

## Informationssystem der Online-Gruppe aa-only bei den Anonymen Alkoholikern

Presstext-Entwurf 01/2007 – Beispieltext Jubiläum AA-Gruppe (erhalten von der AA-Gruppe München-Harlaching)

### **Hilfe zur Selbsthilfe**

20 Jahre „Anonyme Alkoholiker“ in .....

Die Heilung beginnt immer mit der totalen Kapitulation, erklärt .....  
Die Rede ist hier vom Alkoholismus, einer anerkannten und äußerst heimtückischen Krankheit, denn im Gegensatz zu seinem eigenen Umfeld merkt der Alkoholiker lange nicht, dass er ein Problem hat, das er alleine nicht lösen kann.

..... weiß wovon er spricht, seit rund .. Jahren ist er trockener Alkoholiker.

Er verdankt diesen Erfolg den Anonymen Alkoholikern, die sich seit 20 Jahren

..... treffen.

Am ....., den ....., findet anlässlich des Jubiläums eine offene Veranstaltung statt, zu der alle Bürger eingeladen sind.

Obwohl ..... seit .. Jahren keinen Tropfen mehr angerührt hat, nennt er sich immer noch Alkoholiker, denn Alkoholismus ist eine Krankheit, von der man nie sicher sagen kann, ob sie nicht doch noch einmal ausbricht. Um sich aus der Sucht zu befreien, ist das Eingeständnis der eigenen Machtlosigkeit gegenüber seinem Trinkverhalten nötig, erklärt

.....

Dieser Schritt gehört zu dem 12-Punkte-Programm der Anonymen Alkoholiker, das schon vielen Menschen geholfen hat.

Wie bei den meisten Alkoholikern begann auch bei ..... die Sucht schleichend. Aus dem abendlichen Schluck zur Entspannung, zum Abschalten oder um Sorgen wegzuspülen, wurden immer mehr Gläser. Irgendwann reicht es nicht mehr nur abends zu trinken und die Spirale abwärts dreht sich am Ende immer schneller.

„Alkoholismus ist eine Krankheit, die nicht nur eine einzelne Person betrifft, sondern immer eine ganze Familie und das soziale Umfeld des Erkrankten“, erklärt .....

Seine Rettung....(hier zwei bis drei Sätze wie man zu AA gefunden hat einfügen)....

Schon beim ersten Treffen mit den Anonymen Alkoholikern sei ihm klar geworden, dass, wenn es überhaupt einen Weg aus der Sucht gibt, er für ihn nur über die Anonymen Alkoholiker führen kann. Seitdem hat er noch kein Treffen verpasst, denn die Treffen sorgen dafür, dass man das 1. Glas nicht anrührt. „Wer das 1. Glas nicht trinkt, der braucht auch das 10. Glas nicht zu trinken“, so .....

Offen redet man in diesen Gruppen von seiner Sucht und den Problemen, die sich dadurch ergeben. Keiner schaut auf den anderen herab, niemand spielt sich als Besserwisser auf, freundlich ist der Umgang miteinander ohne Vorwürfe und Belehrungen und das alles natürlich anonym. „Die Mitglieder reden sich mit dem Vornamen an, wer seine Identität nicht preisgeben will, muss das nicht tun“, so ..... „Für mich war das damals wie eine Wiedergeburt“, erinnert sich ..... voller Dankbarkeit. Die Mitglieder der Gruppen knüpfen ein enges Band der Unterstützung, auf das jeder jederzeit zurückgreifen kann. Wenn es Probleme gibt und sie scheinbar nur mit dem Griff zum Glas geheilt werden können, findet sich immer ein Ansprechpartner der einem hilft, den heutigen

Tag ohne Alkohol auszukommen. Die Devise der Anonymen Alkoholiker besagt nämlich, dass man es lediglich „heute“ schaffen soll, ohne Alkohol auszukommen. Morgen ist wieder ein neuer Tag, der aufs Neue verhandelt werden muss. In solchen kleinen Schritten kann die Loslösung von der Sucht gelingen.

An jedem ..... im Monat findet ein offenes Meeting statt. Dann sind auch alle interessierten und auch Angehörige von Betroffenen herzlich willkommen. Dort erfahren sie mehr über die Vorgehensweise der Anonymen Alkoholiker und bekommen weitere Kontaktadressen, wenn nötig.

Der Eintritt ist selbstverständlich frei. Wer mehr über die Anonymen Alkoholiker und ihr Angebot erfahren möchte, kann dies unter der Telefonnummer 19295 (bundesweit) oder im Internet unter [www.anonyme-alkoholiker.de](http://www.anonyme-alkoholiker.de) bekommen. Wer sich wünscht, das jedes nächste Glas das letzte sein möge, der ist dort genau an der richtigen Adresse.