

Ал-Анон - это Содружество родственников и друзей алкоголиков, которые считают, что на их жизнь повлияло пьянство близких. Это Программа, основой которой являются Двенадцать Шагов Анонимных Алкоголиков (АА). Это анонимная программа, которая сохраняет анонимность всех членов Ал-Анона, Алатина и АА.

Ал-Анон это - Всемирное Содружество, объединяющее свыше 29 тысяч групп в более чем 130 странах и существующее с 1951 года.

Помощь Ал-Анона БЕСПЛАТНА. В Ал-Аноне нет членских взносов. Содружество существует, благодаря добровольным пожертвованиям своих членов.

## Новости и события

- Комитет по работе в закрытых учреждениях начинает проводить встречи с родственниками алкоголиков, находящимися на лечении.
- Запланирована работа с отдельными родственниками алкоголиков из городов Казахстана, где нет групп Ал-Анон.
- Проводится организационная работа по подготовке большого семинара для членов групп Ал-Анон.
- Разрабатывается сайт Семейные группы Ал-Анон в Казахстане.
- Формируется инициативная группа по подготовке празднования даты 5 лет Ал-Анону в Казахстане и группы «Гулдену». Подготавливается презентация об Ал-Аноне в формате pptx и для юбилейного альбома.
- Интергруппой (ИСА) издается набор информационного материала о семейных группах Ал-Анон для новичков и для презентаций.

## Наши истории

Я пришла в Ал-Анон без всякой надежды на улучшение. Я унывала и это было мое естественное состояние на протяжении последних нескольких лет. Придя первый раз на группу, мне было очень жалко себя. Я принесла с собой за плечами целый мешок нерешаемых годами проблем: 15-ти летний брак с алкоголиком, сложные отношения с дочерью-подростком, обида на весь мир и особенно на свекровь, которая "сломала" мою семью и воспитала "бесхребетного сына-алкоголика". А еще у меня в голове жил другой мужчина, за которого я мысленно выходила замуж, цеплялась за свои фантазии и иллюзии, как за спасательный круг.

Прошло меньше года, я живу в тех же условиях. Внешне, со стороны ничего не изменилось, но меняюсь я. У меня налаживаются отношения с дочкой. Я поняла, как я была вредна дочери в состоянии безысходности.

Муж по-прежнему пьет, но я не ненавижу его, как раньше, а принимаю и его и нашу семейную болезнь - алкоголизм. Я перестала вести войны со свекровью в своей голове. И перестала мечтать о каком-то придуманном воспаленном воображением счастье. Я благодарю Бога за каждый прожитый день, и за ту помощь, которую Он дает мне через людей и программу, чтобы быть счастливой и спокойной здесь и сейчас. Многому предстоит еще научиться, но я принимаю себя со своим темпом выздоровления. Ведь я не за один день стала «унылой какашкой». Я постепенно меняюсь, и мне это нравится. Я продолжаю учиться жить день за днем, как предлагает программа.

Диана, жена алкоголика.  
Июнь, 2019 г. Алматы

## Наши истории

Я - мать алкоголика. Пройдя в содружестве Ал-Анон Двенадцать Шагов выздоровления поняла, что Двенадцатый Шаг - донесение смысла наших идей до других людей является для меня очень близким по духу. И я взяла на себя служение нести весть о содружестве другим людям. Недавно я побывала в Акимате района, где я проживаю, в отделе социальных вопросов неся весть о содружестве Ал-Анон. Оказалось, что меня там помнят. Три года назад, когда ещё не зная о существовании групп взаимопомощи, я поднимала вопрос о проблеме алкоголизма в семьях, об этой проблеме в моей семье, где сын - алкоголик. Тогда я находилась в очень болезненном состоянии на всех уровнях расстройтва. В моих словах были слышны боль и отчаяние, безвыходный круг проблем. Теперь, придя в эту же администрацию, я несла весть о существовании содружества, где можно найти

выход для отчаявшихся родственников зависимых людей. Я рассказывала, где можно найти помощь, поддержку и путь к выздоровлению. Перед ними сидела мать того же сына зависимого от алкоголя, но уже без видимых причин страдания и болезней, с блеском в глазах и уверенной осанкой. Я рассказывала о чудесах выздоровления в программе Двенадцать Шагов и семейных группах. Мне тогда показалось, что лучшего доказательства действия программы, чем мой сегодняшний облик не может и быть. Слушатели могли сравнить меня "до" и « после". Меня слушали внимательно не перебивая. Даже кое-кто из присутствующих поделился своими проблемами в семье. Радужно предоставили данные организаций района, в которых можно и нужно нести *весть* о семейных группах содружества Ал-Анон. Н. мама алкоголика, Алматы, 2019г.

## Расписание групп и темы собраний на июль

**Группа Гулдену**, г. Алматы, ул Макатаева, 10, 3 этаж, актовй зал. +7 707-311-70-69;

Дата	Время	Тема собрания
6 июля	10:30 – 12:30	1. Второй Шаг. По книге «12 шагов и 12 Традиций». 2. Рабочее собрание.
13 июля	10:30 – 12:30	1. Ежедневник День за днем в Ал-Аноне. 2. Осознание реальности. По книге «Как работает Ал-Анон». с. 26, с. 29-33
20 июля	10:30 – 12:30	1. Вторая Традиция. По книге «12 шагов и 12 Традиций». 2. Девизы Ал-Анона.
27 июля	10:30 – 12:30	Открытое собрание. 1. Алкоголизм – семейная болезнь. По книге «Как работает Ал-Анон». с.34 - 41 2. Спикерское выступление.

**Группа: «Надежда».** г. Алматы, пр. Райымбека, д. 491/1, каб. 4, 2 этаж

Вторник: 19:00-20:30 Воскресенье: 10:30-12:00. Последнее воскресенье месяца спикерские, открытая группа. Третье воскресенье месяца собрания по теме Девизы. +7 747 241 64 16

**Группа: «На Панфилова»** г. Алматы, Макатаева, 12, реб. центр «Аманат»

Среда: 18:30 - 20:30 +7 702 114 77 15. Последняя среда месяца спикерская, закрытая группа.

**Группа Алатин «Зеленое яблоко»** г. Алматы, ул. Зенкова 13. Каб.20, 3 этаж. +7 708 170 16 40

Для детей и подростков от 12 до 18 лет. Воскресенье с 11.00 - 13.00

**Группа «Тараз»** г. Тараз, +7 777 151 1788 (уточнить время и место).

**Группа «Сенім»** г. Нур-Султан, ул. Петрова, д. 14/3, (по старому 1 мкр. дом 23),

Суббота: 11: 00 - 12:30 +7 707 505 93 03

**Интернет группа «Семиречье»** Скайп: live:al-anon.kz, каждый понедельник, в 22:00 аст. время