

# MO MHÓID STAONTA AG AN GCÓINEARTÚ

Geallaim nach n-ólfaidh mé alcól go dtí go mbeidh mé \_\_\_\_\_ bliain d'aois agus iarraim ar an Spiorad Naomh cuidiú liom an gealltanais seo a choinneáil.

Geallaim freisin gan drugaí contúirteacha nó mídhleathacha a ghlacadh agus cabhrú le daoine eile an rud céanna a dhéanamh. Iarraim ar an Spiorad Naomh cuidiú liom an gealltanais seo a choinneáil.

Sínithe: \_\_\_\_\_  
Iarrthóir don Chóineartú

Sínithe: \_\_\_\_\_  
Tuismitheoir/Caomhnóir

Dáta: \_\_\_\_\_