

2023年保证书抽烟 不抽烟不喝酒保证书(模板20篇)

一个好的企业标语能够激发员工的工作激情和归属感。企业标语的设计应该与企业的产品或服务紧密结合，能够突出企业的竞争优势和独特卖点。继续往下看，你会发现一些有趣和引人入胜的企业标语例子。

保证书抽烟篇一

尊敬的班主任老师：

您好！在此我向您表明我的态度，我真的知道错了，我坦诚地接受批评，并且我会坚决改正，以后再也不会再在未满18周岁以前喝酒了。

这次错误，经过老师的批评与教育，我深深地知道错了，我错的方面很多：

1、作为一名初三学生，年龄仅仅才十六岁并且还公然在班级教室饮酒，给班级、学校造成了极其不好的风气，让班级、学校荣誉蒙受损失，让班主任老师颜面无光，让学校领导为此困扰。

2、身为班长，是班干部的核心骨干。我不但没有以身作则、规范行为纪律，居然做出在班里饮酒的'恶劣错误行为，实在是过分。

3、班里饮酒，而且还是喝得酒精浓度很高的二锅头，酒气袭人影响了周围同学，上课昏昏沉沉学习效率跟不上。

现如今面对自身错误，我感到万分的愧疚，我真的觉得对不起老师、对不起同学，对不起大家。我决心好好改正：

首先，我要彻底改正自己的错误，下定决心杜绝饮酒，好在此次饮酒我只是贪图好玩尝个新鲜，并无多大酒瘾，我相信在老师与同学的监督下能够克服与改正。其次，我要向大家公开地道歉，让自己为这个事情丢一丢面子，长一个记性。再有，我要提高自己的纪律意识与思想觉悟，从思想高度杜绝以后此类错误的发生。

最后，我恳请您能够原谅我这一次，您可以撤我的职，可以处罚我，就请您千万不要抛弃我。

此致

敬礼！

保证人□xxx

20xx年x月x日

保证书抽烟篇二

尊敬的公司领导：

本人对发生在xx日在公司吸烟一事深感愧疚，不仅违反了公司的规定还造成了不好的影响，在此特作此保证书向公司领导坦承自己的错误。本人保证从今日起即戒烟，不仅本人不吸还力劝周围仍在吸烟的同事也戒烟。实际行动胜过千言万语，请领导拭目以待，本人将用实际行动来验证本保证书的效力。

此致

敬礼！

保证人□xxx

20xx年xx月xx日

保证书抽烟篇三

北京市165中：

北京市中学生守则第九条中规定中学生要自尊自爱，克服和挫折。不吸烟，不喝酒，不赌博，远离毒品。还有《未成年人保护法》规定：禁止向未成年人出售烟酒；在未成年人活动的室内饮酒、吸烟。吸烟会严重的健康。据调查烟草的烟雾中含有三种危险的化学物质：焦油，尼古丁和一氧化碳，焦油是由好几种物质混合成的物质，在肺中会浓缩成粘性物质。尼古丁是会使人成瘾的药物，由肺部吸收，主要是对神经系统作用。一氧化碳能减低红血球将氧输送到全身去能力。

每天吸15到20支香烟的人，其易患肺癌，口腔癌或喉癌致死的机率，要比不吸烟的人大14倍；其易患食道癌致死的几率比不吸烟的人大4倍；死于膀胱癌的机率要大两倍；死于心脏病的机率也要大两倍。吸香烟是慢性支气管炎和肺气肿的主要原因，而慢性肺部疾病本身，也了得肺炎及心脏病的危险，并且吸烟也了高血压的危险。

烟的烟雾（是所含的焦油）是致癌物质说，它能在它所接触到的组织中产生癌，，吸烟者呼吸道的任何部位（包括口腔和咽喉）都有癌的。

尼古丁能使心跳，血压升高，烟草的烟雾是含一氧化碳之故，似乎能够动脉粥样化累积，而情形是许多心脏疾病的原因，吸烟的人，心脏病发作时，其致死的机率比不吸烟者大。

大多数吸烟者喜欢将量的'烟教养吞下，消化道（是食道及咽部）就有患癌疾的危险。

肺中排列于气道上的细毛，通常会将外来物从肺组织上排除。

绒毛会连续将肺中的微粒扫入痰或粘液中，将其排，烟草烟雾中的化学物质除了会致癌，还会逐渐破坏绒毛，使粘液分泌，于是肺部慢性疾病，容易感染支气管炎。地，“吸烟者咳嗽”是肺部清洁的机械效能受到了损害，于是痰量了。

膀胱癌是吸入焦油中所含的致癌化学物质所。

由此本人：

1. 坚决不在学校吸烟。
2. 在校有吸烟愿意立即向老师或者学校汇报也愿意同学的监督。
3. 有吸烟愿意学一切处罚包括退学。

同学家长□xxx

20xx年x月x日

保证书抽烟篇四

尊敬的xx□

今天我在食堂里吃饭，吃完饭后在食堂里抽了一支烟，我没有看到食堂墙上贴着禁止吸烟的标志，我保证今后不会在食堂里吸烟，不会公共场所吸烟，如有违反，愿意接受任何处罚。

致此

敬礼！

保证人□xx

20xx年x月x日

保证书抽烟篇五

尊敬的x老师：

由于没能很好的控制自己，我又以抽烟的方式来缓解紧张得学习给我带来的压力。在此过程中，我发现我犯了一个严重的错误，感谢老师发现并及时地对我进行了指出和教育。

现在想想我抽烟的行为，真的是千般懊恼，万番悔恨。不过好在在老师的教育下，我认识到了作为一个中专学生抽烟的坏处：首先，这样的行为是对老师的不尊重，对我们班集体的不负责任，我违反了学校的几率，使我们集体在学校丢了脸，我为此表示深深地悔恨；其次，抽烟有害健康，也是对自己的身体不负责任的表现；再次，我利用宝贵的学习时间来抽烟，也是对自身要求不严，约束不够的原因。

在此，我为我的行为向学校领导，向老师表示深深的歉意，以后我一定对自己高标准，严要求，抓紧时间学习，决不再给班集体脸上抹黑。请老师，同学们给我一次改过自新，重新做人的机会。现在想起来，我十分后悔自己当初犯下的. 错误，我一时鬼迷心窍居然吸烟了，我知道错了。

我违反了学校的纪律，违反了班归班纪，违反了《中学生日常守则》，违反了班主任制定的一系列规矩，我辜负了老师对我的谆谆教导，辜负了学校对我的培养，辜负了家人对我殷切期望，辜负了老师在我身上花费的精力，辜负了老师在我的身上花费的时间，辜负了学校给了我这么好的条件，辜负了学校对我的一系列关怀和帮助。

我真的知道我错了，当老师教导我时，我心中还有些不乐意，现在，我已经冷静下来了，知道自己的行为的错误性，知道了自己行为的荒谬性，知道了自己行为给班级摸黑了，给学

校的工作制造了麻烦，我已经知道错了。

由于老师的耐心教育，我终于认识到了抽烟的危害，我决心如下：

1. 以后在学校决不再抽烟了，保证以学习为主，不无故旷课，不在课堂上捣乱，请老师和同学们监督。
2. 如果再犯，请老师给我更严厉的教育甚至是体罚，我绝无怨言。

请老师同学们相信我，我一定能做到。

此致

敬礼！

保证人□xxx

20xx年xx月xx日

保证书抽烟篇六

尊敬的xxx:

为树立和展现我校教师良好的'精神面貌，创造更加文明、美丽的校园环境，践行《中小学教师职业道德规范》，做好学生的表率。同时更为了珍爱自己的生命，尊重他人的健康，提高生活质量，养成高雅的生活习惯。我承诺：在校园任何场所，任何场合做到不吸烟，不敬烟，不接受敬烟，并主动向来校的客人宣传学校的禁烟制度，为创建“无烟学校”做贡献。

承诺人□xx

承诺时间□20xx年x月x日

保证书抽烟篇七

尊敬的xxx□

今天，我怀着愧疚和懊悔给您写下这份保证书，以向您表示我对吸烟的不良行为，深刻认识改正错误的决心！

我以前对吸烟的行为。觉悟不深，在写这份保证书的同时，我真正意识到这件事情的严重性和错误，我感到非常愧疚！再次，我这种行为还在朋友，家人间造成了极其坏的影响，破坏了形象。而我这种表现，给别人带了一个坏头，不利于国家的建设知道你是非常的关心我，爱护我，所以我今后要听你的话，充分领会理解你对我的要求，并保证以后努力要求自己。通过这件事情我深刻的感受到你的心情，使我心理感到非常的愧疚，我太感谢你对我的这次深刻的教育。

我真诚地接受批评，并愿意接受处理。对于这一切我还将进一步深入总结，深刻反省，我保证以后不再吸烟，恳请你相信我能够记取教训、改正错误。

保证人xxx

20xx年x月x日

保证书抽烟篇八

尊敬的老师：

您好！

王老师告诫我要少抽烟，并不断克服烟瘾，达到完全戒烟的目的。她是很认真的，也是为了我好，所以我诚恳接受她的。

建议。结合实际，从即日起，我考虑按照以下方法来约束自己：

- 1、每天只买一包烟，并及时扣除5支，留存至下一天。
- 2、除了少数品种，别人发给我的烟，坚持不抽。
- 3、每天吸烟量决不超过15支。
- 4、特殊场合，可作适当变通处理。
- 5、如果一周内违反前面条款超过2次，那么除了王老师，我绝对找不到媳妇。
- 6、本保证书在王老师监督之下执行，主要靠我的自觉性和对王老师的重视程度。

不论是为了我的身体健康，还是为了我与王老师的未来，我都会严格按照保证书执行！

保证人：熊少府

此致

敬礼！

保证人□xxx

20xx年xx月xx日

保证书抽烟篇九

尊敬的班主任老师：

这次经过同学举报(不知道是不是这样的情况)，您在我的包里发现了香烟。虽然说老师不能随便翻人家的包，但是既然已经翻包了，而且在里面也发现了这样一包xx牌香烟”（罪证）“，我就不得不供认不讳了。

我要是告诉您这包烟是人家嫁祸给我的，您一定不相信我吧，实际上我也不相信。这包烟是我从家里带来的，事情还要回顾到上个星期是我表姐嫁人，婚宴上我就收了这样一包香烟。可是我觉得xx牌香烟似乎拿出来很有面子，于是一直不舍得解开，只是带在身边准备在有机会的时候拿出来显摆显摆(不知道您是否理解我的心情)。

总的来说，身为一名学生，我不但不能吸烟，更加不能带香烟来学校玷污教室这样一股清泉(班级当中很多同学憎恨香烟)。而我的.行为恰恰就是犯了众怒，我实在惭愧万分，决心当众在同学面前毁掉这包香烟。考虑到香烟这一事物的特殊性，我考虑一定不可以用火攻，一定要用水淹。

最后，我向您郑重保证：我以后再也不带任何不良物品到学校来了。

保证人□xx

20xx年x月x日

保证书抽烟篇十

尊敬的班主任老师：

我是xx□这次抽烟被老师在校逮到了.我经过认真哩思考和反思，发现，这是个很不对的行为，抽烟，很伤身体，对我们的发育期有很不好哩作用.我保证以后一定不抽烟，并且认真听老师的教育，认真学习，听话，在校不跟老师对抗.希望老师原谅我这次的行为，我发誓一定不会有下次捞。

在此，我怀着深深懊悔、悲痛的心情向您递交我的这篇“女生抽烟被抓的保证书”，以深刻反省我对于自身错误的认识，提出切实的改正办法，并且尽我最大努力弥补错误影响。

回顾错误，最近一段时间我由于无法面对朋友的背叛等诸多感情问题，一度情绪消沉、萎靡不振。多夜以泪洗面，水泪如泉涌，是泪还是水，我已经分不太明朗。只记得刚开始的眼泪还有点纯正，咸味适中，后来流多了出来的基本成了水。总而言之，我由于太过悲痛，心生异想以为抽烟可以缓解不良情绪。然而，我错了，我大错特错了！

面对错误，我感到羞愧与懊悔。作为高中学生，是完全不能够抽烟的，这是学校明文规定的！我的错误一来对不起老师、同学，二来对不起家乡、朋友，三来对不起我自己啊！

保证人□xxx

20xx年xx月xx日

保证书抽烟篇十一

尊敬的老师：

为了积极响应幼儿园控烟的号召，自觉履行员工和社会公民的`责任，我自愿参加幼儿园控（禁）烟活动，郑重作出如下保证：

- 1、在上班期间自觉控烟，保证不在教室、操场、幼儿集会等幼儿园公共场所吸烟；
- 2、主动接受幼儿园和师生员工的监督；
- 4、当好控烟表率，主动劝阻来园人员的吸烟行为；

5、在社会规定禁烟场所保证不吸烟，而且不发烟，不劝他人吸烟；

6、在家里或私人场所，自觉控烟，不在未成年人等不吸烟人面前吸烟。

此致

敬礼！

保证人□xxx

20xx年xx月xx日

保证书抽烟篇十二

尊敬的老师：

你好，我叫xx□是xx年级xx班的。

xx月xx号我因为吸烟，被老师抓到，现在已经知道错了，真的，我已经知道错了。

现在想起来，我十分后悔自己当初犯下的错误，我一时鬼迷心窍居然吸烟了，我知道错了。

我违反了学校的纪律，违反了班归班纪，违反了《中学生日常守则》，违反了班主任制定的一系列规矩，我辜负了老师对我的谆谆教导，辜负了学校对我的培养，辜负了家人对我殷切期望，辜负了老师在我身上花费的精力，辜负了老师在我的身上花费的时间，辜负了学校给了我这么好的条件，辜负了学校对我的一系列关怀和帮助。

我真的知道我错了，当老师教导我时，我心中还有些不乐意，

现在，我已经冷静下来了，知道自己的'行为的错误性，知道了自己行为的荒谬性，知道了自己行为给班级摸黑了，给学校的工作制造了麻烦，我已经知道错了。

请老师再给我一次机会，如有再犯，请老师严肃处理。

此致

敬礼！

保证人□xxx

20xx年xx月xx日

保证书抽烟篇十三

尊敬xxx:

为了积极响应幼儿园控烟的号召，自觉履行员工和社会公民的责任，我自愿参加幼儿园控（禁）烟活动，郑重作出如下承诺：

- 1、在上班期间自觉控烟，保证不在教室、操场、幼儿集会等幼儿园公共场所吸烟；
- 2、主动接受幼儿园和师生员工的监督；
- 4、当好控烟表率，主动劝阻来园人员的吸烟行为；
- 5、在社会规定禁烟场所保证不吸烟，而且不发烟，不劝他人吸烟；
- 6、在家里或私人场所，自觉控烟，不在未成年人等不吸烟人面前吸烟。

承诺人：

保证书抽烟篇十四

尊敬的班主任老师：

面对错误我感到羞愧不已，我已经幡然醒悟。彻底地觉得了吸烟是很不好的，吸烟有害健康不说，我这样的未成年人（只有17岁周岁）是禁止吸烟的。而且我在宿舍吸烟更加玷污了宿舍清洁的环境，同时也是损害了寝室其他同学的利益。

现如今我已经深深懊悔，愧疚之情难以言喻。不管怎么样，在今后很长时间里我都要认真反省错误，积极戒除吸烟恶习，并且向从前受我不良影响的宿舍同学道歉。

保证人：

20xx年xx月xx日

保证书抽烟篇十五

尊敬的公司领导：

本人对发生在xx日在公司吸烟一事深感愧疚，不仅违反了公司的规定还造成了不好的影响，在此特作此保证书向公司领导坦承自己的错误。本人保证从今日起即戒烟，不仅本人不吸还力劝周围仍在吸烟的同事也戒烟。实际行动胜过千言万语，请领导拭目以待，本人将用实际行动来验证本保证书的效力。

此致

敬礼！

保证人□xx

20xx年x月x日

保证书抽烟篇十六

亲爱的老婆大人：

你批评我的对，昨晚我蹲在卫生间，趴在马桶上，进行了整整一个晚上的反思。

当然，期间一直在不停呕吐。8月份，我坐场喝酒38次，平均一天1.27次，场数频繁，串场喝酒呈上升趋势，与7月份相比次数明显增多。

其中，大醉10场，中醉10场，微醉10场，8场木醉，醉酒率与7月份相比明显提升。

当然，8场木醉得益于你中场搅局，错了，不叫搅局，算是挽救。

大醉后，我在酒店当众脱衣闹笑话多次，在文化宫烧烤摊同朋友闹事多回，将家中贵重电器及手机摔坏多件，造成了诸多不良影响，甚至惊动了110，差点将我关进黑屋子。

对此，我深感自责，坐卧不安。尽管我多次立志改过，但屡屡重犯，屡喝屡醉，屡醉屡喝，从今天开始再不喝酒了！

所以今后我保证不再喝酒，但毕竟，我们还有许多朋友，还得处理好多关系，所以以下情况得例外：

一，有朋友从外地远方归来，这是接风洗尘，得喝！

二，有朋友要外出创业远行，这是敬酒饯行，得喝！

三，有老朋友相邀坐场小聚，这是叙叙旧情，得喝！

四，有新朋友偶然相识相逢，这是有缘相识，得喝！

五，有亲朋好友家中过喜事，这是高兴好事，得喝！

六，自己遇到不开心的`杂事，这是借酒浇愁，得喝！

七，有人请客吃饭竭力相邀，这必须给面子，得喝！ 八，咱要是有事需请人喝酒，这必须要陪好，得喝！

九，前天喝醉难受得要死了，得喝点通透酒，得喝！

我保证：除以上九条外，今后再也不喝酒了！

保证人：

日期：

文档为doc格式

保证书抽烟篇十七

xxx□

我保证：今后不再喝酒，从即日起实施戒酒活动。

我怀着十二万分的愧疚以及十二万分的懊悔写下这份保证书。

说实在的，我并非好酒之人，只是身在职场，难免经常会有这样或那样的应酬，于是这两年喝酒的场合也就逐渐多了起来。我这个人酒量不敢说在男人们面前大显身手，至少在一帮不会喝酒的朋友们面前我还是数一的。但身体素质慢慢有所下降，抵抗能力明显不行，这酒量也就每况愈下。加之我

的性格较为直爽，酒桌上从不作假，而且总担心自己喝少了人家喝多了对不住人家，喝到最后往往是人家意思意思我喝干。如此一来，我几乎是每喝必醉，只是醉酒的程度轻重不同而已。

每次喝完酒给你打电话，你总会在第一时间分辨出我喝了多少酒，责怪我不知道爱惜自己的身体，这样喝酒，万一把身体喝坏了怎么办，总之，每次你都很生气，你从希望到失望，从失望到伤心，每次你都会苦口婆心地劝我少喝酒，并会不厌其烦地给我列举很多可怕的因为喝酒导致事故的例子。所以我决定，远离酒精，选择快乐运动。我不愿看到你恨铁不成钢的表情，更不愿你一句话都不说的折磨我。

一：我要在每次喝酒前跟同事好友充分解释，即便是他们生气我也要坚持请求他们谅解。理由总是很多，如果是真正的好朋友，我想他们应该会维护我的，如果他们强迫我喝酒，那也就不是好朋友了，既然不是好朋友，我何苦为了他们而失去了你。

二：酒不是什么好东西，烧心伤胃的。喝了自己难受，我更不想在别人的`眼里是一个酒鬼的形象，更不希望别人会因此而看不起你。

三：我要洗心革面重新做人，我不要再过晕晕乎乎的日子，因为我要学会珍惜生活珍惜你尊重你。你。四：我要多参加体育运动，不能再放纵自己，不能再让你伤心失望，我要做一个积极上进的好男人。

特此保证，以后坚决远离酒精决心把酒戒掉，不为别的，只为了给你一个宽慰，少让你操心而已。如有违反，今生再无脸见你，从此永不纠缠！男人一诺千金，说到做到，请你看我的行动吧！

希望老婆监督我！

保证人：

日期：

保证书抽烟篇十八

尊敬的班主任老师：

您好！

我是xxx[]我真的很后悔自己吸烟这件事情，我不是一个的.合格的学生，我给您丢人了，现在整个班级都知道了我吸烟的事情，在学校已经很多次说起过这些了，吸烟是非常不好的，影响了自己也影响了他人，在这个过程中会让很多同学都学坏，这不是我想看到的，现在我也一直在思考这件事情，我一想到在未来的一段时间当中我一直都会为此感到自责，现在我就非常难受，我作为一名高三的学生了，在学校最后的学习阶段我反而让您操心，没能够遵守校规，坚守原则，不知道未来会发生什么事情，在这个过程中我也不带的在思考这些，我非常的自责，我不希望在这个过程中失去最初的一个原则，但是现在已经发生了，我公然的在学校吸烟，让别的同学看到了，在我们的学校吸烟问题一直都是说过很多次，对于此类问题一直都是严肃的处理，在这个过程中我也希望让自己得到足够多的锻炼，这个是非常不容易的'一件事情。

在这个过程中，我一直都在思考，我这次不是此第一吸烟了，我必须向您承认，在过去很长一段时间我都在学校有过吸烟的情况，今天我沉思了很久，我来到学校的目的就是学习，考大学，将来做有用之人，现在我实在是想不起来，我不想因为个人的得失造成现在这种情况，现在我一直都在反省自己，在一开始我就不应该去尝试，咋不和不是作为一名学生应该去做的事情，我现在是高三了，也是高年级的学生，我这个样子是会给别的同学造成影响的，吸烟不仅是危害自

己身体，对我们学习生活的环境也有影响，一个人往往是能够影响别人，同一件事情一个人尝试了，后面可能也会有尝试，就像我一样，我就是之前没有一个较高的觉悟，现在我真的不知道怎么跟您解释了，我模仿了别人，我甚至有一段时间觉得吸烟是一件有趣的事情，在这个过程中我也回顾了自己的一些行为。

总之我现在很是后悔，面对班上的同学们还有您我实在惭愧，我真的不希望自己影响到更多的人，今天我是在教室里面吸烟，我这么一来情节就罪加一等，当时是在中午的时候，虽然教室没什么人，但是造成这种情况实在不是我所愿看到的，我一定会好好的反省自己，吸烟一事绝对没有下一次。

此致

敬礼！

保证人□xxx

20xx年xx月xx日

保证书抽烟篇十九

亲爱的.：

我保证今后不再喝酒，从即日起实施戒酒活动。

一、提高知识，端正态度。充分认识这次戒酒行动的重要性。
二、加强领导，成立组织。这次行动要实行一把手亲自抓，负总责。为此，特成立戒酒行动小组。由我老婆担任组长，成员就是我。

三、采取措施，加强监督。如果发现喝酒，扣发当月私房钱。
总之，我们一定要解放思想，实事求是，与实俱进，开拓创

新，把戒酒行动进行到底。

保证人：

日期：

保证书抽烟篇二十

尊敬的老师：

昨天，我无视学校纪律偷偷抽烟，我对自己的行为感到很内疚。以前，我觉得抽烟很好玩，很有个性，后来慢慢有了烟瘾，总是忍不住违背学校纪律偷偷抽烟。现在，我真正认识到了抽烟的严重性，认识到了自己所犯的错误，在同学们中间造成了极坏的影响，破坏了班级良好形象。我真诚地接受批评，愿意接受任何处理。我保证，以后不再吸烟，恳请老师相信我，并帮助我改正错误。

此致

敬礼！

保证人□xx

20xx年x月x日