

广州市 市民礼仪手册

陈建华 主编

广州出版社

编委会名单

顾 问 苏志佳 方 旋

主 编 陈建华

副 主 编 冯建标 刘树谦

编 委 (以姓氏笔画为序)

冯建标 刘 鉴 刘树谦 刘雪松

陈建华 苏 健 胡红杰 龚耀南

谢艺杰

执行编委 刘雪松 龚耀南



广州，有礼了

（代序）

当拥有秦砖汉瓦的五羊古城融进现代化大都市建设的潮流，当海上丝绸之路的源头重新焕发出千年商都的迷人风采，宏伟的新机场，美丽的南沙港，传奇的大学城，还有纵横交织的“地下巨龙”，被誉为“中国第一展”的琶洲会馆都被织入世纪中国腾飞的巨幅画卷而一一展现在人们的面前。

勤劳的广州人在精心打造一个现代化大都市的同时，也深深懂得现代化大都市不仅是物质富庶、生活康裕，更要求生活在其中的人们具有现代文明素养。人们不仅用自身独特的智慧创造着一个个经济发展的奇迹，同时也营造着一个日益和谐文明的现代社会。

从20世纪80年代初首倡的“友爱在车厢”到90年代为人所熟悉的“微笑在广州”，从“稻穗鲜花献人民”城市精神的凝炼到市民文明行为“十大亮点”的闪烁，广州人兢兢业业身体力行，交出了一份份优秀的答卷。

回首，广州，这片得改革开放风气之先的南国热土上，铭刻着小平同志南行的足迹，发轫出“三个代表”的重要思想，孕育了“科学发展观”的理念。今天，当广州人不辱使命，争当率先基本实现现代化、建设和谐社会的排头兵时，一许诺言：做文明人、开礼仪之风；建文明城、创先进之范。让广州人礼迎天下、礼行天下！

广州，有礼了！

编者

2005年8月15日



目

录

广州,有礼了(代序).....1

衣——服饰礼仪.....7

男士西装——穿出您的风度/8

女士西装——展现您的气质/8

旗袍——勾勒美的曲线/9

职业服饰——打造您的职业“名片”/10

场合服饰——角色决定一切/10

仪容——淡妆浓抹总相宜/11

姿态——人体的无声语言/12

首饰——增减著施为点睛/12

佩品——巧着一物尽风流/13

食——饮食礼仪.....15

中餐——把盏举箸礼始饮食/16

西餐——舞刀弄叉何妨优雅/17



- 料理——和敬清寂承唐风/18
- 饮酒——美酒敬“佳人”/18
- 品茶——茶中自有真性情/19
- 咖啡——喝出您的品位/20
- 自助餐——随心所欲亦有道/21

住——居家礼仪·····23

- 夫妻——尊重宽容始为爱/24
- 亲子——与孩子一同成长/24
- 尊老——寸草报得三春晖/25
- 宿舍——缘自同一屋檐下/26
- 邻里——毋忘近邻胜远亲/26
- 旅居——宾至如归桃报李/27

行——出行礼仪·····29

- 行走——穿行在繁华的都市/30
- 乘飞机——“还”空姐一个微笑/30
- 乘火车——享受一个流动的家/32
- 乘轮船——航行也可以是惬意的/32
- 乘地铁——匆匆来去亦显文明/32
- 乘汽车——一个流动的城市窗口/33
- 乘电梯——咫尺天地犹有温情/34
- 自驾车——把好手中的方向盘/34
- 骑单车——心中也要有红绿灯/35

言——言语礼仪·····37

- 通称——称呼是成功交往的第一步/38



- 尊称——尊重是最好的见面礼/38
敬称——诚于中而“言”于外/39
谦称——谦谦方为君子/40
客套——礼多人不怪/40
雅语——曲径通幽巧达意/41
求助——一个“请”字值千金/41
感谢——感谢是要说出来的/42
致歉——“对不起”永远不会过头/42
道别——分别也可以美丽/43
婉拒——拒绝也是一门艺术/44
禁忌——习俗民风宜遵从/44

变——社交礼仪·····47

- 迎宾——有朋自远方来/48
访友——有“礼”好登“三宝殿”/49
介绍——亮出您的个人魅力/49
握手——沟通从“手”开始/50
致意——此时无声胜有声/50
名片——方寸之间有乾坤/51
交谈——言为心声话投机/52
电话——只闻其声亦知人/52
馈赠——与人玫瑰手余香/53
卫生——人与环境的约定/54
公益——乐善好施公德无价/54
礼让——与人方便自己方便/55
购物——您会当“上帝”吗/56
网交——并非虚拟的您/56
涉外——您代表着中国/57



娱——休闲礼仪·····59

剧场——阳春白雪和曲高/60

参观——举目方知宇宙宽/61

观赛——观棋“善”语真君子/61

邀舞——起舞弄影在人间/62

阅览——为有源头活水来/63

出游——风雅寄情山水间/64

泳浴——反璞归真尚自然/64

结束语 做一名文明的广州市民·····65







衣 衣 饰 礼 仪



赤 橙黄绿青蓝紫，谁持彩练当空舞？四季分明的南国，改革开放的前沿，得天独厚的广州人最早扮演了春天的使者，把五光十色的服装时尚演绎得淋漓尽致。广州人衣妆入时，不愧引领潮流。

男士西装 —— 穿出您的风度

①男士穿上合体的西装会显现一种庄重与潇洒。

②在正式场合,男士应穿西装套装。

③西装上衣的纽扣也有讲究:在站着时应该扣好。穿两个纽扣的西装,一般只扣上面一粒,但也可以都不扣或两个都扣上,千万不要只扣下面一粒。穿三个纽扣的西装,可以全扣或只扣中间一个或扣上边两个,当然也可以全部扣上或全部不扣。穿双排纽扣的西装,应把全部扣子都扣上。如此,会给人潇洒的感觉。

④坐下来时,将最下面一个扣子解开,等站立起来时再扣上,尽显西装的风格。

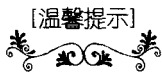
⑤配好衬衫,少穿内衣,穿出西装的“内涵”。

⑥衬衫袖子的长度与领子的高度都比西装上衣的袖子稍长和领子稍高,这样的衬衫才是与西装最般配的。

⑦领带(领结)是西装的灵魂,在西装的穿着中起着画龙点睛的作用。

⑧在西装的口袋里面放太多东西会给人累赘、不雅的感觉。

⑨穿西装,一定要穿皮鞋,光亮的皮鞋会给人留下良好的整体感。



[温馨提示]

西装袖口外的商标及纯羊毛标记记住要拆下。

黑色的皮鞋千万不要配白色的袜子。

女士西装 —— 展现您的气质

①女西服大致分为裙套、裤套、三件套,各种套装没有固定的样式,除正式、庄重的场合,不一定穿成套的西

装。

②合体的西装，能表现出流畅柔美的线条，展现您的气质。

③美观大方的西装套裙，常常是品位高雅的选择。

④注意皮鞋、包袋、发型、妆容与西装的搭配，女性得天独厚的优势，可充分利用。



女士穿西装一定要根据自己的身材特点选择，尽可能扬长避短。

女士的西装往往与优雅的举止相得益彰。

旗袍 —— 勾勒美的曲线

①旗袍是我国妇女的传统服装，它的线条明朗，贴身合体，充分展现了女性的曲线美。现代旗袍更是女士们最为理想的礼服。

②选择旗袍，要从年龄、体形、季节等多方面考虑：或庄重文静、典雅大方；或富丽高雅、雍容华贵；或绚丽优美、活泼俊俏。

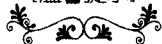
③高贵的旗袍最好是单一的颜色，面料以典雅华丽、柔滑挺括的织锦缎、古香缎和金丝缎为佳。

④最佳的旗袍长度是达到穿着者的脚背，而开衩的高度，一般应在膝盖以上、大腿中部以下。

⑤穿旗袍适宜配穿高跟鞋，亦可配穿面料高级、制作考究的布鞋。



[温馨提示]



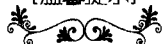
旗袍的穿着与各种佩饰十分讲究,搭配要和谐。别让您的走姿影响了旗袍应有的美感。

职业服饰 —— 打造您的职业“名片”

① 适合行业特点的、整洁挺括的、适合自己身份的服装,是职业人士的明智选择。

② 女性上班适宜选择“流行中略带保守”的服装,而不宜穿着赶时髦的或太女性化的服装。

[温馨提示]



您的服饰就是您职业精神的最好诠释。

场合服饰 —— 角色决定一切

① 在隆重的公务场合,适宜穿着正统、庄重的服装,而不适合穿便服。

② 在正规的社交场合,适宜穿着时尚、典雅和别致的衣服。

③ 在轻松的休闲场合,适宜穿着舒适、随意、自由的便装休闲服。

④ 在温馨的家居场合,适宜穿着比较随意的、个性化的,甚至比较隐私性的休闲服。

⑤ 在欢乐的喜庆场合,适宜穿着相应热烈、明快的衣服。

⑥ 在公众场合,记住千万不要穿着只适合在居室穿着的便服、休闲装。

⑦ 出席婚礼,穿着不宜过于出众、耀眼,打扮也不宜过

于怪异。

⑧在悲哀、肃穆的场合,切记只适宜穿着以黑色或其他深色、素色为主的服装,不宜穿红着绿,也不宜穿有花边、刺绣或飘带之类装饰物的服装。



[温馨提示]

记住您所扮演的角色,而且当衣服与环境融为一体时才是最合适的。

仪容 —— 淡妆浓抹总相宜

①仪容妆饰是一个人的外表形象。其基本标准是美观大方,整洁卫生,修饰得体。

②参加重要应酬前,应先把头发梳理好。头发往往能吸引人的第一目光。

③洁净、清爽的脸面能给人一种精神焕发的感觉。

④女士上班或出席各种正规场合,宜适当化妆,因为这也是对别人的尊重。

⑤男士要注意细部的整洁,如眼部、鼻腔、口腔、胡须、指甲等。要知道,有时“细节”也能决定一切。



[温馨提示]

广州天气炎热,女士应注意及时补妆。

女士不宜当众化妆;也不要轻易评论他人的妆容。

姿态 —— 人体的无声语言

①“站如松，坐如钟，行如风，卧如弓”，这是人们对姿势最通常的描绘和要求。

②最佳的站姿是上体正直、头正目平、嘴唇微闭、表情自然、收颈梗颈、挺胸收腹、双臂下垂、立腰收臀、双腿自然站直。

③端庄、大方、文雅、得体的坐姿，表现的是一种稳重。

④在社交和公务场合入座时，应礼貌地邀请别人首先就座。抢先坐下便有失风度。

⑤要分清座次的尊卑，主动把上座让给尊长。

⑥最佳的走姿是上身挺直、头正目平、收腹立腰、摆臂自然、步态优美、步伐稳健、动作协调且走成直线。



穿短裙的女士宜双腿侧斜并拢，避免双腿叉开。男士则不宜高架“二郎腿”或腿脚抖动摇晃。不要輕易用手指点别人，那将有失礼貌。

首饰 —— 增减著施为点睛

①首饰往往有画龙点睛的效果，但要恰到好处，以少为佳。

②戴首饰时，色彩上力求同色，质地上争取同质，还讲究符合身份。

③戒指一般戴在左手，而且最好仅戴一枚，最多可戴两枚。且戴在不同的手指表达不同的含义。





④耳环讲究成对使用。且不宜在一只耳朵上同时戴多只耳环。

⑤手镯可以只戴一只，也可以同时戴上两只。但不宜在一只手上戴多只手镯。

⑥手链，在通常情况下，应戴在左手上。

⑦胸针，适宜别在西装左侧领上。穿无领上衣时，则宜别在左侧胸前。



[温馨提示]

同时佩戴多种首饰，总量上不宜超过三种。在一只手上戴多条手链，双手同时戴手链，手链与手镯同时佩戴，一般是不允许的。

男士戴项链一般不宜外露。

佩品 —— 巧着一物尽风流

①女士的皮包不论提着、挎着、握着都要给人端庄、大方的感觉。

②男士的公文包以深色为宜。千万不要塞得鼓鼓囊囊的。

③对长者表示敬意时或在看演出时，有礼貌的做法是把帽子暂时摘下来。

④进入室内或在室外遇有隆重仪式或迎送场合，或与人握手、说话时有礼貌的做法是摘下墨镜。

礼

人无礼不生，事无礼不成，国家无礼不宁。

——荀况



食 饮食礼仪



早品茶，晚宵夜。目不暇接的食肆，洋洋大观的菜式。“食不厌精，脍不厌细”的广州人，无疑创造了一项中国之最。通古今，融中外，汇百家，成一体，广州美食闻名天下。食在广州，吃遍天下。广州，好一桌不散的筵席。