

Al-Anon Familiegroepen in een notendop

Omschrijving

Al-Anon Familiegroepen zijn een wereldomvattende gemeenschap van familieleden en vrienden van mensen met een drankprobleem.

Iedereen die lijdt of geleden heeft onder het drankmisbruik van een familielid of vriend kan de vergaderingen bijwonen. De enige voorwaarde tot lidmaatschap is dat een familielid of vriend een drankprobleem heeft.

Het lidmaatschap is gratis.

Al-Anon heeft geen bindingen met sekten, kerken, politieke organisaties of welke andere instellingen dan ook en mengt zich in geen enkel geschil.

Al-Anon financiert zichzelf uit vrijwillige bijdragen van haar leden.

Wij wisselen ervaringen uit en putten kracht en hoop uit het Al-Anonprogramma dat gebaseerd is op de Twaalf Stappen van de AA.

Anonimiteit is één van de leidende beginselen waarop de werking van Al-Anon berust. Ledenlijsten bestaan niet, wij kennen enkel elkaars voornaam.

Alateen maakt deel uit van de Al-Anon Familiegroepen en is bedoeld voor de jongeren, die onder begeleiding van Al-Anonleden op een andere manier leren omgaan met het drankmisbruik van iemand in hun omgeving.

Doelstelling

In de eerste plaats leren leven met een drankzuchtige. Het leren aanvaarden dat alcoholisme een gezinsziekte is en de moed opbrengen met dat inzicht te leven.

Al-Anon leert ons een beter inzicht te krijgen in de ziekte van het alcoholisme en in alles wat dit met zich meebrengt.

Die kennis trachten we dagelijks toe te passen in de relatie met de alcoholist, niet altijd door woorden maar door onze houding tegenover hem/haar. We proberen niet langer de alcoholist te veranderen maar wél onze houding tegenover het probleem, wat veel meer resultaat heeft.

In Al-Anon leren we, mede door ons 12 Stappen-programma, het hoofd te bieden aan onze problemen van elke dag. We krijgen een beter inzicht in de specifieke problemen die ontstaan door de drankzucht van een familielid of vriend. We proberen samen op een andere manier om te gaan met de angsten, spanningen, onzekerheden en misgroeiingen in onze relatie tot de alcoholist, we leren rekening te houden met al wat met het alcoholprobleem samenhangt, we steunen elkaar.

Onder de begeleiding van een Al-Anonlid komen jonge mensen bij Alateen samen om:

Ervaringen, kracht en hoop te delen; hun moeilijkheden te bespreken; te leren om op een goede manier met hun problemen om te gaan; elkaar moed in te spreken; elkaar te helpen de principes van het Al-Anon programma te begrijpen.

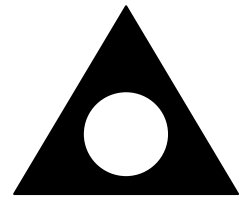
In Alateen leren de jongeren: dat dwangmatig drinken een ziekte is; dat ze niet de oorzaak zijn van iemands drankmisbruik of gedrag; dat ze alleen zichzelf en niemand anders kunnen veranderen; dat ze geestelijke en intellectuele gaven hebben waarmee ze hun eigen mogelijkheden kunnen ontwikkelen, onafhankelijk van wat er thuis gebeurt; dat ze in hun eigen levenservaringen voldoening kunnen vinden.

Wij nodigen u uit om verdere informatie te raadplegen op onze website www.al-anonvl.be.

Folders kunt u aanvragen op donderdag tussen 10.00 en 16.00 uur. Wij beschikken ook over een uitgebreide infomap die u per mail kunt aanvragen.

AL-ANON • ALATEEN

voor familie & vrienden van alcoholisten

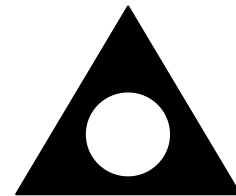


- AL-ANON:** Zelfhulpgroep voor personen die lijden of geleden hebben onder het drankmisbruik van hun omgeving.
- INFO:** **A.D.B.** Al-Anon, Helenalei 24, gelijkvloers, 2018 Antwerpen
Tel: 03/218.50.56, 24 uur op 24.
www.al-anonvl.be
Via het algemeen nummer worden hulpzoekenden verwezen naar de dichtstbijzijnde groepen.
Voor documentatie en folders: iedere donderdag tussen 10 en 15 uur.
- SECTOR:** Gezondheid
- TREFWOORD:** Zelfhulpgroep
- DOELGROEP:** Personen die moeilijkheden ondervinden door het alcoholmisbruik van partner, kind, ouder of vriend(in)...
- WERKING:** Groepsgesprekken waarin deelnemers:
- elkaar helpen door het uitwisselen van ervaringen
- inzicht verwerven in de verziekte levenssituatie
- kracht ontvangen om het alcoholprobleem een minder belangrijke rol in het leven te laten innemen.
Anonimiteit is een waarborg.
- DOELSTELLING:** Familieleden en vrienden van alcoholisten helpen groeien naar een gezond en evenwichtig leven.

Aangepast oktober 2007

AL-ANON • ALATEEN

voor familie & vrienden van alcoholisten



- ALATEEN:** Zelfhulpgroep voor kinderen die lijden of geleden hebben onder het drankmisbruik van een ouder, familielid of vriend.
- INFO:** **A.D.B.** Al-Anon, Helenalei 24, gelijkvloers, 2018 Antwerpen
Tel: 03/218.50.56, 24 uur op 24.
www.al-anonvl.be
Via het algemeen nummer worden hulpzoekenden verwezen naar de dichtstbijzijnde groepen.
Voor documentatie en folders: iedere donderdag tussen 10 en 15 uur.
- SECTOR:** Gezondheid
- TREFWOORD:** Zelfhulpgroep
- DOELGROEP:** Kinderen vanaf de leeftijd van 8 jaar
- WERKING:** Groepsgesprekken waarin de deelnemers:
- elkaar helpen door het uitwisselen van ervaringen
- de aandacht richten naar eigen geestelijke gezondheid
- kracht ontvangen om het drankprobleem een minder belangrijke rol in het leven te laten innemen.
De bijeenkomsten gaan door onder begeleiding van een Al-Anonlid.
Anonimiteit is een waarborg.
- DOELSTELLING:** Kinderen helpen groeien naar een gezond en evenwichtig leven.

Aangepast oktober 2007