# 最新证明格式简短(八篇)

来源：网络 作者：风吟鸟唱 更新时间：2024-06-09

*最新证明格式简短一乙方：\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 身份证号：\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_乙方原为甲方\_\_\_\_\_\_\_\_(部门)的\_\_\_\_\_\_\_(职务)，于\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_年07月31日经双方协商一致解除劳动合同。甲乙双方确...*

**最新证明格式简短一**

乙方：\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 身份证号：\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

乙方原为甲方\_\_\_\_\_\_\_\_(部门)的\_\_\_\_\_\_\_(职务)，于\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_年07月31日经双方协商一致解除劳动合同。甲乙双方确认 解除 / 终止 劳动关系。

双方现已就有关问题达成一致，并办妥离职手续。 特此证明。

甲方(签章)： \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

甲方代表签字：\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

乙方签字：\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_年\_\_\_\_\_月\_\_\_\_日

**最新证明格式简短二**

大学生实习证明格式最新7篇

部分学校会要求学生进行实习实践，并且在开学后还要收取实习证明和实习报告。而面临学校顶岗实习作业要求，大学生需要认真去进行社会实践活动并取得实习证明相关资料。你是否在找正准备撰写“大学生实习证明格式”，下面小编收集了相关的素材，供大家写文参考！

兹有\_\_单位(校园、个人或团体)\_\_同志于\_\_年\_\_月\_\_日至\_\_年\_\_月\_\_日在我公司\_\_部门实习。期间，工作用心，成绩突出。

特此证明。

(实习单位盖章)

谨证明\_\_\_\_\_\_先生小姐在\_\_\_\_年\_\_月\_\_日至\_\_\_\_年\_\_月\_\_日期间于本公司担任\_\_\_\_\_职位。\_\_\_\_\_先生小姐在本公司负责\_\_\_\_\_\_工作。\_\_\_\_\_\_先生女士在本公司服务期间，(请简述实习生在实习期间的培训资料及其工作表现)

公司负责人姓名\_\_\_\_\_及公司盖印

日期

兹有\_\_\_\_\_\_学校\_\_\_\_\_\_与业\_\_\_\_\_\_同学于\_\_\_\_\_\_年\_\_\_\_\_\_月\_\_\_\_\_\_日至\_\_\_\_\_\_年\_\_\_\_\_\_月\_\_\_\_\_\_日在\_实习。

该同学的实习职位是\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_。

该学生实习期间工作认真，在工作中遇到不懂的地方，能够虚心向富有经验的前辈请教，善于思考，能够举一反三。对于别人提出的工作建议，可以虚心听取。在时间紧迫的情况下，加时加班完成任务。能够将在学校所学的知识灵活用到具体的工作中去，保质保量完成工作任务。同时，该学生严格遵守我公司的各项规章制度。实习时间，服从实习安排，完成实习任务。尊敬实习单位人员，并能与公司同事和睦相处，与其一同工作的员工都对该学生的表现予以肯定。

特此证明。

兹有\_\_\_\_\_大学\_\_\_\_\_学院\_\_\_\_\_专业\_\_\_\_\_学生此刻我公司进行实习，期间担任\_\_\_\_\_工作，状况属实，特此证明。

公司地址：

联系人：

联系电 话：

\_\_\_\_\_\_\_\_\_(实习单位盖章)

\_\_\_\_\_年\_\_\_\_\_月\_\_\_\_\_\_日

兹\_\_\_大学\_\_学院\_\_\_自\_\_年\_月\_\_日在我单位实习满一个月。实习期间，\_\_在我公司\_\_的指导下，初步了解\_\_发展历程，熟悉了\_\_系统架构、实施项目的方法论以及\_\_销售与分销等部分模块。实习期间，用心参与部门内部的讨论，工作表现出很好的团队精神，良好的沟通与合作潜力。

特此证明。

\_\_\_\_公司

兹有大学系专业同学，于年月日至年月日在我\_\_\_\_\_\_\_\_\_单位实习。该同学的实习职位是\_\_\_\_\_\_\_。

该学生实习期间工作认真，在工作中遇到不懂的地方，能够(虚心向富有经验的前辈请教，善于思考，能够举一反三。对于别人提出的工作推荐，能够虚心听龋在时间紧迫的状况下，加时加班完成任务。能够将在校园所学的知识灵活应用到具体的工作中去，保质保量完成工作任务)。同时，该学生严格遵守我公司的各项规章制度。实习期间服从安排，完成实习任务。尊敬实习单位人员，并能与公司同事和睦相处，与其一同工作的员工都对该学生的表现予以肯定。

特此证明。

\_\_-\_\_\_-\_单位(章)

\_\_年\_月\_日

兹有\_\_\_\_\_\_\_\_\_学校\_\_\_\_\_\_\_\_\_专业\_\_\_\_\_\_\_\_\_同学于\_\_\_\_\_\_\_\_\_年\_\_\_\_\_\_\_\_\_月\_\_\_\_\_\_\_\_\_日至\_\_\_\_\_\_\_\_\_年\_\_\_\_\_\_\_\_\_月\_\_\_\_\_\_\_\_\_日在\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_实习。

该同学的实习职位是\_\_\_\_\_\_\_\_\_。

该学生实习期间工作认真，在工作中遇到不懂的地方，能够虚心向富有经验的前辈请教，善于思考，能够举一反三。对于别人提出的工作建议，可以虚心听取。在时间紧迫的情况下，加时加班完成任务。能够将在学校所学的知识灵活应用到具体的工作中去，保质保量完成工作任务。同时，该学生严格遵守我院的各项规章制度。实习时间，服从实习安排，完成实习任务。尊敬实习单位人员。并能与我院同事和睦相处，与其一同工作的人员都对该学生的表现予以肯定。特此证明。

\_\_\_\_\_\_\_\_\_(实习单位盖章)

\_\_\_\_\_年\_\_\_\_\_月\_\_\_\_\_\_日

★ 在校大学生实习证明模板

★ 大学生实习证明模板通用

★ 20\_大学生实习证明模板

★ 实习证明中英文模板

★ 实习证明大学生通用模板

★ 大四学生实习证明10篇

★ 大学生企业工作实习证明模板10篇

★ 大学生实习证明书范本

★ 大四实习公司证明10篇

★ 大学生实习证明银行

**最新证明格式简短三**

怎么证明怀孕

怀孕初期的常见症状

早孕反应，每个人都不一样，有的人嗜睡，有的人怕冷，有的人闻到油味会觉得不舒服……这些症状通常出现在停经6周以后，一般持续到怀孕3个月。每个人的情况都会有所不同，这和个人激素有关，有的人早孕反应时间比较长，直到16-18周才消失。

呕吐!怎么办

早期孕妇的妊娠反应十分厉害，六成以上的怀孕女性有过早晨起床后呕吐的经历。突如其来的恶心呕吐让准妈妈显得有点狼狈。

多数女性在怀孕6周以上时，会出现恶心、呕吐，一般出现在早晨起床后数小时内。症状轻者食欲下降，偶有恶心，范吐;少数人症状明显，吃什么吐什么，不吃也吐，呕吐也不限于早晨，而且嗅觉特别灵敏，嗅到厌恶的气味也会引起呕吐。

怀孕早期发生的呕吐是一种正常的生理现象，不必过分紧张，通常对健康没多大影响，不需要治疗。只要保持心情愉快，情绪稳定，注意休息即可。多数人到怀孕12周以后，这些症状可以自行消失。当然，那些吐得特别厉害，吃什么吐什么的孕妇，代谢变得紊乱，就需要去医院加以治疗，必要时要住院输液。

对策

保证充足的睡眠。

孕吐会影响食欲，所以在怀孕初期想吃什么就尽量吃，不必刻意多吃或少吃什么。

柠檬汁、山楂汁、土豆、饼干等食物对孕吐有改善作用。

提醒

上班的孕妈咪，在办公室、在路上可能会突然感到要吐，这难免使我们狼狈不堪。我们需事先做好准备。平时随身携带毛巾和漱口用品，上下班时注意沿途的公用设施，计算去卫生间的最快路程。如果你还没有把怀孕的事告诉老板，那么要想好一个比较有说服力的理由。另外，你需要做一个有弹性的时间表，估计一下自己的承受力和可能遇到的困难，把工作安排好。

疲倦嗜睡

怀孕初期，准妈妈容易感到疲倦，常常会想睡觉。

在早孕阶段，许多女性会出现浑身乏力、疲倦，或没有兴趣做事情，整天昏昏欲睡，提不起精神。这是早孕期的正常反应之一，怀孕3个月后会自然好转。

对策

保证充足的睡眠。

想要休息的时候就尽量休息，不要勉强自己

尿频，正常吗

刚怀孕的时候，老是想上厕所，总觉得尿不干净，这，正常吗?

许多孕妇在刚开始怀孕的时候出现尿频现象。怀孕前3个月，子宫在骨盆腔中渐渐长大，压迫到膀胱，从而使准妈咪一直产生尿意。到了怀孕中期，子宫会往上抬到腹腔，尿频的现象就会得到改善。但到了怀孕末期，尿频现象会再度出现。

感觉尿频时，准妈咪不妨多上几次错所，这没有关系，尽量不要憋尿。如果你在小便时出现疼痛或烧灼感等异常现象时，要立即到医院寻求帮助。对策

临睡前1-2小时内不要喝水，可以减少起夜次数。

尽量不要憋尿

乳-房的不适感

刚怀孕的准妈妈，乳-房可能会出现刺痛、膨胀和搔痒感，这也是怀孕早期的正常生理现象。

从怀孕后几星期开始，准妈妈就会觉得乳-房肿胀，甚至有些疼痛，偶尔压挤乳头还会有粘稠淡黄的初乳产生。并且随着乳腺的肥大，乳-房会长出类似肿块的东西。这些都是做母亲的必然经历，自受精卵着床的那一刹那起，伴随着体内荷尔蒙的改变，乳-房也作出相应反应，为以后的哺乳做好准备。

对策

可以采用热敷、按摩等方式来缓解乳-房的不适感。

每天用手轻柔地按摩乳-房，促进乳腺发育。

经常清洗乳头。

常有饥饿感

很多准妈妈从怀孕开始，总感觉饥饿，这种饿饿感和以前空腹的感觉有所不同。

怀孕后，准妈妈的口味和胃口多少会起一些变化。在孕初期，许多妈咪变得“爱吃”起来，这并没多大关系，想吃就吃，在怀孕初期时没必要压抑自己的食欲。当然，食物最好以清淡、易消化的为主。

对策

平时随身带一些食物，方便感觉饿的时候拿出来吃。

一下子不要吃太多，禀着少食多餐的原则。

阴-道分泌物增多

有些女性在怀孕初期发现自己的阴-道分泌物较往常多，要去医院求诊吗?怀孕初期，受激素急剧增加的影响，阴-道分泌物增多是正常的现象。如果外阴不发痒，白带也无臭味，就不用担心。

但如果出现外阴搔痒、疼痛;白带呈黄色，有怪味、臭味等症状时，就需要去医院就诊，这可能是因为外阴或阴-道疾病所致。如果放任不管，可能会影响胎儿的生长发育。

对策

注意清洁卫生，勤换内-裤，保持内-裤及会阴-部清洁。

“月经”

有少数女性怀孕后在预定下次月经来潮的日期仍出现阴-道流血现象，这是怎么回事?这是月经吗?

女性怀孕以后不会再来月经，但有少数人在怀孕后会出现“妊娠月经”，这种现象都发生在怀孕3个月以内，一般只出现1次，它的特点是流血少，颜色淡，天数短，与以往任何一次月经都不同。实际上，这不是真正的月经。怀孕后出现“妊娠月经”的真正原因尚不十分清楚。

怀孕早期出现的阴-道流血也可能是先兆流产，也可能是妊娠并发蜕膜息肉、子宫颈息肉或糜烂等引起的出血。已经肯定怀孕的女性如发现阴-道流血，应及时去医院检查，以排除上述可能性。

对策

一旦出现阴-道流血，都应及时就医。

初期的身体外表变化

乳-房变化

在怀孕初期，乳-房逐渐膨胀起来，变得十分柔软;乳晕变大，颜色由于色素沉淀的增加而日益加深;接着，乳-房皮肤下的血管变得明显突出，可见静脉扩张;乳头也会明显突出。这些都是怀孕早期的正常生理现象。

子宫变化

在怀孕最初的3个月里，子宫的增大并不明显，一般要到3个半月至4个月时才能从外观上看出肚子变大。在怀孕第三个月，子宫刚好出盆腔，直径为8cm左右，如拳头般大校

皮肤变化

孕妇的皮肤在怀孕期间会发生很大变化。在妊娠初期，有的人由于激素的原因，皮肤色素沉淀明显。有的人在孕初期会长出痤疮，而有的人以前长有痤疮，现在反而没有了，脸变干净了。

体重变化

孕妇的体重变化，主要出现在孕中期和孕晚期。在头三个月里，体重变化并不明显，一般来说，孕妇的体重增加2-4斤是在正常范围内的。如果体重增加过快，并不是什么好现象，胎儿长得过快过大，反而会为今后的自然分娩带来麻烦。

孕初期健康安全大提案

哪些情况须就医

对孕妇来说，在怀孕初期，最危险的事情莫过于宫外孕与流产，而发生这两种情况时孕妇都会发生腹痛、阴-道流血，因此，如果孕妇一旦发现腹痛或阴-道流血，需及时就医。孕初期的妈咪，哪怕只是普通的腹痛腹泻，也有引起流产的可能，也需要就医治疗，不能太过马虎。

预防胎儿畸形

胎儿是否会有不同程度畸形，主要取决于遗传与环境。遗传因素是人力无法改变的，而环境因素则主要是人为因素，其中包括了感染、环境污染、药物摄取等诸多因素。

怀孕的头三个月是胎儿神经管发育的关键期，因此，为了避免胎儿的异常，准妈妈应尽量避免各种不良因素，如烟酒环境，有害化学物质，新装修的房屋，空气不流通的环境等等，并且提高自己免疫力，免受病毒感染，更不要私自服用药物。

为了预防胎儿畸形，孕妇从孕早期开始(最好从计划怀孕开始)，就需要补充叶酸。富含叶酸的食物有红苋菜、菠菜、生菜、芦笋、豆类、酵母、动物肝及苹果、柑桔等。

同时，定期做产前检查，配合好医生，也是避免异常新生儿出生的积极手段。

服用过禁用药，怎么办

孕妇在得知怀孕前，吃了一些孕妇禁用的药，可以到医院咨询一下。一般来说，如果服药时尚为早期胚胎，还没有着床，对胎儿的影响不大。而且通常孕妇吃的只是些感冒药、胃药，药量不大，不会有很大影响，不必过于担心。但如果吃得多，且服药时间长，或者是抗病毒药物，对胎儿是有影响的，需要引起重视。

孕早期有必要大补营养吗

怀孕初期，害喜症状可能会在一定程度上影响准妈妈的胃口。在饮食上，一般不提倡大补营养，主要以自己的喜好为主，想吃什么就吃什么。吐的比较厉害的孕妇，要注意吃一些清淡、容易消化的食物。等进入孕中期，孕吐反应消失，这时再补营养也来得及。

拥挤的交通，会造成危险吗

在大城市的上下班高峰时段，地铁、公车的车厢内都比较拥挤。其实，拥挤对孕妇的影响并不大。但有早孕反映的孕妇一定要注意空气的流通，憋闷的车厢可能会对母-子有不良影响。

当心辐射

日常生活中，究竟哪些辐射会对胎儿造成影响，目前我们还难以说清，因此，新华医院妇产科的杨主任还是建议孕妇们穿防辐衣，看电视时离电视远些，微波炉使用时要走开，不要将手机挂在胸前。

让自己休息好

前文中已经提到，在怀孕初期，孕妈咪容易感到疲累，因此需要适当休息。况且，过度劳累容易造成孕妇流产，尤其是那些高龄产妇、有过流产史、患有某些慢性疾病的孕妇，需格外注意休息。在这三个月里，孕妈咪要避免过于劳累，避免剧烈运动，避免情绪激动，让自己尽量保持良好的精神状态。

性-爱要节制

怀孕初期是胎儿最不稳定的时期，为了“稳妆胎儿，让他安心在你的体内继续住下去，你在刚怀孕的3个月里要尽量避免房事。尤其是高龄产妇及有过流产史的孕妈咪，一定要暂时休止房事，以免宝宝出事。

初期产检

确诊怀孕后，准妈妈在孕12周时需到街道医院进行初次产前检查，并建立孕妇联系保健手册。以后的产前检查，可以选择在二级医院或决定分娩所在的医院里进行。

产前诊断

每个孕妇都希望生一个健康好宝宝，因此，产前诊断就显得相当重要了。产前诊断能排除一些主要的异常，最早在孕8周时就可以做。目前，最常用的染色体检查方式是绒毛检查和外周血筛查。当然，绒毛检查和外周血筛查都不是确诊的检查，如果在检查中发现孩子可能有异常，那么就需要在孕16-20周时做羊膜腔穿刺，做进一步确诊。

小贴士

哪些人最需要做产前诊断

产前诊断中，绒毛检查的方式可能会对胎儿造成一定损伤，甚至导致流产。因此，一般大于35岁、生过不健康、健全的孩子、家族里有遗传病史、服用过有有害药物或曾感染病毒的孕妇才需要接受绒毛检查(上述孕妇在怀孕前应到医疗保健机构进行遗传咨询);一般孕妇只要做外周血筛查。如发现异常，则再做羊膜腔穿刺来进行确诊。

准妈妈需要养成的好习惯

☆勤刷牙

由于孕吐反应，准妈妈需要勤刷牙，以避免牙齿遭呕吐残留物的摧残;另外，刚怀孕的准妈妈喜欢吃酸的食物，而这些酸的食物最容易把牙齿弄坏了。

☆走路小心

怀孕最初的3个月，最容易引起流产，准妈妈出行、上下楼、进出浴室时一定要当心，避免摔倒。

☆吃药尊医嘱

如果身体有什么异样、不适，最好去妇产科就诊，绝不可以自己随意用药。以前一直服用的药物，也需要在医生同意后才能继续服用。

☆不接触烟酒

不接触烟酒，不仅仅是指自己不抽烟不喝酒，还包括平时不在有烟环境内久呆，被动吸烟也会对孩子造成伤害。

**最新证明格式简短四**

1、证明格式。

2、必有信息：单位名称(注册全称)，离职者姓名，离职者曾任职务，在职时间，证明开具日期，开具日期处加盖公章(“骑年压月”)。另外，一般写明身份证号，因为那才是唯一的。

3、有竞业限制协议且公司方面支付了补偿金的，建议在离职证明里加以说明竞业限制约定。

4、页眉打印有公司logo——宣传公司形象。可以选择是否添加公司联系方式。

5、一般用a4纸打印(档案管理标准)，现实中也有些公司采取一式两份中间分割处盖骑缝章的方式。

6、无错别字，不允许篡改，若填写证明时出错建议重新开具。

7、现在的证明一般是在留存的空白版本基础上添加变动信息后打印，看上去整洁，美观，便于存档。不建议使用便笺手写。

兹证明xx自xx年xx月xx日入职我公司担任xx部门xx岗位，至xx年xx月xx日因xx原因申请离职，在此工作期间无不良表现，工作良好，同事关系融洽，期间曾被授予“xx”称号(荣誉)。经公司慎重考虑准予离职，已办理交接手续。

因未签订相关保密协议，遵从择业自由。

特此证明

公司盖章

日期： 年 月 日

兹证明xxx先生/女士/小姐原系我司市场开发部职员，在职时间为xx年04月01日至20xx年07月31日。现已办理所有离职手续。特此证明!

公司名称(加盖公章)

日期： 年 月 日

\_\_\_\_\_\_\_先生/女士/小姐，自\_\_\_\_年\_\_月\_\_日至\_\_\_\_年\_\_月\_\_日在我公司担任\_\_\_\_\_\_\_\_(部门)的\_\_\_\_\_\_\_职务，由于\_\_\_\_\_\_\_\_\_原因提出辞职，与公司解除劳动关系。以资证明!

公司名称(加盖公章)

日期： 年 月 日

**最新证明格式简短五**

住房公积金贷款收入证明格式

\_\_\_\_\_\_住房公积金管理中心：

\_\_\_\_\_\_\_\_先生/女士，身份证号码\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_，系我单位正式职工，因购买住房向贵中心申请住房公积金贷款，特证明其工资收入情况如下：

该职工月工资收入(实发)为:\_\_\_\_仟\_\_\_\_百\_\_\_\_拾\_\_\_\_元(小写\_\_\_\_元)。至今日止，该职工在我单位已参加住房公积金制度。

特此证明

本单位对以上证明内容的真实性负责。

单位主管部门(签章)

20\_\_\_\_年\_\_\_\_月\_\_\_\_日

**最新证明格式简短六**

离职证明

先生/女士/小姐（身份证号

为 ）自20xx年01月01日入职

我公司担任人力资源 部 人力资源助理 职务，至20xx年07月31日因 个人 原

因申请离职，在职期间无不良表现，经协商一致，已办理离职手续。

因未签订相关保密协议，遵从择业自由。

特此证明。

公司名称（加盖公章）

20xx年07月31日

**最新证明格式简短七**

新单位要原单位的离职证明，是防止原单位追究新单位的责任，因为劳动法规定用人单位不得接未解除劳动关系的劳动者，原单位离职证明。

如果你与原单位不存在任何纠纷，可以向新单位写一份说明(或保证书)，说明自己与原单位属于临时用工性质，不存在任何劳动关系，如果新单位没有后顾之忧，估计就没问题了。

1)可以申请劳动仲裁，仲裁时效是一年，不知道你的时间过了没有，申请原单位补缴社会保险，同时需支付滞纳金和经济补偿金

2)新单位要离职证明原件，用途是什么?若是算年休假，最近单位即可。

1)没上保险的公司，你只需证明你们存在劳动关系即可以，工作证，工资条，劳动合同都能证明，至于将来申请劳动仲裁补缴多少，一般是有一个法定水平，不需要你花太多心思的

2)没签劳动合同的可以申请工资双倍补偿

以上的仲裁申请你只需证明你与违法用工单位存在劳动关系及在职时间有多久就可以了，其它的社保没缴纳，合同没签订，单位负有举证责任。

1.证明格式，离职证明格式《离职证明的格式》。

2.必有信息：单位名称(注册全称)，离职者姓名，离职者曾任职务，在职时间，证明开具日期，开具日期处加盖公章(“骑年压月”)。另外，一般写明身份证号，因为那才是唯一的。

3.有竞业限制协议且公司方面支付了补偿金的，建议在离职证明里加以说明竞业限制约定。

4.页眉打印有公司logo——宣传公司形象。可以选择是否添加公司联系方式。

5.一般用a4纸打印(档案管理标准)，现实中也有些公司采取一式两份中间分割处盖骑缝章的方式。

6.无错别字，不允许篡改，若填写证明时出错建议重新开具。

7.现在的证明一般是在留存的空白版本基础上添加变动信息后打印，看上去整洁，美观，便于存档。不建议使用便笺手写。

**最新证明格式简短八**

致德国大使馆签证处

兹证明我公司先生(您的职务和姓名，括号中填护照号)(护照号码：)，将于200\*年\*月\*\*日前往德国进行商务考察，并将于200\*年\*月\*\*日返回中国。先生已在我公司工作超过n年，月收入n元。此次商务费用将由(公司、或邀请方、或您本人)承担。我公司保证(您的姓名)先生在德期间会遵守当地法律，并将按时回国继续工作。

此致

敬礼

单位：盖章

(负责人签字) 20xx年12月21日

传真：+86-10-

地址：

本DOCX文档由 www.zciku.com/中词库网 生成，海量范文文档任你选，，为你的工作锦上添花,祝你一臂之力！