上世纪70年代以后的人几乎没有感受，但从这一组触目惊心的数据看来，实施光盘行动迫在眉睫。

打包在很多人看来极其不雅，甚至有的人还说是丢脸，可是，不打包而丢弃在饭桌上的饭菜全部变成了垃圾而被倒掉，这难道不是一种浪费吗？这算不算丢脸呢？浪费，这完全可以是属于无知的犯罪，而不仅仅是丢脸，这是对食物的亵渎。粮食是生命的基础，今天吃饱了，明天同样得吃饱；我们不能为了今天的温饱而放弃了明天的生活，所以说：节约无小事啊！

如今，越来越多的人开始频繁进出大的饭店，浪费的东西越来越多，越来越高档了。光盘行动的实施，使浪费现象变少了，这更加有利于可持续发展，同时也促进社会主义的快速发展。一粥一饭当思来之不易，半丝半缕恒念物力维艰，作为一个中国公民，就一定要力挺国家政策，尽到自己应尽的责任与义务，牢记光盘原则，认真实施与督促身边的人不要浪费。

一句话：浪费可耻，节约光荣！让我们一起行动，做快乐的光盘一族，让健康与快乐同行，坚决杜绝舌尖上的浪费！

文明演讲稿篇四

早上好！今天我讲的题目是《文明礼仪伴我行》。

梁启超说过：“少年智则国智，少年强则国强。”在这里我却要大声说：“少年文明，则国家昌盛。”在一个国家中个人是主体，对于个人来说什么最重要呢？我想首先应该是具备文明素质，只有当每一个人都具备了文明素质，那么这个国家的整体素质才能提高。

以上的事例表明，文明其实是由点滴细节构成的，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、校园内食品袋随处可见，甚至有的同学认为：反正有值日的同学，扔了又何妨；再例如有的同学下课时追逐打闹，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，故意损坏学校的公共财物。我们很多同学把文化知识的学习放在首位，而常常忽略了社会公德的培养，文明习惯的养成，而这恰恰从本质上展现出一个人的思想品质。事实上，良好的行为习惯，是保证我们顺利学习的前提，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。相反，如果我们养成了文明的行为习惯，学习环境就一定是良好的、有序的。我们知道：一个学校的学生具有良好的文明行为习惯，才能构建出优良的学习环境，创设出优良的学习气氛。

现在，我们正处于人生中最关键的成长时期，我们在这个时期的所作所为，将潜移默化的影响到我们自身的心理素质，而文明的行为就在帮助我们提高自身的心理素质，同时也完善了自身的道德品质，如果我们不在此时抓好自身道德素质的培养，那我们即使拥有了丰富的科学文化知识，于人于己于社会又有何用呢？所以，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，然后才是成才，文明

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。

文明演讲稿篇五

小餐桌，大文明。餐桌文明是社会文明的重要组成部分，承载的不仅仅是人类的生生不息，更传承了中华民族的优秀文化，体现着中华民族几千年来的传统美德。

一、弘扬传统美德，倡导文明新风。勤俭节约、珍惜粮食、尊重劳动成果是中华民族的传统美德，是一个文明程度的重要标志。我们每位市民都要牢固树立节约光荣、浪费可耻的思想观念，自觉弘扬中华民族的传统美德，积极营造温馨、和谐、安全、健康、科学、文明的就餐环境。

二、树立绿色理念，倡导勤俭节约。市民要理性消费，家庭聚餐要按需筹备，厉行节约，反对浪费。饭店聚餐要按需点菜，做到不剩饭、不剩菜，吃不完就打包，享受“文明用餐，节俭惜福”的快乐人生。餐饮行业要引导消费者吃多少点多少，不强推高档宴席、高档菜品和奢华附加消费，积极引导“半份半价”、“小份适价”的服务理念，做到经营合法、诚实守信、服务优质、管理规范。

三、遵守道德规范，倡导文明用餐。市民要自觉遵守餐饮场所道德规范，不肆意大声喧哗，自觉维护用餐环境，不在禁烟场所吸烟，讲究用餐卫生，不带宠物进入餐厅。注重低碳环保，推行“公筷公勺”，拒绝使用一次性筷子，倡导餐桌礼仪，谨记开车不喝酒，酒后不驾车。

四、关爱生态环境，倡导科学饮食。市民要树立科学的饮食养生新理念，科学搭配，注重营养，追求健康，摒弃酗酒、暴食等不良饮食陋习。珍惜生态资源，不消费国家明令禁止的野生保护动物，达成人和食物的和谐，从寻常食物中吃出

健康和营养。

市民朋友们，开展文明餐桌行动是我们共同的心愿，让我们迅速行动起来，以文明用餐为突破口，从现在做起，从我做起，从小事做起，从点滴做起，与文明握手、与陋习告别，以实际行动传承中华民族的传统美德，为创建全国文明城市营造优良的饮食文化环境。

文明演讲稿篇六

作为xx学校的学生，也要紧跟时代的潮流，从现在做起，以实际行动支持“光盘行动”。

为了响应光盘行动，增强全校师生爱惜粮食，节约粮食的意识，切实做好节约粮食，反对浪费的工作，学生自管会生活部特此发出节约粮食倡议书。

- 1、珍惜粮食避免剩餐，减少浪费；
- 2、不攀比，以节约为荣，浪费为耻；
- 3、食堂打餐时，按需取食，多次少取，分次取食，不浪费；
- 4、看到浪费现象勇敢起来遏止，尽力减少浪费；
- 6、不偏食，不挑食，养成健康合理的就餐习惯。

同学们，一粥一饭当思来之不易。勤俭不是吃苦，而是对有限资源的珍视。同学们，节约是美德，节约是品质，节约是责任。我们是社会的主人，生活在这个大家庭中，就要用心去爱护它，关心它。让我们同心协力，做勤俭节约风尚的传播者、实践者和示范者，从细微处做起，用实际行动参与到节约行动中。

文明演讲稿篇七

中国是一个有着几千年文明史的国家，礼仪之邦。“礼仪廉耻”之中“礼”排在首位，可见文明礼仪之重要。

自从学校开展了“文明礼仪伴我行”的活动以来，我不断加深了对文明礼仪的理解。在学习和生活中应坚持一些基本的原则：一是敬人。就是要求在运用礼仪时，务必将对交往对象的恭敬与重视放在首位，切勿伤害对方的自尊心。二是自律。就是要克己，慎重；就是要在运用礼仪时，积极主动，自觉自愿，表里如一，自我对照，自我反省，自我要求，自我检点，自我约束，不允许妄自菲薄，自轻自贱；也不能人前人后不一样，生人熟人面前不相同。三是适度。所谓适度，就是要求在运用礼仪时，既要掌握普遍规律，又要针对具体情况，认真得体，掌握分寸，不能做得过了头，也不能做得不到位。四是真诚的原则。应用礼仪，必须诚心诚意，待人以诚。这样去才易于为他人所接受。

现在全社会都在倡导讲文明的风气，各种形式的宣传活动不断开展，社会上也涌现出许多文明礼仪的标兵。但与此同时，仍然有许多不文明的行为发生。这是否我们的个人意识有问题呢？作为一名小学生，我们应该进行深刻的反思。

讲文明，不应停留在口头上，重要的是要落实到行动上。管住自己的嘴，不说脏话，管住自己的手，不乱扔垃圾，从一点一滴做起，从身边小事做起，把文明真正融入我们的生活之中，让文明礼仪伴随我们成长。

谢谢大家！