
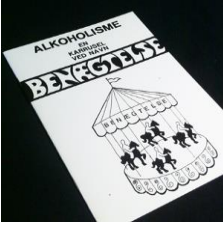













## Hæfter på dansk

	Titel	Status	Varenr.	Pris kr.
	<b>At leve med ædruelighed - en ny begyndelse</b> Vores bekymringer holder ikke op, blot fordi drikkeriet holder op. Læs om de nye udfordringer vi møder, når vores kære bliver ædru. Hvordan vi kan acceptere forandringerne, hvordan vi kan frigøre os fra skyld, skuffelse, frygt og vrede, opnå en sundere kommunikation og fokusere på vores egen fortsatte helbredelse. Sex, kærlighed og lykke omtales også. 43 sider. (P-49)	På lager	22	35,00
	<b>Alkoholisme en karrusel ved navn benægtelse</b> Alkoholisme er en sygdom, der rammer hele familien. Her beskrives mekanismerne som et teaterdrama, hvor du hører om familiemedlemmernes og andres forskellige roller i problemstillingen. Du lærer, hvilken rolle, du selv spiller i dramaet, og hvordan du selv, ved at ændre din egen adfærd, og optræde på en helt ny måde, måske kan standse karrusellen. 21 sider. (P-3)	På lager	23	35,00
	<b>Arbejdshæfte til personlig udvikling – Al-Anons 4. trins selvransagelse</b> Hæftet er et arbejdsredskab til den personlige selvransagelse i fjerde trin. Vi begynder at udvikle os, når vi får mod til at se os selv, som vi virkelig er. Indeholder spørgsmål som hjælp til at undersøge vores holdninger, ansvarlighed, selvværd, kærlighed, modenhed og karaktertræk. 64 sider. (P-5)	På lager	24	45,00
	<b>Brug af de 12 traditioner</b> De 12 traditioner er vejledende principper for et stærkt gruppesammenhold og sikring af fællesskabet udadtil. Via en række konkrete eksempler belyses, hvordan traditionerne kan benyttes til at løse forskellige problemer, der måtte opstå rundt omkring i grupperne. Blandt andet spørgsmål vedrørende anonymitet og gruppesamvittighed. 22 sider. (B-5, kap. 10)	På lager	25	25,00
	<b>De fandt en løsning på problemet</b> Fem beretninger af pårørende til alkoholikere, hvor deres kære fandt hjælp i AA, bl.a. Lois, medstifter af Al-Anon. Selvom partneren har været ædru længe via AA, er det stadig vigtigt for ægtefællen at komme i Al-Anon. Fortællingerne viser, med mange eksempler, hvordan trinene fungerer som redskaber til personlig vækst, og vidner om de mirakler, der sker, når vi arbejder med programmet. 18 sider. (B-5, kap. 12)	På lager	26	25,00

## Hæfter på dansk

	Titel	Status	Varenr.	Pris kr.
	<b>Dette er Al-Anon</b> Mødeguide, der indeholder foreslået velkomst, indledning, de 12 trin, de 12 traditioner, slogans, bønner om sindsro, samt ideer til nye medlemmer. 14 sider. (P-32)	På lager	27	20,00
	<b>En vejledning for alkoholikerens familie</b> Forklarer tydeligt mekanismerne i sygdommen alkoholisme, og hvordan familien lider under den følelsesmæssigt og med afsavn af kærlighed. Vejleder til, hvordan de dårlige mønstre kan brydes, så de pårørende kan være med til at fremme helbredelse, i stedet for at fremme sygdommen. Det kræver mod og modenhed, og begynder med os selv. 8 sider. (P-7)	På lager	30	25,00
	<b>Guide for Al-Anon</b> Vejledning til at starte og videreføre en Al-Anon /Alateen gruppe. Forslag til forløbet af et gruppemøde og de faldgruber vi bør undgå. Om hvordan vi kan tiltrække nye medlemmer, der kunne få gavn af programmet, og om hvordan vi bedst byder de nye medlemmer velkommen i gruppen. 13 sider.	På lager	31	25,00
	<b>Hjælpen, som kan fås ved at anvende slogans</b> Omhandler følgende slogans: "Tag det med ro", "Giv slip og lad Gud", "En ting ad gangen" og "Lev og lad leve". Med konkrete eksempler fra Al-Anon-medlemmer ser vi, hvordan slogans kan bruges i praksis. De er lette at huske og gode at bruge i hverdagen og i stressede situationer. Slogans læses med et åbent sind for vejledning, større sindsro og fornyede kræfter. 18 sider. (B-1)	På lager	32	30,00
	<b>Hvad er det at være "fuld" mor?</b> Billedbog for mindre børn, som hjælper børn til at forstå, hvad alkoholisme er for en sygdom. Fra en piges synsvinkel ser vi bekymringerne og problemerne i familien, men også lettelsen, der følger, når mor kommer i Al-Anon og faderen i AA. Det er muligt at have det godt og være glad, også selv om man er pårørende og barn. 30 sider. (P-44)	På lager	33	25,00

## Hæfter på dansk

	Titel	Status	Varenr.	Pris kr.
	<b>Hvad bliver mon det næste? spørger alkoholikerens mand</b>	På lager	34	25,00
	Skrevet til mænd, som har en kvindelig kæreste, eller hustru, der lider af alkoholisme - hvad kan du gøre for at hjælpe? Forklarer sygdommen med drikketrang, kontroltab og afhængighed. Men også at helbredelse i Al-Anon begynder med fokus på os selv - at vi selv må ændre vores holdninger. Indeholder en quiz for at se om Al-Anon kan hjælpe dig, og om de særlige udfordringer som mand. 11 sider. (P-20)			
	<b>Hvordan kan jeg hjælpe mine børn?</b>	På lager	35	25,00
	Børn opdager, når noget er galt i familien. De efterligner, hvad vi gør, ikke hvad vi siger. Læs om, hvordan vi kan skabe en atmosfære i vores hjem, som bidrager til børnenes sundhed. Hvordan vi kan takle stærke negative følelser på en konstruktiv måde, beskytte vores børn og foregå med et godt eksempel ved bl.a. at være tolerante, forstående og udvise respekt. Indeholder inspirerende fortællinger af forældre i helbredelse. 21 sider. (P-9)			
	<b>På vej hjem</b>	På lager	37	25,00
	Giver svar på mange af de spørgsmål som familien stiller sig selv, når alkoholikeren kommer hjem fra et behandlingssted. Om de svære følelser som de pårørende gennemlever, om hjælpen i Al-Anon, og hvordan vi bedst støtter alkoholikeren i hans eller hendes helbredelse uden at styre. 12 sider. (P-8)			
	<b>Sponsorordningen - hvad handler den om?</b>	På lager	38	25,00
	Hæftet beskriver sponsorordningen, der er et vigtigt element i 12-trins-programmet, og i praksis er et tæt, fortroligt forhold mellem to mennesker, hvor sponsoren tilbyder hjælp til selvhjælp, støtte og opmuntring og vejledning igennem trinene. Hvad kan man forvente af en sponsor, hvordan vælger man én, og hvordan bliver man selv sponsor? – læs svarene her. 21 sider. (P-31)			
	<b>Tolv Trin &amp; Tolv Traditioner</b>	På lager	39	30,00
	Beskriver og forklarer essensen af de tolv trin på en letforståelig måde. Hvert trin er en udviklingsproces, der fører til det næste trin. Ligeledes beskrives de tolv traditioner og betydningen for gruppens samhørighed, fællesskabet og Al-Anon som helhed. (B-5, kap 8 og 9)			

Alle hæfterne er konferencegodkendt litteratur (CAL) og oversat fra engelsk med tilladelse fra WSO.

Denne oversigt er sidst opdateret 0706-2019.