

# 最新吃零食的倡议书(优质7篇)

无论是身处学校还是步入社会，大家都尝试过写作吧，借助写作也可以提高我们的语言组织能力。那么我们该如何写一篇较为完美的范文呢？这里我整理了一些优秀的范文，希望对大家有所帮助，下面我们就来了解一下吧。

## 吃零食的倡议书篇一

同学们，我们正处于长身体的特殊时期，对能量和各种营养素的需要量比成年人相对要多，吃零食，虽然满足了“嘴”的要求，但到了吃饭时候，饭却吃不下去了，造成主次颠倒，影响了食欲，妨碍消化系统的功能，结果严重损害身体的健康。下面我们向大家介绍一下吃零食的危害。

第一、经常吃零食，会破坏正常的饮食习惯，打乱胃肠消化活动的规律。经常吃零食，胃肠就要随时分泌消化液，每次又分泌不多，这样到吃正餐的时候，消化液就分泌不充足，不能使食物得到很好的消化，影响正常营养的吸收，容易造成营养不良和胃口不好的现象，严重的会得胃病。

第二、由于零食中酸、甜、咸各种味道的强烈刺激，常可导致我们的味觉迟钝，以至于一般的饮食根本不足以引起食欲，长期食欲不好，会影响我们的生长发育。而且，零食只是味道鲜美，而营养成分单调，长此下去则会导致营养不良。第三、吃零食能加重胃肠的负担，使胃肠经常处于紧张状态中，得不到休息，因而会减弱消化器官的工作能力，引起消化不良症。

第四、仓促吃零食，食品 and 手往往都来不及进行必要的卫生清理，特别是边走边吃零食，更不卫生，非常容易得传染病。更何况现在许多小厂生产的冷饮、膨化食品等零食，卫生质量常常存在比较严重的问题，化学物质超标，吃了会引发疾

病、损害身体健康；空腹吃糖，容易得糖尿病。

第五、吃零食还影响环境卫生，不利于校园文明建设。你瞧，同学们随手丢弃的饮料袋、食品包装纸、方便袋等，校园里有时处处可见，与鲜花绿树多不协调啊。

第六、吃零食对牙齿健康也有很大的影响，青少年常吃含糖量较高的零食，又不注意口腔卫生和牙齿保健，就会导致蛀牙的发生。

第七、吃零食会造成浪费，加重学生的经济负担；吃零食不利于安心学习，对心理发展造成不良的影响。

倡议人□x

时间□x年x月x日

## 吃零食的倡议书篇二

亲爱的同学们：

“健康、绿色、环保”是21世纪全人类的共同主题。“绿色校园”、“绿色文明”如同一个个令人欣喜的跳动音符，给我们带来对美好生活的憧憬和希望。

然而，我们常常能够看到：上学、放学路上，有些同学津津有味地边走边吃着糖果、巧克力，有滋有味地在校门口吃辣条、袋装的零食，并将垃圾随手一扔。同学们，这是多么不卫生、不文明的行为呀！严重地影响了校园环境卫生。而且我们正处于长身体的特殊时期，常吃零食会影响食欲，妨碍消化系统功能，影响身体健康。更令人担忧的是，很多零食含有过量的色素，有的还是地沟油做的，是典型的“三无产品”，长期食用会导致慢性中毒。所以说：吃零食，百害而无一利！

为了深入开展争“做文明少年”的活动，进一步增强同学们的健康意识、环境保护意识，培养同学们的良好行为和卫生习惯，学校德育领导小组就“告别零食 健康成长”向全校同学发出以下倡议：

- 1、全体同学不把零食带入校园，禁止学生在校园内吃零食。
- 2、全体同学坚持把一日三餐吃饱吃好，不以零食充当正餐；
- 3、坚持每天自带饮用水，不喝可乐、雪碧等各类碳酸饮料。
- 4、养成良好的卫生习惯，不随地乱扔垃圾；将垃圾放入垃圾桶里。
- 5、全校施行“见了废纸、垃圾弯弯腰”活动。地上的脏东西你捡一个，我捡一个，都扔进垃圾桶里，学校的垃圾就会越来越少，校园环境也会越来越好。
- 6、勤俭节约，合理支配零花钱，当别人需要时奉献一颗爱心。俗话说，一滴水可以反映太阳的光辉。同样的，我们的一句话、一个动作乃至一个眼神，就会在别人面前折射出我们的文明、和素质。同学们，让我们拿出勇气，庄重地许下诺言：告别零食从我做起！让我们行动起来，做一个有理想、有道德的人，做新世纪的文明少年，为建设一个文明、卫生、和谐的校园作出我们的贡献！

### 吃零食的倡议书篇三

大部分零食在质量和卫生方面都存在着严重的安全隐患，特别是一些卫生条件较差的小食品商店、流动食品摊加工、销售的零食。这些零食有的含有过量的色素，有的可能还是地沟油做的，有的是“三无产品”，长期食用这些劣质零食，对人体有较大的危害。小学生正处于生长发育的特殊时期，吃零食最容易由于手不干净或食品不洁而致肝炎、腹泻等疾

病，也不利于身体发育；如果长期食用含有过量色素(添加剂)的食品，容易引起情绪不稳，注意力不集中，自制力差，行为怪癖，食欲减退等症状，从而影响学习。吃零食不但对身体有害，而且影响学校环境卫生、增加家长经济负担。所以说：吃零食，百害而无一利！

为了引导大家树立科学、健康的饮食观、消费观，帮助大家健康成长，现就“拒绝零食，科学饮食，健康成长”发出以下倡议：

1. 不带零花钱上学，不买零食，不把零食当正餐。
2. 在学校就餐时不挑食、不偏食，避免暴饮暴食，养成科学健康的饮食习惯。
3. 提倡健康饮水，不带饮料进校园，人人喝矿泉水、白开水。不喝可乐、雪碧等各类碳酸饮料，不买冰棒、冰沙、奶茶等饮料。禁止学生在校园内吃零食。
4. 不在上学、放学途中购买和食用各类零食，彻底远离油炸食品及校园周边小餐饮店、小食品商店、流动食品摊点的烧烤等不洁的食品。
5. 积极投入“净化”“美化”学校活动，为校园整洁添光彩。

勿以恶小而为之，勿以善小而不为。同学们，让我们拿出勇气，郑重地许下诺言：拒绝零食从我做起！科学饮食从现在做起！

倡议人：

时间□x年xx月xx日

## 吃零食的倡议书篇四

亲爱的同学们：

细心的同学可能会发现，在放学后的学校门口，总会有些同学在有滋有味地啃着鸡翅、煎火腿肠；有些同学津津有味地吃着薯片、糖果，随手丢弃的垃圾屡见不鲜，使学校内外的果皮纸屑“遍地开花”，各种包装袋随风飘扬，严重影响了学校的内外环境。而且，当你享受这些美味的同时，一些有害物质也悄悄地潜入了你的身体。由于零食多属于垃圾食品，经常食用，会引起三餐不正常，肠胃功能失调，导致肠胃疾病的发生。长期下去，必定会使人体营养不良，导致体质下降，危害你的身体健康。所以，我们班在此向全体同学发出倡议：关心健康、勤俭节约、拒绝零食！并做到以下几点：

一、坚决杜绝零食，方便面、虾条等小食品一律不得带入学校；

二、不允许将吃早餐所产生的垃圾随处乱扔，要及时丢进垃圾箱内；

三、彻底远离油炸食品和校外小摊贩上的`烧烤等不卫生食品；

四、提倡健康饮水，奶茶、可乐等冷热饮料带入学校；

六、号召勤俭节约，合理使用个人零花钱，在身边的人需要时要奉献爱心；同学们！我们正处于生长发育的黄金阶段，为了自己的身体健康，为了能够更好地学习，我们呼吁，让大家一起行动起来，告别垃圾食品，使我们的校园更加清洁美丽，我们的身体更加健康强壮！

倡议人□xxx

时间□x年xx月xx日

## 吃零食的倡议书篇五

细心的同学可能会发现，在放学后的学校门口，总会有些同学在有滋有味地啃着鸡翅、煎火腿肠；有些同学津津有味地吃着薯片、刨冰，随手丢弃的垃圾屡见不鲜，使学校内外的果皮纸屑“遍地开花”，各种包装袋随风飘扬，严重影响了学校的内外环境。而且，当你享受这些美味的同时，一些有害物质也悄悄地潜入了你的身体。由于零食多属于垃圾食品，经常食用，会引起三餐不正常，肠胃功能失调，导致肠胃疾病的发生。长期下去，必定会使人体营养不良，导致体质下降，危害你的身体健康。所以，我们在此向全体同学发出倡议：关心健康、勤俭节约、拒绝零食！并做到以下几点：

一、坚决杜绝零食，方便面、虾条等小食品一律不得带入学校；

二、不允许将吃早点所产生的垃圾随处乱扔，要及时丢进垃圾箱内；

三、彻底远离油炸食品和校外小摊贩上的烧烤等不卫生食品；

四、提倡健康饮水，不将冰棒、刨冰、奶茶等冷热饮料带入学校；

六、号召勤俭节约，合理使用个人零花钱，在身边的人需要时要奉献爱心；

七、利用在教室放置垃圾袋等方式，及时清理身边的垃圾，时刻保持干净整洁；

八、为了维护校园卫生和个人形象，要做到三禁：

- 1、禁止在校门口的流动小摊上购买零食。
- 2、禁止将流动小摊上的食品携带到学校内。
- 3、禁止在校园内边走边吃零食。

同学们!我们青少年正处于生长发育的黄金阶段，为了自己的身体健康，为了能够更好地学习，我们呼吁，让大家一起行动起来，告别流动小摊，告别垃圾食品，使我们的校园更加清洁美丽，我们的身体更加健康强壮!

2017年xx月xx日

## 吃零食的倡议书篇六

亲爱的家长朋友们:

一直以来，我园的大门口外，总有不合法、不卫生的流动摊点在向孩子们兜售卫生和质量都难以保证的“三无食品”、“垃圾食品”以及“三无产品”等。所谓的“三无食品”就是指：无食品生产许可证、无生产日期、无生产厂址的粗糙食品；“垃圾食品”指的是油炸、烧烤、膨化等快餐食品等。专家指出：许多零食当中都含有大量色素、香精、防腐剂、人工甜味剂等食品添加剂，有些零食中甚至含有致癌物，严重危害幼儿的健康。

“三无食品”和“垃圾食品”会引起三餐不正常，肠胃功能失调，导致肠胃疾病的发生。长期食用，还会使人体营养不良，导致体质下降，危害身体健康。不仅如此，兜售这些“三无食品”和“三无产品”的流动摊点，占道经营也造成了我园大门口外道路的拥挤，给交通安全带来了隐患。没有买卖，就没有市场。在此大同幼儿园向全体家长发出“远离流动无证摊点拒绝购买三无产品”的倡议，并请家长朋友配合做到以下几点：

- 一、彻底远离流动无证摊点和小摊贩上的不卫生食品。
- 二、禁止在幼儿园门口的流动小摊上购买零食、三无产品等。
- 三、禁止将流动小摊上的食品、玩具等携带到幼儿园内。
- 四、坚决杜绝零食，方便面、虾条、果冻等小食品带入园内。
- 五、提倡健康饮水，拒绝冰棒、刨冰、奶茶等饮料。
- 六、同时为了共同维护幼儿园卫生，请和孩子们一起做到：

- 1、不要将吃食物所产生的垃圾随处乱扔，要及时丢进垃圾箱内；

- 2、教育孩子见了废纸、垃圾、看到地上的脏东西，你捡一个，我捡一个，主动捡起扔进垃圾箱内。

亲爱的家长朋友们，为了孩子们的健康，让我们从现在做起：远离校外流动摊点，拒绝三无产品，让园内外的垃圾越来越少，幼儿园环境越来越好，让健康、美丽伴随每一位孩子成长。

倡议人□xxxx

时间□20xx年xx月xx日

## 吃零食的倡议书篇七

尊敬的家长朋友：

您好！

感谢您在百忙中抽空阅读本倡议书。

近年来，我国发生了多起因“三无食品”引发的食品安全事故，给受害人及其家庭带来了诸多痛苦。究其原因，主要是部分中小学生在校园周边或上下学路上的摊点购买食用零食造成的。这些小摊点上出售的食品多数为无生产日期、无质量合格证(或生产许可证)以及无生产厂名称，存在着严重的安全隐患。您的孩子吃下这样的零食不仅容易诱发消化道疾病，而且容易养成乱花钱、不讲卫生的坏习惯，既影响了幼儿的健康成长，又增加了家庭经济负担和学校管理的难度，助长了幼儿的消费心理和同学间不良的攀比风气，更不利于幼儿安心学习。为了保障您孩子的身心健康，我园开展以“拒绝三无食品，保障身心健康”为主题的安全教育活动，要求孩子拒绝“三无食品”，养成良好的卫生习惯。在此，特向全园家长发出倡议，请您支持配合，希望您能做到以下几点：

- 1、向孩子介绍食用“三无食品”的危害性，教育孩子不从幼儿园外的小摊子上购买任何食品及玩具。
- 2、尽可能不给孩子零花钱，教育孩子不乱花钱；孩子需要的零食由家长从正规商场、超市购买。
- 3、一旦发现幼儿园周边小摊点出售“三无食品”应及时向工商、卫生等部门举报。
- 4、家长每天合理安排孩子的膳食，尤其要做好早餐，让孩子在家里吃早餐，不到小摊点吃早餐。
- 5、要求孩子不带零食和饮料到幼儿园内食用，教育孩子不要在饮食上互相攀比。
- 6、教育孩子吃熟食，不吃或少吃凉菜、卤菜等存在安全隐患的食品。
- 7、教育孩子养成良好的卫生习惯，不随地乱丢果皮、纸屑和

包装袋等垃圾。