

2023年已退休党员个人评议总结发言(模板7篇)

人的记忆力会随着岁月的流逝而衰退，写作可以弥补记忆的不足，将曾经的人生经历和感悟记录下来，也便于保存一份美好的回忆。写范文的时候需要注意什么呢？有哪些格式需要注意呢？以下是我为大家搜集的优质范文，仅供参考，一起来看看吧

戒酒保证书篇一

亲爱的老婆、朋友(或者敬爱的父母、领导等，就是个称谓)：

我保证从此以后不再抽烟，从写下这个保证书之日起就开始戒烟。

我深知抽烟有害自己身体健康，也影响周围的朋友、亲人的身体健康。抽烟浪费金钱，是一种无意义的消费。抽烟容易带来火灾等安全隐患。在公共场所抽烟影响社会公共秩序。抽烟很多坏处，所以我决定戒烟。

我会从今天开始每天减少吸烟量，直至慢慢一根烟也不吸了。我承诺我将于x月x号彻底戒掉烟。如果做不到，听凭处置。

承诺人：

日期□x年x月x号

戒酒保证书篇二

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。7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6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场未醉，醉酒率与6月份相比明显提升。当然，8场未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，从今天开始不再喝酒了！！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：除以上九种情况外，今后再也不喝酒了！！！！

致此

敬礼！

x年xx月xx日

戒酒保证书篇三

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...

今日,我怀着无比沉痛和七亿分复杂的心情在此提笔写下这封保证书,曾经,那些一个人在角落抽烟的日子已离我远去,如今,我又将一群人一起喝酒的生活撇弃,不是我不热爱生活,而是生活抛弃了我,那些瓶瓶罐罐天昏地暗的生活,我已厌倦,看透了,酒肉穿肠过,佛祖心中留,的人生哲理,回过头来,觉得佛海无边回头是岸才是结局,为此我感到无以论比的悲伤,为了不让历史的悲剧重演,为了曾经的那些以酒度日的日子,洗新革面重新做人,写下这悲壮的保证书,为戒酒,为生活,原谅我那些不管天地厚海阔天空哼着离歌死了都要爱的日子再也找不回来,如同我昨日死去的生命。

在苍茫中陨落,从今日开始,我要苟且的活回来,已梦千年,一梦将醒的我要向酒友呐喊:我!要!戒!酒!了!说过的话,走过的路,浪费的青春已不再需要酒精来回忆,沉痛的感谢这么多年来陪我喝过的兄弟战友亲戚朋友,是你们让我达到了一个境界后而大彻大悟,长江后浪推前浪,前浪只能死在沙滩上,也许选择死在沙滩上才是最好的结局,愿主保佑你们,也让耶稣保佑我,成功的摆脱,彻底的离去,只是说说而已。从今天开始再不喝酒了!!以下情况例外:

一、有朋自远方来,得喝!

二、朋友远行,要饯行。得喝!

保证人

20xx年x月xx日

戒酒保证书篇四

写保证书看的是认错态度，那么简单的戒酒保证书怎么写?下面是小编为大家精心整理的戒酒保证书简单点的，希望能给大家带来帮助!

亲爱的领导:

遵照您的旨意，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给您写下这份保证书。

曾经我是一个很听话的人，可是那天(应该在五月末吧)我犯了个严重的错误，我对于我这次犯的错误感到很惭愧，我不应该因怕回去晚了而借胆喝酒的，我明明知道你不让我喝酒，讨厌我喝酒，但是我还是喝了，虽只喝了一小杯，但还是真不应该的。可是我怕晚上回去晚了，要挨领导的批评，所以在决定要喝酒之前我仍一枚硬币，如果是正面，那领导会体谅我，如果是反面，那我还是回去晚点都不要喝酒。老天爷跟我开了个“黑色幽默”。世上最痛苦的事莫过于此，如果领导再给我一次机会的话，我将会说三个字，那就是我错了，如果非要在着三个字上加一个期限的话，那将是一万年。

五月底到今天，将近十天的反省时间，我已经深刻认识到问题的严重性，大晚上不早点回家还在外面喝酒真是不应该啊，更何况还跟一帮爷们喝，回想起我答应你的话(从此我不再喝酒)，但是我没有做到，哎~!真是不应该。

每次喝完酒领导打电话来，他在心疼我的同时总会责怪我不懂事，说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，一个女孩子家老在外面喝酒，是什么形象？总之，每次气得领导从希望到绝望，每次都会苦口婆心地劝我少喝酒，并会不怨其烦地给我列举很多可怕例子跟条件，说你再喝一杯我就喝一瓶，再喝就咋整咋整的，硬是把喝酒说得一无是处，直到我说我从此再也不喝了。

作为一个社会人，我可能微不足道。但在亲人、领导眼里，我是那么的重要，我的一举一动都牵扯着他们的喜怒哀乐。这些年来，我原本就无法陪伴在父母身边，这已经是很大的不孝了，我怎能再一而再地让你们伤心呢，所以我决心把酒戒掉，不为别的，只为了给你们一个宽慰，少让你们操心而已。

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。由我领导担任组长，成员就是我。监督人员是所有看到此篇文章的朋友。这次行动要以十x大精神为指导，从政治角度，充分认识这次戒酒行动的重要性。如果在发现喝酒，领导说要把我从组织开除出去。总之，我一定要解放思想，实事求是，与实俱进，开拓创新，把戒酒行动进行到底。

保证人：

至高无上法力无边威仪四海的老婆大人：

多次，嗅觉灵敏的您发现了抽烟的劣迹，那夜积怒成多的您并对我进行了批评教育。现在回味起来，仍然余音绕梁、飘飘袅袅，令我忽而如沐春风、忽而如淋冬雪；感觉起来，您那和蔼可亲的声音恰如如来佛祖那浩渺无极的低吟，空寂飘渺，令小人我每时每刻如浴佛光，深感渺小；又如黄钟大吕，振聋发聩，令小人我每时每刻如坐针毡，倍感恐惧。

尽管女皇陛下以无比宽宏博大的心怀，只是令小人我写一份

保证书，但小人我还是诚惶诚恐，唯恐这份保证书在我不够虔诚的态度之下，最后变成小人的死刑判决书。为表对我女皇陛下毫无保留的忠诚不二，小人深夜写下这份乞求您宽恕与赦免的保证书，请您侧目以观。在书写的过程中，小人每每因情难自禁而流下后悔、自责以及伤感、凄凉、自怜的泪水，不时打湿我拿来参考的《保证书大全》，而黯然神伤的表情，令小人又每每想起童年时代被老爸训斥着蹲在地上，趴在小板凳上补功课的情景，多么令人陶醉的回忆呀！

自您这次最深的批评教育，我开始认识到抽烟是不对的，烟不是什么好东西，还很烧钱，抽烟要钱，一包沂蒙山就10元，一包里面才20根，就连红塔山啊将军黄山泰山都要好几块钱一包，别说什么进口烟了，我们哪有这个钱呢？抽烟要钱，打火机要钱，抽烟其实不仅要钱，还要命，一天抽5根，4天20，一个月就好几百。一年就好几千，一辈子就好几十万，都可以给雨泽儿子娶老婆了，吸烟危害健康已是众所周知的事实。不仅烟雾缭绕污染环境，损害花、草、树、木，而且影响了您对新鲜空气的眷恋，更重要的是惹怒了你美丽如花朵绽放的娇颜。

所以，小人将痛下决心，彻底摆脱烟魔控制，成就清新纯洁自我。鉴于冰冻三次非一日之寒，请求老婆大人怜恤下属，偶然遇到你我都熟悉的好友、亲人，把酒言欢、神情激扬时，请准许我抽上几口，以便点燃情绪，成就美好亲情、友谊。当然，我的目标是彻底实现戒烟的宏伟计划！因此，请求大人在以后的生活中严加看管，情急时，可以以“黑紫”（解释：就是用手用力的拧胳膊或大腿）来要挟，或直接完成“黑紫”的绝妙动作！

为了弥补小人我不可饶恕的过失，小人我义无反顾面对现实，愤然做出以下《爱妻无条件服务计划系列》，请示老婆大人批准实施：

a计划——幸福家庭卫生大跃进服务计划：

b计划——家庭饮食新革命服务计划：

c计划——全身放松按摩服务计划：

小人在家夜晚时间将及时提供肩、腰、腹、腿、脚全身性的放松按摩服务，同时用港式和泰式两种服务方法——港式服务：消除您的疲劳，加强新陈代谢，保持您的青春靓丽；泰式服务：刺激您的细胞产生活力，防止老化。增进内分泌平衡，养肌养容，排泄体内的怒气毒素杂物，维护健康、防止生病。

d计划——看电视服务计划：

为了誓死保卫我们纯洁的爱情，希望看电视时让我陪在您的近处，以便及时给你提供零食、饮品，保障看电视质量，促进夫妻感情。

亲爱的领导：

遵照您的旨意，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给您写下这份保证书。曾经我是一个很听话的人，可是近来我犯了个严重的错误，我对于我这次犯的错误感到很惭愧，我不应该因为了联络感情而去喝酒，我明明知道你不让我喝酒，讨厌我喝酒，但是我还是喝了，虽只喝了两瓶酒，但还是真不应该的。可是我觉得有的时候喝点小酒联络一下感情是应该的。所以每次我在喝酒与不喝酒之间挣扎着，所以在决定要喝酒之前我仍一枚硬币，如果是正面，那亲爱的你会体谅我，如果是反面，那我还是宁愿放弃所有朋友伙计们的感情都不要喝酒。老天爷跟我开了个“黑色幽默”。世上最痛苦的事莫过于此，如果亲爱的再给我一次机会的话，我将会说三个字，那就是我错了，如果非要在着三个字上加一个期限的话，那将是一万年。

20xx年除底到今天，将近几十个小时的反省时间，我已经深

刻认识到问题的严重性，大春节不好好在家里好好帮助你干活好好陪你度过年三十。然而在家里找朋友喝酒真是不应该啊，更何况还跟一帮爷们喝，回想起我答应你的话(从此我不再喝酒)，但是我没有做到，哎~！真是不应该。

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，至少在一帮不会好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。

每次喝完酒回来你就开始给我上课，你在心疼我的同时总会责怪我不干人事，说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，一个上有老小有小的人老在外面喝酒，是多么的危险？总之，每次气得你从希望到绝望，每次都会苦口婆心地劝我少喝酒，并会不怨其烦地给我列举很多可怕例子跟条件，说你再喝一杯我就喝一瓶，再喝就咋整咋整的，硬是把喝酒说得一无是处，直到我说我从此再也不喝了。

作为一个社会人，我可能微不足道。但在亲人、你的眼里，我是那么的重要，我的一举一动都牵扯着他们的喜怒哀乐。这些年来，我原本就无法陪伴在父母身边，这已经是很大的不孝了，我怎能再一而再地让你们伤心呢，所以我决心把酒戒掉，不为别的，只为了给你们一个宽慰，少让你们操心而已。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。由我亲爱的你段艳凤担任组长，成员就是我。监督人员是所有看到此篇文章的朋友。这次行动要以十x大精神为指导，从政治角度，充分认识这次戒酒行动的重要性。如果在发现喝酒，艳凤说要把我从组织开除出去。总之，我

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□xxx

xxxx年xx月xx日

戒酒保证书篇五

至高无上法力无边威仪四海的老婆大人：

多次，嗅觉灵敏的您发现了我抽烟的劣迹，那夜积怒成多的您并对我进行了批评教育。现在回味起来，仍然余音绕梁、飘飘袅袅，令我忽而如沐春风、忽而如淋冬雪；感觉起来，您那和蔼可亲的声音恰如如来佛祖那浩渺无极的低吟，空寂飘渺，令小人我每时每刻如浴佛光，深感渺小；又如黄钟大吕，振聋发聩，令小人我每时每刻如坐针毡，倍感恐惧。

尽管女皇陛下以无比宽宏博大的心怀，只是令小人我写一份保证书，但小人我还是诚惶诚恐，唯恐这份保证书在我不够虔诚的态度之下，最后变成小人的死刑判决书。为表对我女皇陛下毫无保留的忠诚不二，小人深夜写下这份乞求您宽恕与赦免的保证书，请您侧目以观。在书写的过程中，小人每每因情难自禁而流下后悔、自责以及伤感、凄凉、自怜的泪水，不时打湿我拿来参考的《保证书大全》，而黯然神伤的表情，令小人又每每想起童年时代被老爸训斥着蹲在地上，趴在小板凳上补功课的情景，多么令人陶醉的回忆呀！

自您这次最深的批评教育，我开始认识到抽烟是不对的，烟不是什么好东西，还很烧钱，抽烟要钱，一包沂蒙山就10元，一包里面才20根，就连红塔山啊将军黄山泰山都要好几块钱一包，别说什么进口烟了，我们哪有这个钱呢？抽烟要钱，打火机要钱，抽烟其实不仅要钱，还要命，一天抽5根，4天20，

一个月就好几百。一年就好几千，一辈子就好几十万，都可以给雨泽儿子娶老婆了，吸烟危害健康已是众所周知的事实。不仅烟雾缭绕污染环境，损害花、草、树、木，而且影响了您对新鲜空气的眷恋，更重要的是惹怒了你美丽如花朵绽放的娇颜。

所以，小人将痛下决心，彻底摆脱烟魔控制，成就清新纯洁自我。鉴于冰冻三次非一日之寒，请求老婆大人怜恤下属，偶然遇到你我都熟悉的好友、亲人，把酒言欢、神情激扬时，请准许我抽上几口，以便点燃情绪，成就美好亲情、友谊。当然，我的目标是彻底实现戒烟的宏伟计划！因此，请求大人在以后的生活中严加看管，情急时，可以以“黑紫”（解释：就是用手用力的拧胳膊或大腿）来要挟，或直接完成“黑紫”的绝妙动作！

为了弥补小人我不可饶恕的过失，小人我义无反顾面对现实，愤然做出以下《爱妻无条件服务计划系列》，请示老婆大人批准实施：

a计划——幸福家庭卫生大跃进服务计划：

b计划——家庭饮食新革命服务计划：

c计划——全身放松按摩服务计划：

小人在家夜晚时间将及时提供肩、腰、腹、腿、脚全身性的放松按摩服务，同时用港式和泰式两种服务方法——港式服务：消除您的疲劳，加强新陈代谢，保持您的青春靓丽；泰式服务：刺激您的细胞产生活力，防止老化。增进内分泌平衡，养肌养容，排泄体内的怒气毒素杂物，维护健康、防止生病。

d计划——看电视服务计划：

为了誓死保卫我们纯洁的爱情，希望看电视时让我陪在您的

近处，以便及时给你提供零食、饮品，保障看电视质量，促进夫妻感情。