



REGION GALICJA
ZAPRASZA
na 46. WARSZTATY
AL-ANON
w TENCZYNI
09 - 11 października 2026

Myśl przewodnia: *Jeżeli pragniemy mieć się lepiej i odzyskać spokój sumienia, powinniśmy zrobić wszystko, co możemy, by wynagrodzić to, czego żałujemy.*

/Alateen. Nadzieja dla dzieci alkoholików, s. 29/

PROGRAM WARSZTATÓW

Piątek 09.10.2026

od 17⁰⁰ Zakwaterowanie
18⁰⁰ - 18³⁰ Kolacja
18⁴⁵ - 20¹⁵ Rozpoczęcie warsztatów: *Dlaczego tu jestem?*
20³⁰ - 22⁰⁰ Mityng: *O czym nie chcę mówić?*

Sobota 10.10.2026

8⁰⁰ - 8³⁰ Śniadanie
8⁴⁵ - 10³⁰ Otwarcie warsztatów.
Mityng: *Przegląd moich szczególnych zdolności. (Koncepcja IX)*
11⁰⁰ - 12³⁰ Warsztat: *Jesteśmy odpowiedzialni wobec siebie. (Tradycja IX)*
13⁰⁰ - 13³⁰ Obiad
14³⁰ - 16⁰⁰ Warsztat: *Sprawdzian mojej uczciwości. (Krok IX)*
16¹⁵ - 17⁴⁵ Mityng: *Jak to jest dorastać w domu alkoholika lub alkoholiczki?*
18⁰⁰ - 18³⁰ Kolacja
18⁴⁵ - 20⁰⁰ Mityng: *Wszyscy jesteśmy twórcami... Czego?*
20³⁰ - 22⁰⁰ *Pogodny wieczór.*

Niedziela 11.10.2026

8⁰⁰ - 8³⁰ Śniadanie
8⁴⁵ - 10¹⁵ Mityng spikerski: *Program Al-Anon pomógł mi odnowić relacje małżeńskie.*
10³⁰ - 11⁴⁵ Zakończenie warsztatów: *Co zabieram ze sobą?*
13⁰⁰ - 13³⁰ Obiad

Prosimy zabrać ze sobą: chęć dzielenia się doświadczeniem, pragnienie poznania czegoś nowego i odwagę do zmian ☺

Wydarzenie towarzyszące: Mityng otwarty AA (sobota godz. 20:00)

ZAPRASZAMY NA NASTĘPNE WARSZTATY: 19 - 21 lutego 2027

18 - 20 czerwca 2027

08 - 10 października 2027

Informacje o warsztatach:
Estera ze Skawiny: 504319191
e-mail: esteraj@interia.pl

Zgłoszenia i rezerwacja miejsc:
Maria ze Skawiny: 507147149
e-mail: elamak@spoko.pl

Zaliczki należy wpłacać: **Maria ze Skawiny**
Nr konta: 54 1020 2892 0000 5002 0086 5014
Tytułem: **Imię, miejscowość, warsztaty Al-Anon październik 2026**

Koszt pobytu jednej osoby wynosi **300 zł** (w tym: 2 noclegi, 2 śniadania, 2 obiady, 2 kolacje). Posiłki są ujednolicone dla całej grupy. Od uczestników pobierana jest **bezzwrotna** zaliczka - **100 zł** (tytułem: **imię, miejscowość, warsztaty Al-Anon październik 2026**), a resztę wpłaca się na miejscu u organizatorów. Rezerwacji należy dokonać do **6 października 2026 r.** Pierwszeństwo rezerwacji mają te osoby, które decydują się na pełne uczestnictwo w Warsztatach Al-Anon w Tenczynie.

UWAGA!

- ❖ Organizatorzy **nie gwarantują** miejsca do spania ani wyżywienia osobom, które nie biorą pełnego udziału w warsztatach.
- ❖ Członkowie Alateen uiszczają wpisowe w wysokości **5 zł**.
- ❖ W trakcie Warsztatów Al- Anon w Tenczynie **jest możliwość zorganizowania mitingu Alateen**.
- ❖ Posiłki wegetariańskie są wydawane po ustaleniu mailowym lub telefonicznym z Esterą (dane j/w).

Dom Rekolekcyjny św. Franciszka z Asyżu - Bracia Kapucyni
Tenczyn 444, 32-433 Lubień
tel. +48 18 268 23 63
e-mail: domrekolekcyjny@kapucyni.pl

Deklaracja Al-Anon

Niech się zacznie ode mnie.
Jeżeli ktokolwiek gdziekolwiek
potrzebuje pomocy,
niech zawsze napotka
wyciągniętą do siebie dłoń
Al-Anon i Alateen.
Niech to będzie moja dłoń.
I niech się zacznie ode mnie.



Grupy Rodzinne Al-Anon
Siła i nadzieja dla rodzin i przyjaciół alkoholików