

AL-ANON

W Grupach Rodzinnych Al-Anon są ludzie, którzy rozumieją nasze doświadczenia, ponieważ mają lub mieli problemy tego samego rodzaju. Tu możemy się spotykać i rozmawiać z tymi, którzy znaleźli odwagę i siłę do uczenia się nowego sposobu pomocy.

Opracowano na podstawie broszury
„Do rodziców alkoholika”

AL-ANON

Dzięki Al-Anon:

- * Zrozumiałam, że alkoholizm jest chorobą – Zosia
- * Ciągłe udoskonalam siebie – Janek
- * Uświadomiłam sobie, że nie jestem przyczyną tej choroby – Ala
- * Zobaczyłam, że nie jestem sama z tym problemem. Jest nas dużo w Polsce i innych krajach – Hala
- * Przestałam się bać wszystkiego i wszystkich – Wiesia
- * W Al-Anon spotkałam ludzi, którym mogłam zaufać, ponieważ mieli ten sam problem co ja i rozumieli mnie, jak nikt dotychczas – Krysia
- * Dziś jestem wdzięczna Al-Anon za moje nowe życie i pragnę, aby nazwa Al-Anon znana była wszystkim tym, którzy mogą potrzebować pomocy – Ola

AL-ANON



Grupa Al-Anon
.....
.....
Telefon do Regionu
e-mail do Regionu

**Przyjdź do nas! Czekamy na Ciebie
tak jak czekano na nas!**

Adres Biura:

Stowarzyszenie Służb Grup Rodzinnych Al-Anon
Osiedle Wichrowe Wzgórze 12c, 61-675 Poznań
tel. 61 828 93 07
e-mail: stowarzyszenie@al-anon.org.pl

www.al-anon.org.pl



- * Jeżeli picie bliskiej osoby przeszkadza Ci normalnie żyć...
- * Jeżeli wydaje Ci się, że gdyby on lub ona przestali pić, to Twoje życie byłoby lepsze...
- * Jeżeli często zadajesz sobie pytanie: dlaczego on lub ona piją, i szukasz winy także w sobie...

Zaufaj nam. My też kiedyś szukaliśmy pomocy...

- * We wspólnocie Al-Anon dzielimy się doświadczeniem, siłą i nadzieją.
- * Uczymy się, jak poradzić sobie w trudnych sytuacjach związanych z piciem naszych bliskich.
- * Nie bój się! Jeżeli nie będziesz chciał, nie musisz nic mówić. Nikt też nie będzie Cię o nic pytał. Przyjdź tylko i bądź z nami.
- * Główną zasadą naszych spotkań, zwanych mityngami, jest całkowita dyskrecja i anonimowość.

Spis wszystkich grup Al-Anon w Polsce
znajduje się na stronie:
www.al-anon.org.pl

Spotkanie internetowe grupy „Siła”
w każdą środę o godz. 20.00
<http://www.al-anon.org.pl/emityng/index.html>



**Teraz już wiesz,
gdzie możesz znaleźć pomoc.
Wybór należy do Ciebie!**

Grupy Rodzinne Al-Anon są wspólnotą krewnych i przyjaciół alkoholików. Istnieją one w tym celu, aby rozwiązywać wspólne problemy przez dzielenie się swoim doświadczeniem, siłą i nadzieją. Jesteśmy przekonani, że alkoholizm jest chorobą rodzinną i że zmiana naszego nastawienia może przyczynić się do jej wyleczenia.

Al-Anon nie jest związany z żadną sektą, wyznaniem, ugrupowaniem politycznym, organizacją lub z jakąkolwiek instytucją. Nie bierze udziału w żadnych sporach. W sprawach nie dotyczących wspólnoty, Al-Anon nie zajmuje żadnego stanowiska, nie popiera ich ani nie odrzuca. W Al-Anon nie ma składek członkowskich. Al-Anon jest samowystarczalny dzięki dobrowolnym datkom uczestników spotkania.

Jedynym motywem działania w Al-Anon jest niesienie pomocy rodzinom alkoholików. Realizujemy to przez praktykowanie Dwunastu Stopni, przez serdeczne przyjmowanie i dodawanie otuchy rodzinom alkoholików, oraz zrozumienie i dodawanie odwagi samemu alkoholikowi.

Preambuła do Dwunastu Stopni Al-Anon