

## Ryhmän perustaminen

**Uusi Al-Anon-perheryhmä syntyy tarpeesta, jonka vähintään kaksi alkoholistin läheistä tunnistaa itsessään niin, että he haluavat perustaa ryhmän. Valmistelu kannattaa tehdä hyvin, sillä ryhmä vaatii pitkäaikaista sitoutumista. Täytyy myös osata pyytää apua, sillä Al-Anonissa kenenkään ei tule toimia yksin. Lisätietoja saa Al-Anon-toimistosta ja omalta Al-Anon-alueelta. On tärkeätä ottaa selvää Al-Anon-ryhmien toimintaperiaatteista, jotta uusi ryhmä toimisi heti alusta alkaen terveellä pohjalla.**

### Kuka voi perustaa ryhmän?

- Jos kaksi tai useampia alkoholistin läheistä kokoontuu yhteen ratkaistakseen yhteiset ongelmansa, he voivat kutsua itseään Al-Anon-ryhmäksi edellyttäen, että eivät ole ryhmänä liittoutuneet muihin.
- Myös ammattiauttajat ja AA:n jäsenet voivat panna alulle Al-Anon-ryhmän sillä edellytyksellä, että Al-Anonin jäsenet vastaavat kokousten kulusta.
- Alateen-ryhmän perustamiseen vaaditaan lisäksi alueen antama suostumus. Lopullinen perustamislupa tulee Alateen-toimikunnalta. Alateen-kummiksi aikovan on täytettävä myös erillinen kummikaavake.

### Näin pääset alkuun

Tietyt perusasiat pitää olla mietittynä, kun ryhmää käynnistetään. Edetä voi esimerkiksi näin:

- Pyydä Al-Anon-toimistosta alueesi alue-edustajan yhteystiedot. Hän auttaa ja neuvoo käytännön järjestelyissä.
- Mieti tarkkaan, millaisen toivoisit perustettavan ryhmän olevan.
- Valitse kokouspäivä ja -aika niin, ettei kokous menisi päällekkäin paikkakunnan muiden ryhmien kanssa. Ryhmän kehityksen kannalta olisi suotavaa, että ryhmä kokoontuisi vähintään kerran viikossa. Jos tämä käy ajan mittaan liian raskaaksi, ryhmä voi jäädä välillä talvi- tai kesälomille ja hoitaa asiansa sinä aikana puhelimitse.
- Etsi sopiva kokoontumispaikka. Seurakuntien, kuntien ja kaupunkien omistamat tilat, koulut, sairaalat, yhdistysten ja taloyhtiöiden kokoustilat ja muut yleiset tilat ovat usein sopivia tähän tarkoitukseen.
- Anna ryhmälle nimi.
- Palauta täytetty ryhmän rekisteröintilomake Al-Anonin toimistoon.
- Levitä tietoa uudesta ryhmästä alueen Al-Anon-ryhmille, AA-ryhmille ja ammattiauttajille. Ilmoita ryhmän kokoontumisesta paikallislehdessä.

### Erilaisia ryhmiä

Ryhmän toimintamuoto on valittavissa jäsenten tarpeiden tai kokouspaikan rajoitusten mukaan.

- **Tavalliset** ryhmät pitävät avoimia tai suljettuja palaverieja ja tarjoavat apua kaikille, joiden elämään läheisen alkoholismi on vaikuttanut.
- **Avoimet** palaverit on tarkoitettu kaikille alkoholismista koko perheen sairautena kiinnostuneille, joten niihin ovat tervetulleita muutkin kuin Al-Anonin jäsenet, mm. AA:n jäsenet, opiskelijat ja ammattiauttajat.

- **Suljetut** palaverit on tarkoitettu vain Al-Anonin jäsenille ja tulokkaille, joiden elämään toisen henkilön juominen on vaikuttanut.
- Pääsy joihinkin ryhmiin on **rajoitettu**. Ne kokoontuvat paikoissa, joihin ei ole vapaa pääsy. Tällaisia ovat mm. teollisuuslaitosten, sairaaloiden ja armeijan tilat sekä vankilat.
- **Laitosryhmät** kokoontuvat sairaaloissa ja hoitolaitoksissa. Niiden kokoukset ovat oikeastaan tulokaspalaverieita, koska osanottajat vaihtuvat usein. Laitoksissa saattaa kokoontua myös aivan tavallisia ryhmiä.
- **Erikoisryhmät** keskittyvät tietyn ihmisryhmän ongelmiin, mutta ovat silti aina avoinna kaikille Al-Anonin jäsenille. Tällaisia ovat esimerkiksi Al-Anon Aikuiset lapset -ryhmät.
- Lisäksi voidaan järjestää tulokaspalaverieita sekä opinto-, askel- ja perinnepalaverieita jne.

### Ideoita ryhmän nimeksi

Al-Anon-ryhmien nimet ovat kaksiosaisia. Ensimmäinen osa kertoo ryhmän kokoontumispaikan tai -ajan, joskus ryhmän päämäärän (esim. tyyneys). Nimen toisena osana on Al-Anon. Nimi ei saa muistuttaa minkään ulkopuoliseen yhteisön nimeä. Seuraavassa joitakin malleja ryhmän nimeksi: Itsenäisyydenkadun Al-Anon, Torstai-Al-Anon, Toipumalla tasapainoon Al-Anon, Tyyneyden etsijät Al-Anon, Porin Al-Anon, Päivä-Al-Anon.

### Ryhmän palvelutehtävät

Seuraavassa on lyhyt yhteenveto ryhmän palvelutehtävistä. Tarkempi kuvaus on palvelukäsikirjassa, joka lähetetään jokaiselle ryhmälle rekisteröitymisen yhteydessä.

**Ryhmäedustaja** osallistuu ryhmänsä edustajana aluekokouksiin, tiedottaa ryhmälle ajankohtaisista Al-Anon-asioista, ehdottaa perinteiden opiskelua ja niiden soveltamista ryhmässä sekä kertoo alueen ja keskuspalvelun kuulumisia. Ryhmäedustajalle on hyvä valita varahenkilö. Kaksoisjäsen eli henkilö, joka on myös AA:n jäsen, ei voi toimia ryhmäedustajana.

**Kokouksen puheenjohtaja** avaa ja päättää kokouksen, esittelee puhujat ja kokouksen aiheen.

**Rahastonhoitaja** huolehtii seitsemännen perinteen mukaisesti kokouksen lippaasta ja kerää rahat kirjallisuuden myynnistä. Hän huolehtii rahoista, maksaa juokevat kulut, antaa säännöllisin väliajoin selvityksen tuloista ja menoista sekä muistuttaa ryhmän jäseniä alueen ja Al-Anon Keskuspalvelu ry:n rahatarpeesta.

Joissakin ryhmissä ryhmäedustaja tai kokouksen puheenjohtaja esittää avustusvetoomukset. Rahastonhoitaja voi myös hankkia tarjoiluun tarvittavat tarvikkeet.

**Kirjallisuudesta vastaava** henkilö huolehtii, että ryhmässä on tarjolla maailmanpalvelukokouksen hyväksymää Al-Anonin kirjallisuutta. Hän esittelee sitä ja Tietoavain-lehteä.

**Oven avaaja/kahvinkeittäjä** keittää kahvin/teen ja järjestelee huoneiston kokousta varten. Hän ottaa vastaan tulokkaat ja siistii paikat palaverin jälkeen muiden ryhmän jäsenen avustuksella. Hän voi myös hankkia tarvikkeet tarjoiluun varten.

Ryhmä voi sopia palvelutehtävien jaosta toisinkin. Tärkeintä on, että asiat tulevat hoidettua, eivätkä jää vain muutaman jäsenen vastuulle.

Huom! Ryhmäedustajan yhteystiedot ilmoitetaan Al-Anon-toimistoon ja alueen sihteerille. Ryhmän perustajat voivat toimia yhteyshenkilöinä, kunnes ryhmäedustaja saadaan valituksi.

## Rekisteröinti Al-Anon-toimistoon

Pyydä Al-Anon-toimistosta rekisteröintilomake ja palauta se täytettynä. Siihen tarvitaan seuraavat tiedot:

- Ryhmän nimi
- Kokoonmistiedot: päivä, aika, osoite, mahdolliset lisätiedot (tupakoimaton, pääsy pyörätuolilla jne.) sekä kulkuohjeet, jos paikka on vaikea löytää (esim. pihan puolelta sisään)
- Ryhmän postiosoite: osoite, johon voidaan lähettää ryhmälle tuleva posti, esim. ryhmän kokoonmistapaikan osoite, postilokero-osoite tai ryhmän jäsenen osoite.
- Ryhmän sähköpostiosoite: osoite, johon voidaan lähettää ryhmälle tuleva sähköposti.
- Ryhmän puhelinnumero palaveriaikana tai paikallisen auttavan puhelimen numero, josta saa tietoa ryhmän toiminnasta.
- Al-Anonin ryhmäluetteloon tarkoitettujen kahden sellaisen jäsenen etunimet ja puhelinnumerot, jotka ovat valmiita vastaamaan tulokkaiden puheluihin.
- Kahden yhteyshenkilön, esimerkiksi perustajajäsenten, täydelliset yhteystiedot Al-Anon-toimistoon ja Al-Anon-alueen käyttöön.
- Alateen-ryhmän pitää ilmoittaa Alateen-kummin koko nimi ja yhteystiedot, ennen kuin se voidaan rekisteröidä. Sen on myös esitettävä alueen antama suostumus.

Al-Anon-toimisto rekisteröi kaikki ryhmät, jotka ilmoittavat olevansa Al-Anon-ryhmiä. Se tarkoittaa, että ne noudattavat perinteitä ja ovat avoimia kaikille Al-Anonin ja Alateenin jäsenille. Toimisto ei rekisteröi ryhmiä, jotka on tarkoitettu pelkästään AA:ssa toipuville alkoholisteille, koska sellaisella ryhmällä ei voi olla Al-Anonin tarkoittamaa ryhmäedustajaa.

## Apua ja tukea alueelta

Suomessa on 14 Al-Anon-alueita, joista jokaisella on kaksi vuorovuosin vaihtuvaa alue-edustajaa. Ryhmäedustaja osallistuu aluekokouksiin, jotta ryhmä pysyisi oikeassa kurssissa ja yhteydessä muuhun Al-Anon-yhteisöön. Muutkin ryhmän jäsenet ovat tervetulleita aluekokouksiin. Alue-edustajat vierailivat alueensa ryhmissä. Heitä voi myös pyytää alustamaan kokouksissa. Aluekokouksissa suunnitellaan alueen yhteistä toimintaa ja alue tiedottaa Al-Anonista, jotta tulokkaat saisivat tiedon ryhmistä.

## Al-Anon-toimisto palvelee

Rekisteröityminen liittyy ryhmän Suomen Al-Anonin yhteyteen. Al-Anon-toimistosta saa tukea ja neuvoja. Sen lisäksi ryhmä saa

- aloituspaketin kirjallisuutta
- kirjallisuusluettelon
- Al-Anonin palvelukäsikirjan Suomen toimintaa varten
- maksullisen Tietoavain-lehden 11 kertaa vuodessa
- tiedotuspostia ajankohtaisista asioista
- ilmaismateriaalia tiedotustarkoituksiin
- ilmaisen ryhmätietojen ylläpidon Internet-sivuilla
- ryhmän perustamis- ja ryhmätietojen ylläpito-ohjeet, ryhmäedustajan toimintaohjeet

Toimisto suosittelee ryhmää avun tarvitsijoille ja antaa heille ryhmän ilmoittamat kokoontumistiedot.

## Miten ryhmä saa uusia jäseniä?

Al-Anonin ohjelma perustuu vetovoimaan. Kerro ryhmän perustamisesta niin monille ihmisille kuin mahdollista. Kutsu muiden ryhmien jäseniä vierailulle. Pyydä AA:n jäseniä kertomaan Al-Anon-ryhmästä omissa palaverissaan ja käy itse puhumassa AA:n avopalaverissa.

Aluksi kävijöitä saattaa olla vain vähän, mutta ajan mittaan ryhmä kasvaa. Tiedottaminen on tärkeää perustamisen jälkeenkin. On tärkeää, että

- ryhmän tiedot ovat ajan tasalla alueen ja Al-Anon-toimiston luetteloissa ja auttavissa puhelimissa
- ryhmästä tiedotetaan säännöllisesti ammattiauttajille
- ryhmästä ilmoitetaan paikallisissa lehdissä ja paikallisradioissa. Monissa lehdissä on ilmainen ”minne mennä”-palsta.