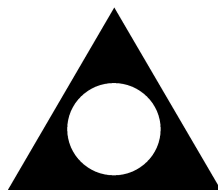


Dzięki Al-Anon

- Zrozumiałam, że alkoholizm jest chorobą - Zosia
- 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
- Bałam się 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
- Ciągle udoskonalam siebie - Janek
- Dziś jestem wdzięczna wspólnocie Al-Anon za moje nowe życie i pragnę, aby imię Al-Anon znane było wszystkim, którzy mogą potrzebować jego pomocy – Ola

Modlitwa o Pogodę Ducha

Boże
daj mi Pogodę Ducha,
abym zgadzał się z tym,
czego nie mogę zmienić.
Odwagę,
abym zmieniał to,
co zmienić mogę
i Mądrość,
abym umiał odróżnić
jedne sprawy od drugich.



Grupy Rodzinne Al-Anon

- Jeżeli picie bliskiej Ci osoby przeszkadza Tobie normalnie żyć
- Jeżeli wydaje Ci się, że gdyby on(a) przestała pić, to Twoje życie byłoby lepsze
- Jeżeli często zadajesz sobie pytanie: Dlaczego on(a) pije i szukasz winy także w sobie

Przyjdź do nas!

Grupa „Zaufanie”

(istnieje od 1985 roku)

Dąbrowa Górnicza
Klub Abstynenta „Blok”,
Przychodnia Rejonowa nr 5
ul. Adamieckiego 13

Mityng o godz. 18.00

W trzecią środę miesiąca
mityng otwarty
(dla wszystkich
zainteresowanych)

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

**TERAZ JUŻ WIESZ,
GDZIE JEST POMOC.
WYBÓR NALEŻY
DO CIEBIE!**

Czekamy na Ciebie, tak jak na nas czekano

- ♦ My też poszukiwaliśmy pomocy na zewnątrz, we wspólnotach Al-Anon
- ♦ Tu dzielimy się doświadczeniem, siłą i nadzieją.
- ♦ Tu uczymy się radzić w trudnych sytuacjach związanych z pićiem naszych bliskich

Nie bój się!

Nikt nie będzie Cię o nic pytał.
Przyjdź tylko i bądź z nami.

Jeżeli nie będziesz chciał(a)
nie musisz nic mówić.

Główną zasadą naszych
spotkań jest całkowita
dyskrecja.

Zaufaj nam. Zaufaj sobie.

preambuła

Grupy rodzinne Al-Anon są wspólnotą krewnych i przyjaciół alkoholików. Istnieją one w tym celu, aby rozwiązywać wspólne problemy poprzez 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. Wspólnota Al-Anon nie jest związana z żadną sektą, wyznaniem, ugrupowaniem politycznym, organizacją lub 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 samowystarczalna dzięki dobrowolnym datkom uczestników spotkania. Jedynym motywem działania Al-Anon jest niesienie pomocy rodzinom alkoholików. Realizujemy to przez: praktykowanie Dwunastu Stopni, serdeczne przyjmowanie i dodawanie otuchy rodzinom alkoholików oraz zrozumienie i dodawanie odwagi samemu alkoholikowi.