

*Håndbog*  
*for*  
*Region*  
*Midtjylland*

Marts 2004

*Anonyme Alkoholikere er et fællesskab af mænd og kvinder, der deler erfaring, styrke og håb for at kunne løse deres fælles problem og derigennem hjælpe andre til at genvinde helbredet efter misbrug af alkohol.*

*Det eneste, der kræves for at blive medlem, er et ønske om at holde op med at drikke. Der betales intet kontingent. AA klarer sig selv økonomisk gennem egne frivillige bidrag.*

*AA er ikke tilknyttet nogen sekt, trosretning, politisk sammenslutning eller institution.*

*AA tager ikke stilling til stridsspørgsmål og vil hverken støtte eller bekæmpe nogen uvedkommende sag.*

***Vort hovedformål er at holde os ædru og hjælpe andre til at opnå ædruelighed.***

## **Indhold**

Formålsparagraffen	side 2
Indhold	side 3
Introduktion	side 4
Regionsdefinition og opgaver	side 5
Retningslinier for Servicearbejde i Regionen	side 6
Valgprocedure	side 8
Formanden	side 8
Næstformanden, Sekretæren, Kassereren	side 9
IKKE-alkoholiker, Udvalg nedsat af RR	side 10
Information	side 11
Valg og rotation af delegerede til SK	side 12
Løfterne	side 13
AA's 12trin	side 14
AA's 12 traditioner	side 15
Sindsrobønnen	side 16

## **Introduktion**

Hensigten er, at dette skal være en håndbog om regionsarbejde i Region Midtjylland for medlemmer af Anonyme Alkoholikere.

En håndbog for medlemmer, som er involveret i regionsarbejde bestemt for fællesskabet.

I henhold til den givne artikel om AA's arv af Bill W. er service alt, hvad der end hjælper os til at nå en lidende kammerat.

I det følgende er vægten overvejende lagt på AA's decentrale service - regionen - gennem hvilken det er muligt at yde hjælp til et stadigt voksende antal alkoholikere.

Dette forringer på ingen måde den betydning og det ansvar, som ligger hos de enkelte grupper og det enkelte medlem.

AA's Servicekonference (SK) i Danmark er det grundlag, hvorpå AA bygger nationalt. Denne er derfor hjertet i AA's servicefunktioner.

Såfremt Servicekonferencen skal kunne arbejde effektivt, må det nødvendigvis være i fuld overensstemmelse med de vedtagne, accepterede procedurer med det sigte at involvere Fællesskabet så bredt som muligt.

I de første år af AA i Danmark var **Traditionerne og Principperne** vort eneste værn omkring service med kun få nedskrevne retningslinier.

AA i Danmark holder således godt fast i dette grundlag. Det samme gælder derfor også grundlaget for denne håndbog for Regionsarbejde - nemlig:

**“De 12 tilgrundliggende begreber for Verdensservice”**

**“De 12 Trin og 12 Traditioner”**

**“Anonyme Alkoholikere” (Store Bog)**

**Dette er og bliver fundamentet for AA's Servicearbejde i Danmark**

## **Regionsdefinitioner og opgaver**

Regionen skal være et forbindelsesled mellem grupperne og Servicekonferencen. Fordelene ved at bringe grupperne sammen i regioner for at fremme vore primære mål vil være:

En forbedret kommunikation mellem regionerne

En hurtigere konstatering af områder, hvor AA-servicearbejde har behov for at blive forbedret, således at sådanne områder kan tildeles en særlig region som dens ansvar

Udveksling af erfaringer mellem regionerne i forbindelse med samarbejde med andre organisationer så som fængsler, hospitaler, lokale myndigheder, sociale myndigheder, lokale alkoholråd, kirker og retsvæsen for at sikre, at Servicearbejdet holdes på det højeste mulige niveau

Større mulighed for medlemmer at deltage i Servicearbejde

Større mulighed for medlemmer med speciel erfaring i AA at betjene et større område.

## **Ønskværdige kvalifikationer for medlemmer af AA-servicefunktioner**

### **1. Baggrund og erfaring**

Mange medlemmer har bragt udstrakt forretnings- eller professionel erfaring med ind i Fællesskabet, hvilket har været af stor betydning for Servicearbejdet. I særlig grad er det vanskeligt at forestille sig, hvorledes møder ville blive frembragt og afviklet så hurtigt til deres nuværende styrke - uden disse medlemmers høje ansvarsfølelse.

Det er imidlertid vigtigt, når vi sigter mod en fremtid med voksende service til et stadigt voksende Fællesskab, at vi ser på følgende kvaliteter hos vore medlemmer.

### **2. Lederskab**

I AA kræver det kvaliteter hos et medlem for at være i stand til at hjælpe sin region og gruppe med et minimum af gnidninger og et maksimum af gode følelser

#### **1. At holde fast ved AA-strukturen**

Nogle medlemmer i Fællesskabet har en særlig evne til at lære AA-strukturen. De er grundigt bekendte med alle dens elementer fra gruppen til servicearbejde.

De er sædvanligvis gode “studerende” i udvikling. De er bekendte med dens historie og med de tendenser, der påvirker Fællesskabets fremtid. Et medlem med denne udrustning kan bringe nyttige perspektiver ind i Fællesskabet. I tilgift er der grundlæggende egenskaber, hvilket erfaringerne har vist, som er vigtige for alle medlemmer - f.eks. er min. 1 års kontinuerlig ædruelighed sikkert det rigtige for et medlem af Regionsrådet “RR”.

En anden grundlæggende egenskab er beslutsomhed - at have sine meningers mod. Den valgte bør medbringe sin egen sunde dømmekraft, objektivitet og have mod til at udtrykke sig.

En tredje grundlæggende egenskab er samvittighed. Hvor megen tid må den valgte have til sin rådighed for at kunne hellige sig arbejdet med service uden at skade sin familie eller karriere.

## **Retningslinier for Servicearbejde i Region Midtjylland**

Personer, der ønsker at indtræde i et af Region Midtjyllands serviceudvalg, anmoder om dette til RR ved henvendelse til formanden for det ønskede udvalg. Dette gælder også personer, der har afbrudt sit servicearbejde og ønsker at genoptage dette. Det er dog ikke sikkert, at vedkommende kan genoptage arbejdet i det udvalg, som vedkommende forlod.

Medlemmer af RR skal være formænd for de under RR nedsatte udvalg. De enkelte udvalg bør skriftligt overfor Region Midtjyllands Formand gøre rede for, hvordan udvalget internt har organiseret sig.

Deltagelse i Servicearbejde i de under RR nedsatte udvalg bør være uden tidsbegrænsning; men for at sikre vor Servicefunktion mod gammelmandsvælde, som beskrevet i 2. Tradition, bør Servicearbejde begrænses efter egen sund fornuft og nye medlemmer inddrages.

## **Regionsrådets Servicefunktioner**

Regionsrådet er de daglige ansvarlige i perioden mellem Regionsmøderne. Regionsrådet består af formanden, næstformanden, sekretæren, kassereren og udvalgsformændene.

NB: Se endvidere om ledelse i AA af Bill W. i “AA Service Håndbog for Danmark.”

## Sammensætning af Regionen

Hver AA-gruppe vælger i repræsentant til Regionen. Den valgte repræsentant vælger selv en suppleant fra den AA-gruppe, han/hun er valgt fra.

Regionen består af følgende medlemmer:

<b>Funktion</b>	<b>Valgperiode</b>	<b>Ædruelighed</b>
Formanden (HSR-rep)	4 år	3 år
Næstformanden	4 år	3 år
Sekretæren	4 år	3 år
Kassereren	4 år	3 år
Informationsudvalgsformand	4 år	3 år
X antal IKKE-alkoholikere		
X antal medlemmer	Min. 1 år	Min. 1 år
Suppleanter følger retningslinierne for nævnte funktioner		

I Region Midtjylland er Formanden samtidig HSR-repræsentant. Regionen er sammensat af medlemmer, som til enhver tid skal være medlem af AA. Dog kan 2 medlemmer vælges udenfor AA til varetagelse af opgaver til offentligheden — jvf. AA's Traditioner.

### **Repræsentanter vælges fra de AA-Grupper, som officielt er tilmeldt regionen.**

Den enkelte AA-Gruppe i regionen bestemmer i hvor lang tid en repræsentant skal sidde i Regionen, dog bør perioden være min. 1 år, hvis dette ikke strider mod AA's Traditioner og Principper

En AA-Gruppens repræsentant, som er valgt til Regionsrådets servicefunktioner, bør bestride denne servicefunktion i den foreslåede 1-årige periode, hvis dette ikke strider mod AA's Traditioner og Principper.

RR tilstræber at afholde møde 1 gang hver tredje måned. Formanden vil dog altid kunne indkalde til ekstraordinære Regions- & Regionsrådsmøder.

## Valgprocedure

Valgbare emner præsenterer sig og fortæller om bl. a. ædruelighed, arbejde i gruppen og andet servicearbejde. Ved afstemning om enkelt personer bør denne være skriftlig eller med stemmekort. Regionen sørger for valgkort og udlevering af disse til de stemmeberettigede.

De valgbare bør ikke være i lokalet under afstemningen.

Der udpeges 2 stemmetællere.

Alle andre forslag der skal stemmes om, sker ved håndsoprækning.

**ALLE** afstemninger afgøres ved almindeligt flertal.

Ved stemmelighed (50 %) er formandens stemme afgørende.

### **Stemmeret:**

Grupperepræsentanter - Regionsrådet (suppleanten har stemmeret, såfremt grupperepræsentanten ikke er tilstede)

### **Uden stemmeret:**

Observatører

### **Taleret:**

Grupperepræsentanter - Regionsrådet (suppleanten har taleret, såfremt grupperepræsentanten ikke er tilstede)

## Formanden (Repræsentant i Hovedservicerådet)

Kandidater til formandsposten skal til enhver tid være et AA-medlem.

Kandidater indstilles gennem Regionen efter forslag fra grupperepræsentanterne.

Valget af repræsentant til HovedServiceRådet (HSR) godkendes på førstkommende Servicekonference (SK)

Ædruelighed: 3 år

Valgperiode: 4 år

### **Formandens funktioner er:**

Organisere og lede Servicearbejdet i regionen. Forberede og lede Regions- og arbejdsmøder, følge beslutninger og holde fast i de løse ender. Deltage i HSR møder som repræsentant for regionen. Samtale og informere delegerede før SK samt evaluering efter denne



## **Næstformanden**

Kandidater til posten som Næstformand skal til enhver tid være medlem af AA.  
Kandidater indstilles gennem Regionen efter forslag fra grupperepræsentanterne.

Ædruelighed: 3 år

Valgperiode: 4 år

Næstformandens funktioner er:

Varetage formandens hverv i dennes fravær; men ikke automatisk overtage formandens post, når dennes periode er slut.

## **Sekretæren**

Kandidater til posten som Sekretær skal til enhver tid være medlem af AA.  
Kandidater indstilles gennem Regionen efter forslag fra grupperepræsentanterne.

Ædruelighed: 3 år

Valgperiode: 4 år

Sekretærens funktioner er:

Modtage og formidle informationer fra Regionens AA-grupper og fra HSR.  
Ansvarlig for Regionens postboks.

## **Kassereren**

Kandidater til posten som Kasserer skal til enhver tid være medlem af AA.  
Kandidater indstilles gennem Regionen efter forslag fra grupperepræsentanterne.

Ædruelighed: 3 år

Valgperiode: 4 år

Kassererens funktioner er:

Modtagelse og registrering af Hattepenge. Betaling af udgifter. Udarbejdelse og fremlæggelse af regnskab og budget.

Kassererens bemyndigelse er:

Udbetaling af:

1. Transportudgifter til Regions- og arbejdsmøder 1,25 kr. pr. km. pr. bil
2. samt udgifter til disses afholdelse (kaffe, brød .m.m.)
3. Udgifter i forbindelse med information til Offentligheden
4. Godkendte udgifter til deltagelse i seminarer og konferencer — herunder deltagelse i SK.

4. Udgifter til kontorartikler
5. Udgifter til husleje
6. Udgifter til telefon/fax/computer
7. Øvrige udgifter efter RR's anvisning.

## **IKKE-Alkoholiker**

Der vælges ligeledes en IKKE-alkoholiker til Regionen uden tidsbegrænsning med den specielle medvirken denne er i stand til at yde gennem sin retskaffenhed i sin personlige erfaring og baggrund.

Sådanne udnævnelser foretages af Regionen på eget initiativ og bliver genstand for bekræftelse på SK.

Fællesskabet i AA skylder en dyb taknemmelighed til vore IKKE-alkoholiske venner. Disse bar gennem årene i høj grad hjulpet os ved at åbne mange døre, som ellers ville være forblevet lukkede for AA's budskab.

Valgperiode ubegrænset.

## **Udvalg nedsat af RR**

En del RR-arbejde uddelegeres til udvalg og enkeltpersoner. Disse udfører deres hverv og rapporterer ved Regionsmøder samt holder Formanden og Sekretæren løbende underrettet om, hvad der vedrører AA-servicearbejde i regionen. RR i Region Midtjylland har på nuværende tidspunkt nedsat følgende udvalg / udvalgsrepræsentant

- Informationsudvalg - herunder  
12-Trins- og Speakerudvalg
- Udvalgsrepræsentant for telefonvagten

**NB:** Udvalgene har en formand, som er medlem af RR - og udvalgene består af AA-medlemmer bredt repræsenteret fra grupperne i **HELE** regionen.

## **Informationsudvalgsformand**

Udvalgsformandens opgave er, at organisere og koordinere informationsarbejdet i Regionen.

Følge beslutninger og holde fast i løse ender.

## **Retningslinier for Informationsudvalget. REGION MIDTJYLLAND**

Informationsudvalget er et selvstændigt arbejdende udvalg, der er nedsat af Regionen. Udvalget er permanent.

Formanden for udvalget vælges af Regionen, for en 4-årig periode.

Medlemmer af udvalget er AAere med lyst og interesse til at arbejde med information. Det er ønskeligt, at udvalgsmedlemmerne dækker Regionen geografisk.

Informationsudvalget har til opgave, at informere om AA, internt og eksternt i Regionen.

Opgaverne som udvalget arbejder med, kan komme fra Regionen, Grupperne, telefonvagten eller udvalget selv.

Den interne information består i, at informere grupperne i Regionen om, hvad service og informationsarbejde er, f.eks:

Oprettelse og vedligeholdelse af Regionens hjemmeside.

Udsendelse af "informationsnyt" til grupperne.

Udsendelse af referater fra udvalgets møder.

Besøg i grupperne.

Deltagelse i IRI (interregionalt informationsudvalg)

IRIrepræsentant, indstilles af Infoudvalget og godkendes på Regionsmøde.

Den eksterne information består i at bringe budskabet videre til alkoholikerne, der stadig lider, f.eks:

Information og evt, foredrag for borgere i Regionen, private virksomheder, skoler institutioner, myndigheder m.v.

Udlevering / udsendelse af brochurer og foldere.

IU = Informationsudvalget.

IRI= Inter Regionalt Informationsudvalg.

## Løfterne

Hvis vi er samvittighedsfulde med denne del af vor udvikling, vil vi forbavses, før vi er kommet halvvejs igennem. Vi kommer til at kende en ny frihed og en ny glæde. Vi fortryder ikke fortiden, ej heller ønsker vi at smække døren i for den. Vi vil forstå ordet sindsro, og vi vil kende fred. Uanset hvor langt nede på skalaen vi har befundet os, vil vi indse, hvordan vores erfaring kan hjælpe andre. Følelsen af ubrugelighed og selvmedlidenhed vil forsvinde. Vi vil miste interessen for det egoistiske og vinde interessen for vore medmennesker. Selvtilfredsheden vil forsvinde. Hele vor holdning og vort syn på livet vil ændres. Frygten for mennesker og økonomisk usikkerhed vil forsvinde. Vi vil pr. intuition vide, hvordan vi skal behandle forskellige situationer, som tidligere ville hæmme os. Vi vil pludselig erkende, at Gud gør for os, hvad vi aldrig kunne gøre for os selv.

Er disse løfter overdrevne? Det mener vi ikke. De går i opfyldelse iblandt os - nogle gange langsomt, nogle gange hurtigt. Men de sker altid, hvis vi arbejder på det.

## Anonyme Alkoholikers 12 trin

1. Vi indrømmede, at vi var magtesløse over for alkohol og at vi ikke kunne klare vort eget liv.
2. Vi kom til den erkendelse, at en Magt større end os selv kunne give os vor sunde fornuft tilbage
3. Vi besluttede at lægge vor vilje og vort liv over til Gud, *sådan som vi opfattede Ham.*
4. Vi foretog en grundig og uforfærdet moralsk selvransagelse.
5. Vi indrømmede over for Gud, for os selv og for et andet menneske, nøjagtig hvordan det forholdt sig med vore fejl.
6. Vi var helt indstillet på at lade Gud fjerne alle disse karakterbrist
7. Vi bad Ham ydmygt fjerne alle vore fejl.
8. Vi lavede en liste over alle de mennesker, vi havde gjort fortræd, og vi var villige til at gøre det godt igen.
9. Vi gik direkte til disse mennesker, såfremt vi ikke derved ville såre dem eller andre.
10. Vi fortsatte med vor selvransagelse, og når vi havde fejlet, indrømmede vi det straks.
11. Vi søgte gennem bøn og meditation at forbedre vor bevidste kontakt med Gud, *sådan som vi opfattede Ham*, idet vi bad om at få at vide, hvad der var hans mening med os, og om at få styrke til at udføre den.
12. Når vi som følge af disse trin havde haft en åndelig opvågning, forsøgte vi at bringe dette budskab til alkoholikere, og at praktisere disse principper i alt, hvad vi foretog os.

## **Anonyme Alkoholikers 12 traditioner**

1. Vor fælles adfærd bør komme først, personlig helbredelse afhænger af sammenholdet i AA
2. Når det drejer sig om gruppens anliggender, er der kun én autoritet en kærlig Gud sådan som Han udtrykker sig i vor gruppesamvittighed. Vore ledere er kun betroede tjenere, de bestemmer ikke.
3. Den eneste betingelse for at blive medlem af AA er et ønske om at holde op med at drikke
4. Hver gruppe bør være selvstyrende, undtagen i sager som angår andre grupper og AA som helhed
5. Hver gruppe har kun ét hovedformål At bringe budskabet videre til alkoholikeren, som stadig lider
6. En AA-gruppe bør aldrig yde økonomisk støtte eller låne AA-navnet ud til noget beslægtet formål eller noget fremmed foretagende, for at penge, ejendoms og prestige spørgsmål ikke skal aflede os fra vort egentlige formål.
7. Enhver AA-gruppe bør klare sig selv økonomisk og afslå bidrag udefra
8. Anonyme Alkoholikere bør altid forblive ikke professionelle, men vore servicecentre kan ansætte specialuddannede folk
9. AA bør som sådan aldrig organiseres; men vi kan nedsætte arbejdsudvalg eller komiteer, der er direkte ansvarlige overfor dem, de tjener.
10. Anonyme alkoholikere tager ikke stilling til spørgsmål uden for fællesskabet AA-navnet bør derfor aldrig inddrages i offentlige debatter
11. Vor udbredelse af kendskabet til AA er i højere grad baseret på tiltrækning end agitation Når det gælder presse, radio og TV, bør personlig anonymitet bevares
12. Anonymiteten er det åndelige grundlag for alle vore traditioner, der til stadighed min der os om, at princippet går forud for personen

*Gud*  
*giv mig sindsro*  
*til at acceptere de ting,*  
*Jeg ikke kan ændre.*  
*Mod til at ændre de ting*  
*jeg kan*  
*og Visdom til at se*  
*forskellen.*