

# 最新健康文明手抄报内容文字 创建文明城市手抄报内容(优秀8篇)

即兴独白是演员在没有剧本的情况下，即时表演出自己的台词和情感。即兴中需要我们具备哪些观察和接受能力，才能更好地应对各种情境？以下是一些优秀的即兴写作作品，希望能够给大家提供灵感和启示。

## 健康文明手抄报内容文字篇一

近日，我班根据上级的安排，接到了一个协助交警支队交通管制的任务。由此，教师带领我们在解放路为我市争创全国文明城市，尽自我的一份绵力。

经过这次特殊的义务劳动，我对文明又有了更深一层的了解，而文明也对我有了更深一层的意义。

其实，文明是人与人之间和睦的关系，是洗净心灵的肥皂，是多一份的关爱。文明时时刻刻都在我们身边，只要我们注意着它，就会发现。文明是我们一生中最重要的东西，它有时甚至比我们的生命还重要。

还记得吗——“有时候文明是多一些耐心的等待，有时候文明是多一点点分享，有时候文明离我们只可是几十厘米的距离，有时候文明只可是是一张纸的厚度……”耳熟能详的广告语向市民阐述了文明的意义。

文明随处可见，只是往往被人们忽略。而我们又怎知，那被忽略的小细节就是文明啊！这样，文明从某中意义上来说，也是对细心和耐心的考验。一片碎纸，你捡起来了吗一个残疾人，你尊重他了吗一张笑脸，你回敬了吗一声对不起，你说出口了吗我想，要做到文明并不难。有时候路上一句普通的问候，一个简单的手势，都体现了人与人之间的相互尊重，

会让人感到温暖，感到幸福，让文明之风吹到我们生活中的每一个角落。

一个人的文明体现了一个家庭的文明；一个家庭的文明体现了一个社会的文明，一个社会的文明，体现了一个国家的文明。小小的文明或许微不足道，但汇集起来，却会让我们因为自我是中国人，拥有文明国而骄傲。

2008北京奥运会的脚步越来越近了，向外国人展示中国风采的同时，文明也是我们不可忽略的问题。文明的面貌，体现了中华民族国民的素质，也从侧面告诉他们，中华民族自古以来被称为文明古国确实是实质名归。

如果我们拥有文明，就拥有和谐的氛围。我们学习文明礼仪，不仅仅是在口头上，重要的是行动上。把文明融入到我们的学习、生活中。让文明之花盛开在我们每个人的心中，从我做起，从身边的小事做起，让我们都做文明人吧！

最终，让我们一同记住：“我们每个人迈出一小步，社会就将迈出一大步。”

创建文明城市——人人有责。

## 健康文明手抄报内容文字篇二

每个人都有自己的成长经历，或精彩或快乐或伤心……无论如何，它们属于你自己。当你细细回味，它依然记忆犹新。你会发现，每一步的成长都是一个故事。

在我刚开始学习写毛笔字的时候，每天都在白纸上画圈圈，练笔画，老师说这是写毛笔字的基本功，是必须要练的。但这种练习沉闷极了，沉闷的让我暴躁，还差点让我放弃。是妈妈对我的鼓励让我坚持了下去，让我明白：学习和传承书法是我自己选择的路，我一定要坚持走下去。我的老师教我

从隶书入门。在我看来这隶书也没有楷书端正好看，可老师为什么偏偏要我从这学起呢？虽然我困惑，但是在练习中，我慢慢地静下了心，写字也越来越专注了。当我自己写的作品被老师挂在墙上，获得大家的欣赏和赞扬时，我才发现了隶书那种别样的、独特的美。那年的春节，我在老师的指导下，把自己所挥毫的春联贴在自家的大门上！看着泛着金光的春联，我的内心也泛起了一种小小的成就感。

书法让我领略了它的神奇。在隶书学习中我领略了《张迁碑》的方笔刚劲，《曹全碑》的圆润。我的书法作品在各种比赛中都获得了不错的成绩。当我开始学习我喜欢的楷书的时候，我对学习书法的内心早已没有了负担，而是成了一种激励和执着。一年又过去了，我在书法的学习中又更进了一步。春节又到了，大门口的春联由“蚕头雁尾”的隶书变为了端正的楷书，我的成就感更强了。老师说，等练好了楷书，我又可以开始学另一种新的字体了，体验书法所带来的惊喜了，这真是让我充满了期待。

岁月不等人，时光不停留。我的成长经历却不会被岁月冲淡。我会把它一直放在记忆深处，就像精彩的故事，陪着我不断长大。等我长大了，仍然可以记起和回味。

## 健康文明手抄报内容文字篇三

一、如果一个人必须完成一件自己不喜欢的事，最好的办法就是尽快做好，然后结束。

二、别再让不适合的人带走最好的你。

三、危机感是依赖出来的，安全感是自强出来的。

四、若是踏上了荆棘路不要因为划破了手指就高喊委屈。

五、即使在疼痛中也不要忘了对胜利的渴望。

- 六、愿下辈子做一个活得轻松的人而不是一个活得清醒的人。
- 七、你还年轻不要愁，未来还要笑着走。
- 八、宁愿闭着眼流泪也不哭着向所有人倒苦水。
- 九、毕竟故事还长不要一个人急着去远方。
- 十、上帝让你再活一天并不是因为你需要，而是因为有人需要你。
- 十一、想太多只是因为在意太多喜欢太多。
- 十二、失而复得的东西不会有最初的珍贵。
- 十三、陪伴，就是不管你需不需要，我一直都在。
- 十四、我开始学会心平气和地接受现实的掠夺和馈赠。
- 十五、没有人可以和生活讨价还价，所以只要活着，就一定要努力。
- 十六、有什么难割舍人生最不缺代替者。
- 十七、没有在一起的就是不对的人，对的人，你是不会失去他的。
- 十八、谣言不能改变事实但它的可怕之处在于能扰乱人心。
- 十九、总把问题看得太透然后一个人孤闷很久不开口。
- 二十、时事惶惶而我相信未来总是温暖。

## 健康文明手抄报内容文字篇四

“曾子避席”出自《孝经》，是一个非常著名的故事。曾子是孔子的弟子，有一次他在孔子身边侍坐，孔子就问他：“以前的圣贤之王有至高无上的德行，精要奥妙的理论，用来教导天下之人，人们就能和睦相处，君王和臣下之间也没有不满，你知道它们是什么吗？”曾子听了，明白老师孔子是要指点他最深刻的道理，于是立刻从坐着的席子上站起来，走到席子外面，恭恭敬敬地回答道：“我不够聪明，哪里能知道，还请老师把这些道理教给我。”

在这里，“避席”是一种非常礼貌的行为，当曾子听到老师要向他传授时，他站起身来，走到席子外向老师请教，是为了表示他对老师的尊重。曾子懂礼貌的故事被后人传诵，很多人都向他学习。

杨时（1053~1135）是北宋时一位很有才华的才子，南剑州将乐人（今属福建）。中了进士后，他放弃做官，继续求学。

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。

孔融有五个哥哥，一个小弟弟。

有一天，家里吃梨。一盘梨子放在大家面前，哥哥让弟弟先拿。你猜，孔融拿了一个什么样的梨？他不挑好的，不拣大的，只拿了一个最小的。爸爸看见了，心里很高兴：别看这孩子才四岁，还真懂事哩。就故意问孔融：“这么多的梨，又让你先拿，你为什么不拿大的，只拿一个最小的呢？”孔融回答说：“我年纪小，应该拿个最小的；大的留给哥哥吃。”父亲又问他：“你还有个弟弟哩，弟弟不是比你还要小吗？”

孔融说：“我比弟弟大，我是哥哥，我应该把大的留给弟弟吃。”

你看，孔融讲得多好啊。他父亲听了，哈哈大笑：“好孩子，好孩子，真是一个好孩子。”

孔融四岁，知道让梨。上让哥哥，下让弟弟。大家都称赞他。

## 健康文明手抄报内容文字篇五

各位尊敬的领导、老师、家长，亲爱的同学们：

站在这里，我是既感且愧，感动的是有幸被邀请以家长的身份参加这个“文明礼仪伴我行活动”的启动仪式，并做简短发言。惭愧的是我心里很清楚，我和我的孩子距离文明的要求还有一段很长的差距。所以站在这里之前，我已经无数次地对自己说，就让今天成为我们走向文明的一个新的起点吧！这样，我才有勇气站在这里开口讲话。

要成为一个文明的人，必须接受文明之教育，就像一块矿石，想要成为钢铁，必须投入熔炉接受烈火的冶炼。我把孩子送进学校，就是想让他们在学校这个文明的熔炉里被炼成一块

纯钢。成绩的好坏并不是最要紧的，作为家长，我期望孩子们能健康成长，期望他们能在老师的教导下成为一个文明的人、一个优秀的人。老实说，我不期望他们一定会成为栋梁，但我希望他们至少是一棵绿树。

无庸讳言，当前的社会风气并不令人满意，许多不文明的. 流行性病毒时刻都有可能侵害孩子们的身心。所以我真诚的希望学校的教育能给孩子们接种抗病毒疫苗，好让他们即使走出校园也可以免受那些流行性病毒的感染。这个要求也许有点冒昧，但请理解一个家长把他的孩子交给社会时那种战战兢兢的心情。拜托了，教化文明的学校！拜托了，尊敬的各位老师！

同时，我们知道，文明的培育需要文明的氛围。希望在座的各位同学在一个集体里，能够真诚相待，和睦相处，多一点宽容，多一分善良，讲文明话，做文明事，当文明人。

当然，作为家长，我们也绝不能推卸家长的责任。都说家长是孩子的第一任老师，其实家长一直都是孩子的老师。我们仍要不断地加强自身的文明修养，当合格的家长，做孩子的榜样。由于历史、现实和个人的原因，我们作家长的身上也有不少缺点，甚至有不文明的习惯，希望孩子们能辩证地看待你们的父辈，择其善者而从之，其不善者而改之。长江后浪推前浪，我相信，不，我坚信，在座的所有的同学一定会超越你们的父辈，成为二十一世纪的优秀青年。

让文明之风吹遍校园，吹遍社会，伴随同学们健康幸福的一生！ 谢谢！

## 健康文明手抄报内容文字篇六

市民朋友们：

我们生活在全国文明城市，我们生活在中国最具发展潜力区，

西城的文明需要你我共同营造，西城的形象需要你我共同呵护。交通文明是展示市民素质窗口，共建文明和谐的交通环境，是每一位市民应尽的义务和责任。在大庆市“文明出行”主题活动启动之际，我们向广大市民发出如下倡议：

一、做文明开车人。做到酒后不驾车，疲劳不开车；斑马线上不争先，红绿灯前不抢行；不超速、不超载、不抢道、不占道；不违章停车、不逆向行驶、不接听手机、不乱鸣喇叭、不向车外扔杂物；开机动车系好安全带，乘摩托车戴好安全帽，行车时让出应急通道，停车时让出消防通道。

二、做文明行路人。做到不闯红灯，不乱穿马路，不在机动车、非机动车道内行走，不在车行道上候车，不在十字路口打的，不违反交通信号指示通行，不翻越交通隔离设施，不与非机动车争道，不妨碍机动车正常通行。

三、做文明乘车人。在乘车时注意衣着得体，文明礼貌，做到先下后上，讲究秩序；遇到老、孕、病、幼、残要主动让座，车厢之中要相互体谅包容；车辆行驶中，不向车外抛物；不携带易燃易爆等危险物品上车；不坐无安全保障的违法载客车。

四、做文明倡导人。自觉做到文明出行、礼让先行，积极参与文明交通宣传劝导活动，经常引导和提醒家人、朋友注意交通安全，关爱自己和他人的生命，做文明交通的倡导者、实践者和守护者。

市民朋友们，车让人，让出一份文明；人让车，让出一份安全；车让车，让出一份秩序；人让人，让出一份友爱，让我们从我做起，从现在做起，积极参与和实践文明出行活动，让文明之花在大庆西城绚烂开放！

**\*\*文明办**

20\*\*年5月13日



## 健康文明手抄报内容文字篇七

礼仪是恭谦，行为要规范；

礼仪是束缚，日久成习惯；

礼仪是形式，互敬成自然；

礼仪是约定，照做成经典；

礼仪是程序，活动有规律；

礼仪是律己，时时被激励。

礼仪是约定，照做成经典；

礼仪是程序，活动有规律；

礼仪是律己，时时被激励。

### 《文明礼貌》

学习争先虽重要，文明礼貌也要好。

学校规定都遵守，见到老师有礼貌。

同学之间相友爱，友谊小手牵的牢。

爱护公物放心上，树立新风我做到。

## 健康文明手抄报内容文字篇八

在我们的日常生活中，经常会听到很多人这样报怨的：“为什么吃的食物不是纯天然的？不是绿色食品”？因为现在有空气、水源、土地都遭到了污染。还有一些是为了个人利益

故意添加到食品里。在我们的生活中就有许多遭到污染的现象，如：燃烧矿物燃料，放出大量的二氧化碳；毁林，削减了绿色植物进行光合作用吸收二氧化碳的能力。另外，大气中还增加了许多人造的温室气球，使地球表面聚积的热量越来越多，最终导致了全球变暖，冰川消融速度加快，庄稼都被淹没了，这样生态平衡就遭到了破坏。

我曾在报纸上读过一个真实的人和事，讲的是一位外国人，他为了宣传环保，来到了我们昆明，一住便是12年，在这12年里他到处宣传生态文明，低碳生活，12年只穿过两套衣服。我们都应该像他学习这种环保精神。我们必须要有保护生态文明、低碳生活的意识。我相信几年以后，微风吹过，我们将听到微风和树叶的低语声，呼吸到香甜的空气！

生态文明、低碳生活，从我们做起，从现在做起！

- 1、建设生态区，推进生态文明。
- 2、生态兴则文明兴。
- 3、发展生态经济，构建生态社会。
- 4、发展为要，环境优先。
- 5、生态产业化，产业生态化。
- 6、生态环境也是生产力。
- 7、生态是经济社会发展的第一资源，抓生态就是抓发展。
- 8、树立科学发展观，建设西昌生态城市。
- 9、携手打造生态区，共建和谐新家园。
- 10、手拉手创建生态区，心连心关爱新家园。

- 11、生态经济立市，绿色产业富民。
- 12、保护生态手牵手，生态文明心连心。
- 13、保护生态环境，建设生态家园。
- 14、优化经济结构，改善生态环境。
- 15、农业原生态、工业可循环、服务业可持续。
- 16、发展生态经济，保护生态环境，培育生态文化。
- 17、既要金山银山，更要碧水蓝天。
- 18、保护环境是责任，建设生态是美德。
- 19、山水相连你我他，生态市建设靠大家。
- 20、打造优美环境，共享碧水蓝天。