

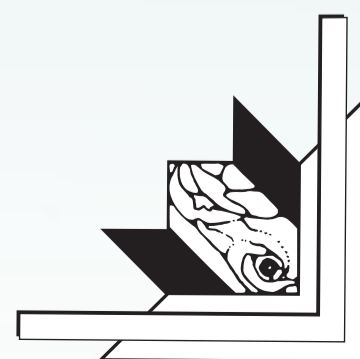
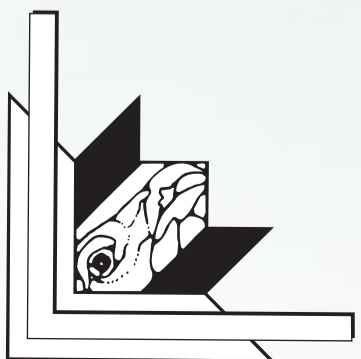
# Grupy **Rodzinne** Al-Anon

Siła i nadzieja dla rodzin i przyjaciół alkoholików

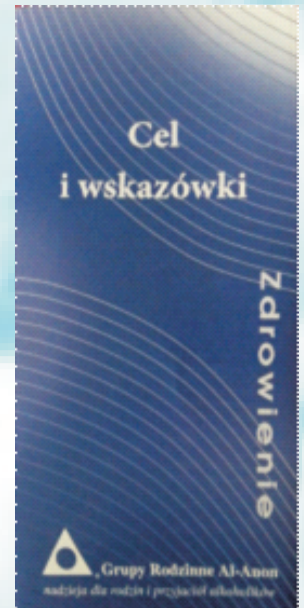
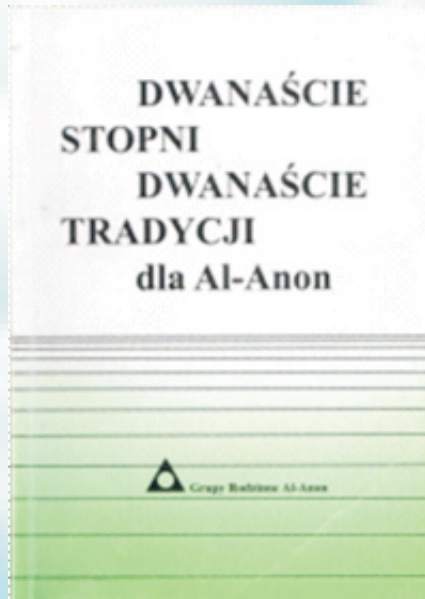
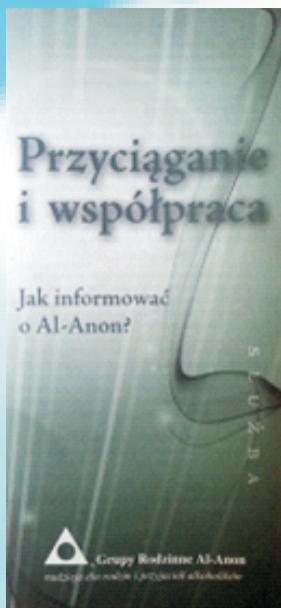
# 2024 rok

## Akceptacja i miłość drogą do jedności

Myśl przewodnia na XXVII Konferencję Służby Krajowej  
Grup Rodzinnych Al-Anon



KM.42.1.2024



**„Odpocznij; pole, które odpoczęło, daje piękne plony”**

### **Krok Pierwszy**

Przyznaliśmy, że jesteśmy bezsilni wobec alkoholu – że nasze życie przestało się poddawać kierowaniu.

### **Tradycja Pierwsza**

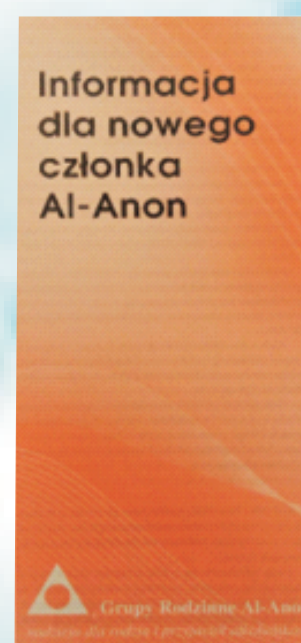
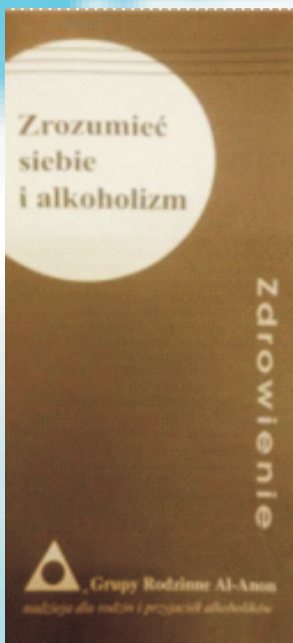
Nasze wspólne dobro powinno być stawiane na pierwszym miejscu; postęp osobisty większości zależy od jedności.

### **Koncepcja Pierwsza**

Największa odpowiedzialność za służby światowe Al-Anon oraz władza nad nimi należą do grup Al-Anon.

## **Styczeń 2024**

<b>Pn</b>	<b>Wt</b>	<b>Śr</b>	<b>Cz</b>	<b>Pt</b>	<b>Sb</b>	<b>Nd</b>
<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>	<b>6</b>	<b>7</b>
<b>8</b>	<b>9</b>	<b>10</b>	<b>11</b>	<b>12</b>	<b>13</b>	<b>17</b>
<b>15</b>	<b>16</b>	<b>17</b>	<b>18</b>	<b>19</b>	<b>20</b>	<b>21</b>
<b>22</b>	<b>23</b>	<b>24</b>	<b>25</b>	<b>26</b>	<b>27</b>	<b>28</b>
<b>29</b>	<b>30</b>	<b>31</b>				



„Rób to, co możesz, tym, co masz, tam, gdzie jesteś”

### Krok Drugi

Uwierzyliśmy, że Siła większa od nas samych może nam przywrócić zdrowy rozsądek.

### Tradycja Druga

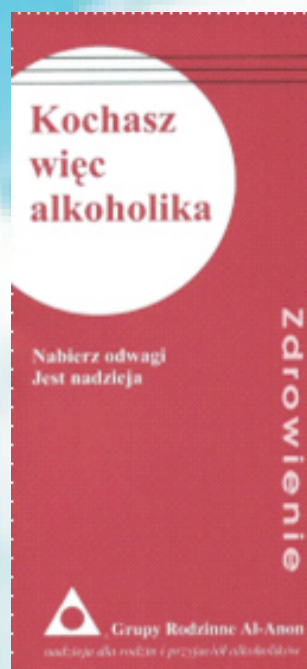
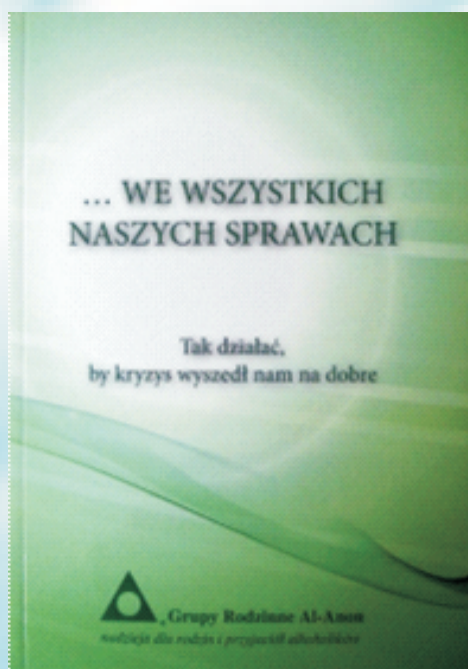
Z uwagi na nasz wspólny cel jest tylko jeden autorytet: kochający Bóg, jaki może się wyrazić w zbiorowym sumieniu. Nasi liderzy są jedynie zaufanymi sługami: oni nie rządzą.

### Koncepcja Druga

Grupy Rodzinne Al-Anon powierzyły pełną władzę administracyjną i wykonawczą swojej Konferencji i jej organom służby.

## Luty 2024

Pn	Wt	Śr	Cz	Pt	Sb	Nd
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29			



**„Żeby promień słońca mógł wpaść przez okno, trzeba najpierw podnieść żaluzje”**

### Krok Trzeci

Podjęliśmy decyzję, aby oddać swoją wolę i swoje życie pod opiekę Boga – *takiego, jak Go rozumieliśmy.*

### Tradycja Trzecia

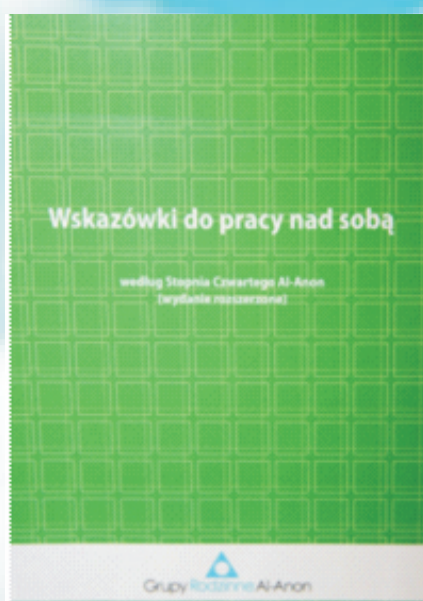
Krewni alkoholików, zbierający się w celu wzajemnej pomocy, mogą nazywać siebie Grupą Rodzinną Al-Anon, jeśli jako grupa nie mają innych powiązań. Jedynym warunkiem członkostwa jest to, że ktoś z ich krewnych lub przyjaciół ma problem alkoholizmu.

### Koncepcja Trzecia

Skuteczne zarządzanie jest możliwe dzięki prawu do podejmowania decyzji.

## Marzec 2024

Pn	Wt	Śr	Cz	Pt	Sb	Nd
				1	2	3
Urodziny Lois				Spotkanie Służby Krajowej i Delegatów Regionów w Krzydlinie Region Dolnośląski		
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31



**„Najwyższą formą mądrości jest uprzejmość”**

#### **Krok Czwarty**

Zrobiliśmy swoją wnikliwą i odważną inwenturę moralną.

#### **Tradycja Czwarta**

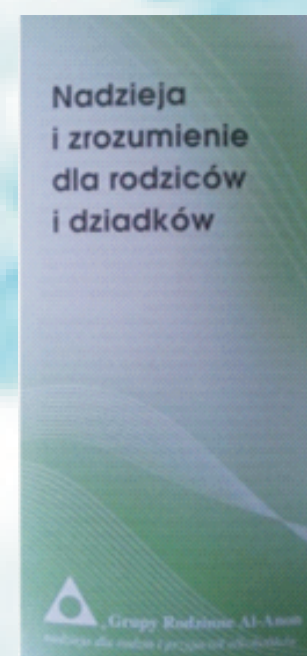
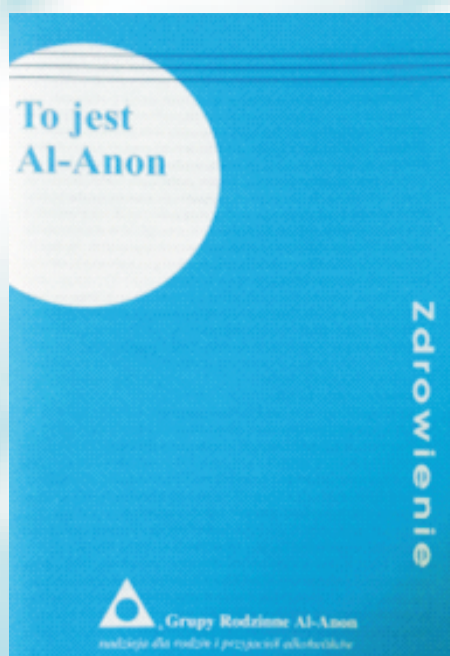
Każda grupa powinna być niezależna, z wyjątkiem spraw wpływających na inną grupę Al-Anon bądź Al-Anon lub AA jako całość.

#### **Koncepcja Czwarta**

Uczestniczenie to klucz do harmonii.

## **Kwiecień 2024**

<b>Pn</b>	<b>Wt</b>	<b>Śr</b>	<b>Cz</b>	<b>Pt</b>	<b>Sb</b>	<b>Nd</b>
<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>	<b>6</b>	<b>7</b>
<b>8</b>	<b>9</b>	<b>10</b>	<b>11</b>	<b>12</b>	<b>13</b>	<b>14</b>
<b>15</b>	<b>16</b>	<b>17</b>	<b>18</b>	<b>19</b>	<b>20</b>	<b>21</b>
<b>22</b>	<b>23</b>	<b>24</b>	<b>25</b>	<b>26</b>	<b>27</b>	<b>28</b>
<b>29</b>	<b>30</b>					



**„Cierpliwość to klucz do raju”**

**Krok Piąty**

Wyznaliśmy Bogu, sobie i innemu człowiekowi, jaka dokładnie jest natura naszych błędów.

**Tradycja Piąta**

Każda Grupa Rodzinna Al-Anon ma tylko jeden cel: pomoc rodzinom alkoholików. Robimy to *sami*, praktykując Dwanaście Kroków AA, wspierając naszych bliskich dotkniętych alkoholizmem i okazując im zrozumienie oraz życzliwie przyjmując rodziny alkoholików i dając im poczucie bezpieczeństwa.

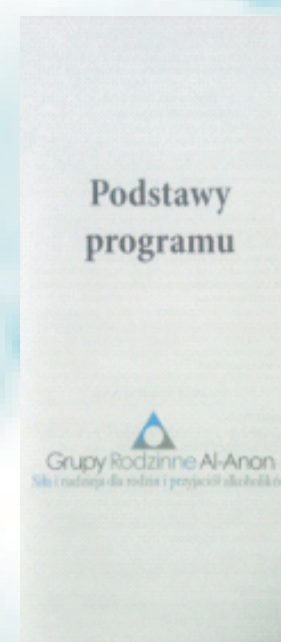
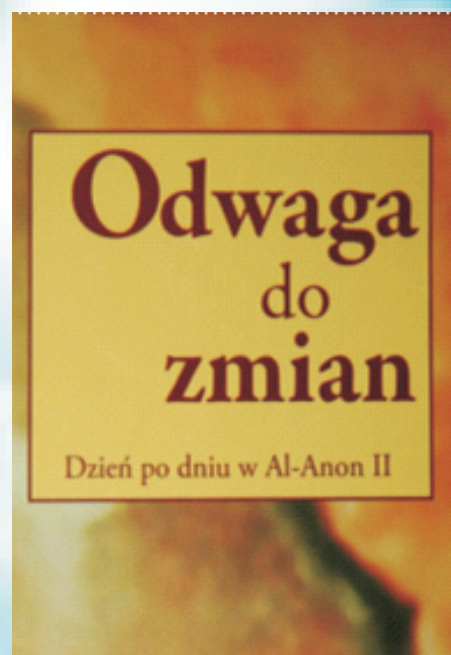
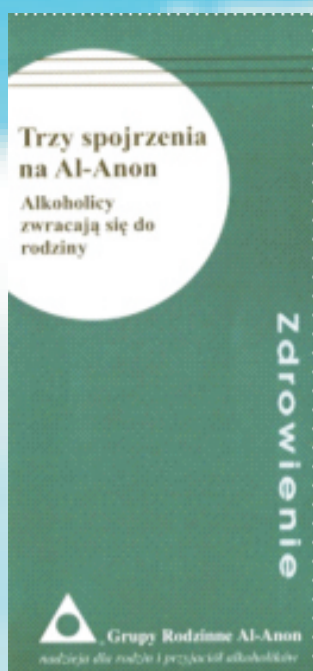
**Koncepcja Piąta**

Prawo apelacji i prawo do składania petycji chronią mniejszości i gwarantują im, że zostaną wysłuchane.

**Maj 2024**

Pn	Wt	Śr	Cz	Pt	Sb	Nd
		<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>
<b>6</b>	<b>7</b>	<b>8</b>	<b>XXVII Konferencja Służby Krajowej Grup Rodzinnych Al-Anon – Region Warszawski</b>			
			<b>9</b>	<b>10</b>	<b>11</b>	<b>12</b>
<b>13</b>	<b>14</b>	<b>15</b>	<b>16</b>	<b>17</b>	<b>18</b>	<b>19</b>
<b>20</b>	<b>21</b>	<b>22</b>	<b>23</b>	<b>24</b>	<b>25</b>	<b>26</b>
<b>27</b>	<b>28</b>	<b>29</b>	<b>30</b>	<b>31</b>		

**Maj – miesiąc literatury Al-Anon**



**„Nigdy nie odnajdziesz samego siebie, dopóki nie zmierzysz się z prawdą”**

### Krok Szósty

Byliśmy całkowicie gotowi na to, by Bóg usunął te wszystkie wady charakteru.

### Tradycja Szósta

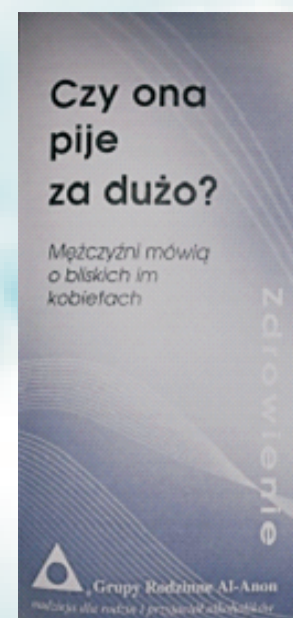
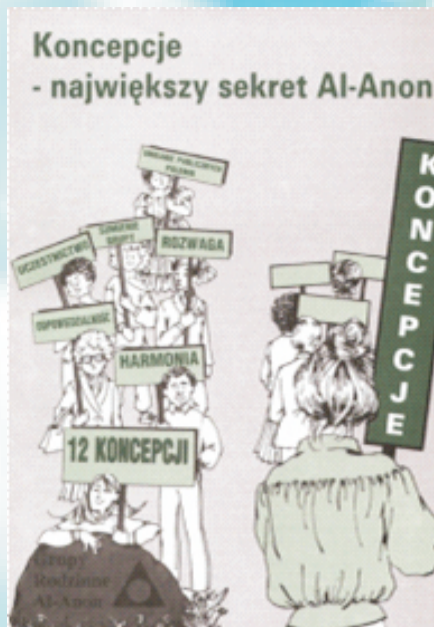
Nasze Grupy Rodzinne nie powinny nigdy popierać czy finansować żadnego zewnętrznego przedsięwzięcia ani używać mu swej nazwy, aby problemy finansowe, majątkowe i prestiżowe nie oddalały nas od naszego podstawowego celu duchowego. Mimo odrębności powinniśmy zawsze współpracować z Anonimowymi Alkoholikami.

### Koncepcja Szósta

Konferencja uznaje, że powiernicy ponoszą główną odpowiedzialność za sprawy administracyjne.

## Czerwiec 2024

Pn	Wt	Śr	Cz	Pt	Sb	Nd
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30



**„Umysł rozwija się dzięki temu, czym jest karmiony”.**

**Krok Siódmy**

Pokornie prosiliśmy Go, aby usunął nasze braki.

**Tradycja Siódma**

Każda grupa powinna być całkowicie samowystarczalna, odmawiając przyjmowania datków z zewnątrz.

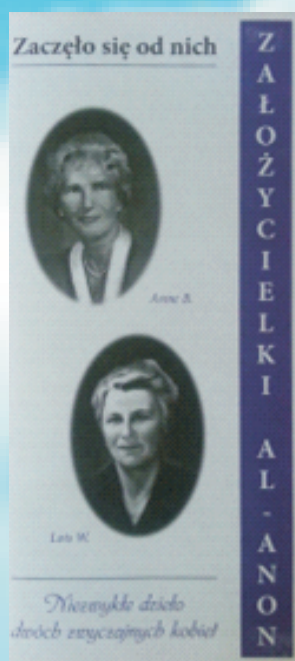
**Konceptcja Siódma**

Powiernicy mają prawa ustawowe, natomiast uprawnienia Konferencji mają charakter tradycyjny.

# Lipiec 2024

Pn	Wt	Śr	Cz	Pt	Sb	Nd
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				





**„Zmień swoje myślenie, a zmienisz swój świat”.**

### Krok Ósmy

Zrobiliśmy listę wszystkich osób, które skrzywdziliśmy, i staliśmy się gotowi zadośćuczynić im wszystkim.

### Tradycja Ósma

Praca Dwunastego Kroku w Al-Anon zawsze powinna mieć charakter niezawodowy, ale nasze służby mogą zatrudniać niezbędnych pracowników.

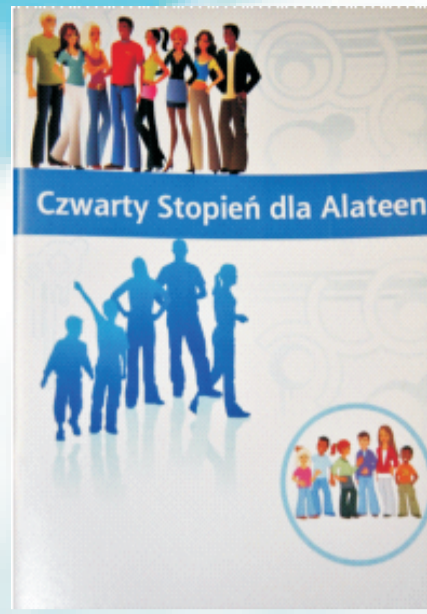
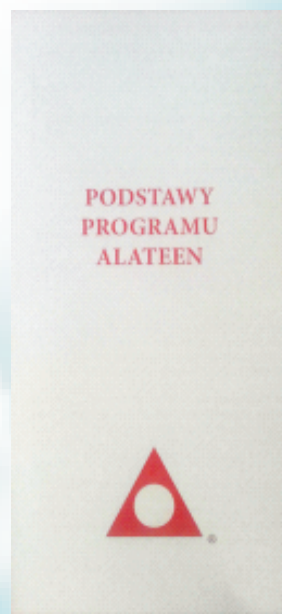
### Koncepcja Ósma

Całą władzę potrzebną do bieżącego zarządzania centralą Al-Anon Rada Powierników przekazuje komitetom wykonawczym.

## Sierpień 2024

Pn	Wt	Śr	Cz	Pt	Sb	Nd
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	

**Sierpień – miesiąc narodzin Al-Anon w Polsce dla upamiętnienia Anny i Marii, założycielek pierwszej grupy**



**„Lata mogą pomarszczyć skórę, lecz zrezygnowanie z entuzjazmu pomarszczy duszę”.**

**Krok Dziewiąty**

Zadośćuczyniliśmy tym ludziom bezpośrednio, gdy tylko było to możliwe, z wyjątkiem sytuacji, gdy zraniłoby to ich samych lub kogoś innego.

**Tradycja Dziewiąta**

Nasze grupy, jako takie, nie powinny nigdy stać się organizacją, ale możemy tworzyć komitety lub zespoły odpowiedzialne bezpośrednio przed tymi, którym służą.

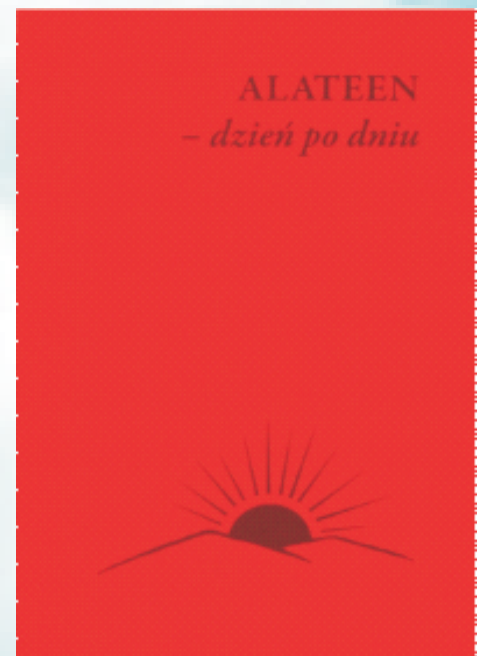
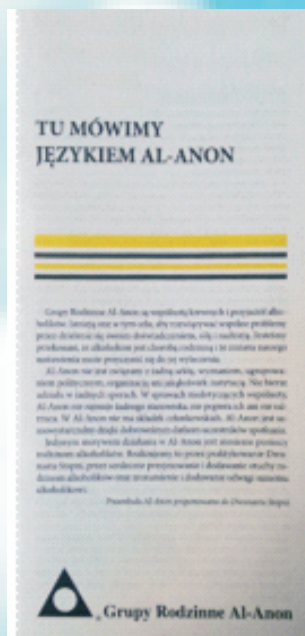
**Koncepcja Dziewiąta**

Na wszystkich poziomach służby konieczne jest dobre, osobiste kierowanie. Na płaszczyźnie służby światowej główne zarządzanie obejmuje Rada Powierników.

# Wrzesień 2024

Pn	Wt	Śr	Cz	Pt	Sb	Nd
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30						

**Wrzesień – miesiąc Alateen**



**„Najważniejszą rzeczą jest nie przestawać pytać”.**

**Krok Dziesiąty**

Robiliśmy w dalszym ciągu osobistą inwenturę, niezwłocznie przyznając się do popełnianych błędów.

**Tradycja Dziesiąta**

Grupy Rodzinne Al-Anon nie mają opinii o sprawach zewnętrznych, dzięki czemu nasze imię nigdy nie powinno zostać uwikłane w publiczne polemiki.

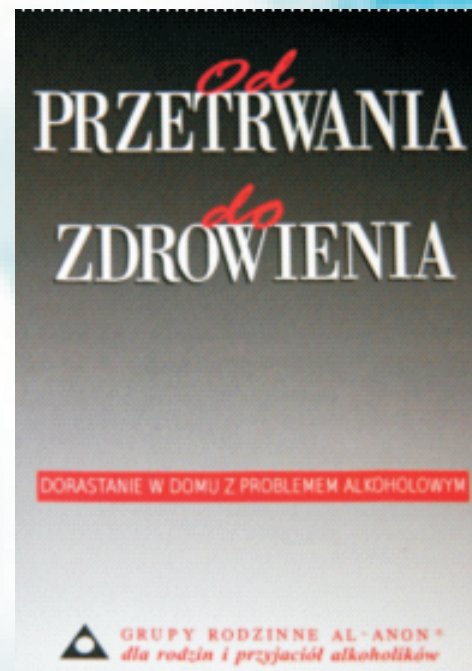
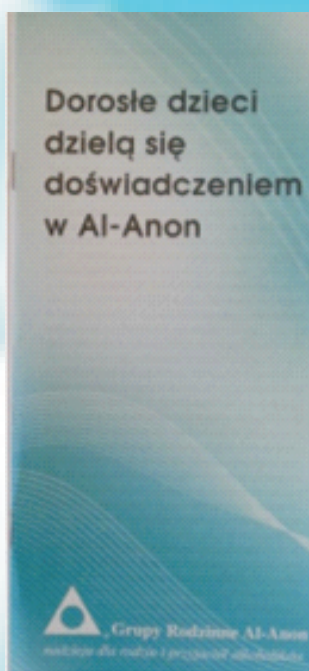
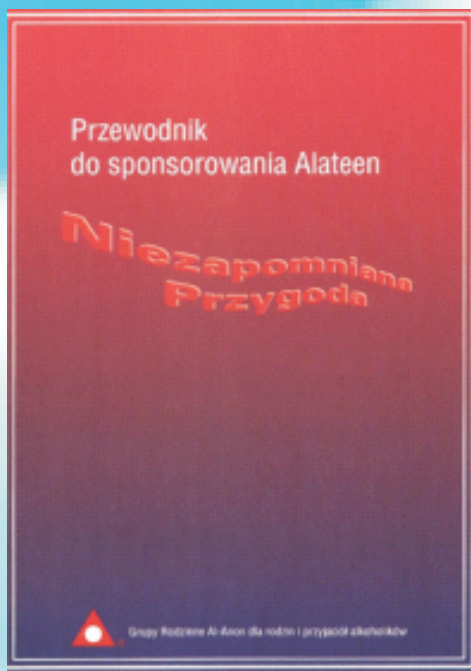
**Koncepcja Dziesiąta**

Odpowiedzialność służby jest zrównoważona przez dokładne określenie jej uprawnień i przez unikanie podwójnego zarządzania.

# Październik 2024

Pn	Wt	Śr	Cz	Pt	Sb	Nd
				Spotkanie Służby Krajowej i Reprezentantów Regionów w Szczecinie Region Zachodniopomorski		
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			

**Październik – miesiąc Informacji Publicznej**



**„Cała chwała pochodzi z odwagi, by rozpocząć”.**

### Krok Jedenasty

Dążyliśmy przez modlitwę i medytację do poprawy swojego świadomego kontaktu z Bogiem – *takim, jak Go rozumieliśmy* – modląc się jedynie o poznanie Jego woli względem nas i o siłę do jej wypełniania.

### Tradycja Jedenasta

Nasze zasady kontaktowania się ze społeczeństwem opierają się na przyciąganiu, a nie reklamowaniu; powinniśmy zawsze zachowywać osobistą anonimowość w kontaktach z prasą, radiem, filmem i telewizją. Ze szczególną uwagą powinniśmy chronić anonimowość wszystkich członków AA.

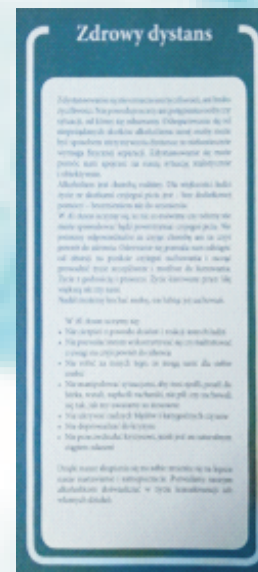
### Koncepcja Jedenasta

Biuro Służby Światowej składa się z wybranych komitetów, kadry kierowniczej oraz zespołu pracowników.

## Listopad 2024

Pn	Wt	Śr	Cz	Pt	Sb	Nd
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	

**Listopad – miesiąc Grup Al-Anon Dorośle Dzieci**



**„Nic nie przyniesie ci spokoju, tylko ty sam”.**

**Krok Dwunasty**

Doświadczony duchowego przebudzenia jako rezultatu tych Kroków, staraliśmy się nieść to przesłanie innym ludziom, a zasady te stosować we wszystkich swoich sprawach.

**Tradycja Dwunasta**

Anonimowość jest duchową podstawą wszystkich naszych Tradycji, zawsze przypomina nam, by stawiać zasady przed względami osobistymi.

**Koncepcja Dwunasta**

Duchowy fundament światowych służb Al-Anon jest zawarty w Ogólnych Gwarancjach Konferencji, w Dwunastym Artykule Karty.

# Grudzień 2024


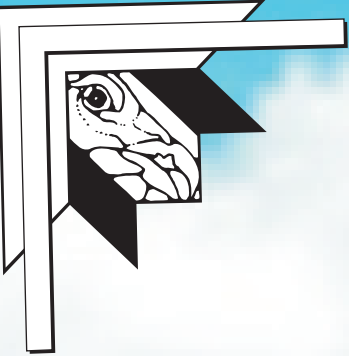
Pn	Wt	Śr	Cz	Pt	Sb	Nd
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

## Literatura Al-Anon

Lp.	Symbol	Tytuł
1	AR-2	Al-Anon dawniej i dziś - krótka historia
2	B-4	Rozterki w małżeństwie z alkoholikiem
3	B-6	Dzień po dniu w Al-Anon
4	B-8	Dwanaście Stopni i Dwanaście Tradycji dla Al-Anon
5	B-15	...We wszystkich naszych sprawach
6	B-16	Odwaga do zmian (format A6)
7	B-16	Odwaga do zmian (format A5)
8	B-21	Od przetrwania do zdrowienia
9	M-26	Modlitwa o pogodę ducha
10	M-78	Sponsorowanie – razem pracujemy, aby zdrowieć
11	P-1	Al-Anon jest również dla mężczyzn
12	P-3	Alkoholizm. Zaczarowane koło zaprzeczeń
13	P-6	Uwolnienie od rozpacz
14	P-7	Przewodnik dla rodziny alkoholika
15	P-9	Jak mogę pomóc moim dzieciom?
16	P-11	Historia Lois. Al-Anon od początku
17	P-13	Cel i wskazówki
18	P-14	Kochasz więc alkoholika
19	P-15	Trzy spojrzenia na Al-Anon
20	P-16	Do rodziców alkoholika
21	P-19	Co TY robisz, gdy alkoholik pije?
22	P-31	Sponsorowanie. O co chodzi w sponsorowaniu?
23	P-32	To jest Al-Anon
24	P-33	Anonimowość w Al-Anon. Dlaczego?
25	P-35	Dlaczego Literatura Aprobowana przez Konferencję (LAK)
26	P-47	Dorośle dzieci dzielą się doświadczeniem w Al-Anon
27	P-48	Zrozumieć siebie i alkoholizm
28	P-53	Tu mówimy językiem Al-Anon
29	P-57	Koncepcje – największy sekret Al-Anon?
30	P-62	Czy ona pije za dużo?
31	P-87	Założycielki Al-Anon
32	P-88	Sponsorowanie w służbie
33	P-91	Wskazówki do pracy nad sobą (wydanie rozszerzone)
34	P-94	Nadzieja i zrozumienie dla rodziców i dziadków
35	S-4	Informacja dla nowego członka Al-Anon
36	S-17	Masz kłopoty z powodu czyjegoś picia
37	S-19	Zdrowy dystans
38	S-25	Dorastałeś u boku osoby pijącej? Al-Anon jest dla Ciebie!
39	S-40	Przyciąganie i współpraca
40		Kartka Al-Anon
41		Dziedzictwo

## Literatura Alateen

Lp.	Symbol	Tytuł
1	B-10	Alateen - dzień po dniu
2	B-3	Alateen. Nadzieja dla dzieci alkoholików
3	P-44	Co to znaczy „pijany” mamusiu?
4	S-20	Czy na Twoje życie wpłynęło picie innej osoby? Alateen jest dla Ciebie!
5	P-64	Czwarty Stopień dla Alateen
6	P-18	Dwanaście Stopni i Dwanaście Tradycji dla Alateen
7	P-67	Kochani Mamo i Tato
8	P-86	Niezapomniana przygoda. Przewodnik do sponsorowania Alateen
9	M-18	Podstawy programu Alateen
10	M-9	Sposób postępowania dla Alateen



Kalendarz powstał za zgodą Rady Powierników  
dzięki współpracy Komitetu Informacji Publicznej  
z Komitetem Literatury.

Cytaty zostały zaczerpnięte z książki:

***Odwaga do zmian*** *Dzień po dniu w Al-Anon II,*  
Wydanie I, Poznań 2015

Zdjęcia - fiszki książek i broszur



Kontakt: [www.al-anon.org.pl](http://www.al-anon.org.pl)

Stowarzyszenie Służb Grup Rodzinnych Al-Anon

skrytka pocztowa 14

60-980 Poznań

tel. 618 289 307

e-mail: [stowarzyszenie@al-anon.org.pl](mailto:stowarzyszenie@al-anon.org.pl)

