# 健康社区倡议书

来源：网络 作者：梦回江南 更新时间：2024-09-07

*健康是人的基本权力，是幸福快乐的基础，是国家文明的标志，是社会和谐的象征。在全面建设小康社会过程中，社区居民的健康水平明显提高，精神面貌焕然一新。然而，社会发展和经济进步在带给人们丰富物质享受的同时，也在改变着人们的饮食起居和生活习惯。与吸...*

健康是人的基本权力，是幸福快乐的基础，是国家文明的标志，是社会和谐的象征。在全面建设小康社会过程中，社区居民的健康水平明显提高，精神面貌焕然一新。然而，社会发展和经济进步在带给人们丰富物质享受的同时，也在改变着人们的饮食起居和生活习惯。

与吸烟、酗酒、缺乏体力活动、膳食不合理等生活方式密切相关的高血脂、高血压、高血糖、肥胖等已成为影响社区居民健康的大敌。面对不断增加的生活方式病，最好的方法是每个人都从自己做起，摒弃不良习惯，做健康生活方式的实践者和受益者。为此，水湖镇富华社区发起全民健康生活方式行动，并向社区居民倡议：

一、追求健康，把投资健康作为最大回报，将我行动、我健康、我快乐作为行动准则。

二、改变不良生活习惯，不吸烟、不酗酒，不在公共场所大声喧哗，保持公共秩序，礼貌谦让，塑造健康、向上的公民形象。

三、合理搭配膳食结构，规律用餐，保持营养平衡，保持标准体重。

四、加强运动，适度量力，不拘形式，贵在坚持。

五、保持良好的心理状态，自信乐观，喜怒有度，静心处事，诚实待人。

六、营造绿色家园，创造整洁、宁静、美好、健康的生活环境。

七、传播健康知识，反对、抵制不科学和伪科学信息。

八、将每年9月1日作为全民健康生活方式行动日，不断强化健康意识，长期保持健康的生活方式。

让我们在追求健康中实现人与自然的和谐，愿人人拥有健全的人格、健康的心态、健壮的体魄，实现全面发展，拥有幸福生活!

健康是人全面发展的基础，是生活幸福快乐的前提，也是国家文明的标志、社会和谐的象征。然而，社会发展和经济进步在带给人们丰富物质享受的同时，也在改变着人们的饮食起居和生活习惯。与吸烟、酗酒、缺乏体力活动等不健康的生活方式伴随而来的高血压、高血脂、糖尿病等疾病已成为影响人们健康素质的大敌。

面对不断增加的生活方式疾病，我们希望通过创建健康促进社区活动，促进社区居民的身心健康，也希望通过此次创建活动，为社区的发展增添新的动力。为此我们向广大居民发出以下倡议：

1、追求健康，学习健康，管理健康，把投资健康作为最大回报，将我行动，我健康，我快乐作为行动准则。

2、改变不良生活习惯，不吸烟，不酗酒，公共场所不喧哗，保持公共秩序，礼貌谦让，塑造健康向上的形象

3、合理搭配膳食结构，科学用餐，保持营养平衡，维持健康体重。

4、科学运动，适度量力，不拘形式，贵在坚持。

5、保持良好的心理状态，自信乐观，喜怒有度，静心处事，诚心待人。

6、营造绿色社区，创造整洁、宁静、美好、健康的生活环境。

7、以科学的态度和精神传播科学的健康知识，反对抵制不科学和伪科学信息。健全的人格，健康的心态，健康的体魄，实现全面发展，拥有幸福生活!

8、以实际行动不断强化健康意识，长期保持健康的生活方式。

今天我们在这里发出倡议就是要让每一位居民自觉行动起来，树立正确的健康观，倡导健康生活方式，营造健康文化氛围，共同建设健康文明的和谐社区，让我们在追求健康的生活方式中实现人与自然的和谐相处，愿人人拥有健全的人格、健康的心态、健壮的体魄，实现全面发展，拥有幸福生活!为创建现代化健康社区作出新的贡献!

本文档由站牛网zhann.net收集整理，更多优质范文文档请移步zhann.net站内查找