Anonyma Alkoholister

Välkommen till AA i Västerås

Koppargruppen | Hammarbygruppen | Ventilengruppen | Skiljebogruppen

Vad är Anonyma Alkoholister?

Anonyma Alkoholister är en gemenskap av män och kvinnor, som delar sina erfarenheter, förhoppningar och sin styrka med varandra för att söka lösa sitt gemensamma problem och hjälpa andra att tillfriskna från alkoholism.

Det enda villkoret för medlemskap är en önskan att sluta dricka.

AA kräver inga inträdes- eller medlemsavgifter. Vi är självförsörjande genom egna frivilliga bidrag. AA har ingen anknytning till någon religion, politisk organisation eller institution. Ej heller till annan rörelse av något slag.

Vi deltar inte i offentliga debatter och framträder varken som förespråkare för eller motståndare till något annat.

Vårt främsta syfte är att hålla oss nyktra och hjälpa andra alkoholister att uppnå nykterhet.

Fyra goda råd till en nykomling

Gå på så många möten du kan. I början begrep ingen av oss vad det handlade om. Det enda vi kände var att här fanns människor med samma problem och som hade hittat en lösning. För varje möte vi gick på började poletterna trilla ner och vi började tro att det fanns en lösning också för oss.

Ha ett öppet sinnelag. Du kanske inte gillar allt du hör och allt som står skrivet. Du behöver inte köpa hela AA på en gång. Ta bara med dig det du tycker om och lämna resten. Tids nog klarnar det.

Skaffa dig en sponsor (=mentor). Det är bra att ha någon att prata med mellan mötena, att få hjälp i stegarbetet och stöd i arbetet med att hitta en fungerande nykterhet. Leta på någon du känner förtroende för och fråga om han eller hon vill vara din fadder (sponsor).

Ta en dag i taget. AA kräver inget av dig, inga löften och inga måsten – vi vet vad sådana är värda. Men genom att bestämma oss för att inte ta det första glaset idag kan vi lättare hantera 24 nyktra timmar. Sedan tar vi ett nytt beslut i morgon...

Kontaktperson

Mötet med andra alkoholister

Förutom att gå ofta på AA-möten och träffa andra tillfrisknande alkoholister har de flesta av oss också hittat ovärderligt stöd, insikter och verktyg i vårt tillfrisknande genom att läsa AA:s omfattande litte-ratur. Till exempel Stora Boken, Leva Nykter, Tolv Steg och Tolv Traditioner, Kom till tro, Dagliga reflexioner m fl. Det är böcker skrivna av alkoho-lister för alkoholister.

Till dig som tvivlar brukar vi säga: Vi tänkte också som du, att vi skulle kunna klara detta ohanterliga problem på egen hand eller också så misströstade vi och intalade oss att detta var vårt förbannade öde.

Men verkligheten inom AA har visat att det finns en lösning, inom räckhåll för alla som vill ha den. Vi tror att villighet och ett öppet sinnelag är de bästa förutsättningarna. Vi trodde kanske att vi kunde hitta en enklare och mindre krävande väg – men det kunde vi inte. Tack vare erfarenheterna och stödet från de alkoholister som gått före oss, har vi också hittat en väg till tillfrisknande från en dödlig sjukdom.

AA-möten i Västerås

Veckodag	Tid	Plats
Måndag	**12-13**	**Koppargruppen**
Måndag	**13-14** ö	**Ventilengruppen**
Måndag	**19-20** ö	**Hammarbygruppen**
Tisdag	**18-19**	**Skiljebogruppen**
Tisdag	**19-20**	**Koppargruppen**
Tisdag	**19-20**	**Hammarbygruppen**
Onsdag	**18-19**	**Skiljebogruppen**
Onsdag	**12-13**	**Koppargruppen**
Onsdag	**19-20**	**Hammarbygruppen**
Torsdag	**18-19**	**Skiljebogruppen**
Torsdag	**19-20**	**Koppargruppen**
Torsdag	**19-20**	**Hammarbygruppen**
Fredag	**12-13** ö	**Koppargruppen**
Fredag	**18-19**	**Skiljebogruppen**
Fredag	**19-20**	**Hammarbygruppen**
Lördag	**11-12**	**Hammarbygruppen**
Lördag	**12-13**	**Koppargruppen**
Söndag	**15-16** m	**Hammarbygruppen**
Söndag	**17-18** ö	**Koppargruppen**

ö=öppet möte, m=meditationsmöte