

## Om afhængighed

Vi har lært at afhængighed er en kronisk sygdom - ikke et spørgsmål om moral. Det er en todelt sygdom: En fysisk allergi, forbundet med en mental besættelse. Den kan standses, men aldrig helbredes.

Kun fuldstændig afholdenhed fra stoffer under enhver form, inklusiv medicinmisbrug og alkohol, kan standse denne sygdom. Vi kan ikke forhindre den afhængige i at bruge stoffer - ingen kan gøre det for ham eller hende, hverken lægen, præsten eller familien.

Vi har indset, at stofmisbrug ikke handler om manglende kærlighed til familien. Det handler ikke om kærlighed, men om sygdom.

Den afhængige har mistet sin viljestyrke i forhold til stofferne. Selv om han ved, hvad der sker ved den første drink, pille eller sprøjte, så gør han det alligevel. Dette er den besættelse vi taler om i forbindelse med sygdommen.

Når vi fuldt ud har forstået og accepteret, at afhængighed er en sygdom, som både er mental og fysisk, og at vi er magtesløse overfor den, bliver vi parate til at lære en bedre måde at leve på.

Er du bekymret for en, der er *stofmisbruger*, kan Nar-Anon grupperne måske hjælpe dig.

Nar-Anon er for pårørende til *stofmisbrugere*.

Vi deler *erfaring, styrke og håb* gennem *møder, personlig støtte og telefonkontakter*.

Vi *respekterer gensidig anonymitet*.

- Ingen *trosretninger*
- Ingen *politiske overbevisninger*
- Intet *kontingent*

Vi *lægger vægt på en atmosfære af kærlighed og respekt*.

Se mere om Nar-Anon på vores hjemmeside [www.nar-anon.dk](http://www.nar-anon.dk), kom til vore møder eller ring til en af vores grupper og få en snak – se numrene inde i folderen

**DU ER VELKOMMEN**

**Pårørende  
eller ven til en  
stofmisbruger?**

**Få hjælp i de  
anonyme grupper**



**NAR-ANON  
Mødeliste**

Opdateret 14/6 2017

## Nar-Anon Familiegruppen

**Nar-Anon Familiegruppen** er først og fremmest til for dig som er, eller har været fortvivlet på grund af misbrugs-problemer hos nogen som står dig meget nær. Vi har også følt fortvivlelse og fundet løsningen gennem sindsro.

Når du kommer med i **Nar-Anon** er du ikke længere alene, men blandt rigtige venner, der forstår dit problem som få andre. Vi vil respektere din tillid og anonymitet, og vi ved at du vil respektere vores. Vi håber at kunne give dig en forsikring om, at ingen situation er så svær og ingen ulykke så stor, at den ikke kan overvindes.

Vores program er ikke et religiøst program, men en åndelig måde at leve på, baseret på **NAs** tolv trin. Vi har set at disse trin hjælper med til at løse praktisk talt alle problemer. Vi beder dig tage vores program og de tolv trin alvorligt. Det har været til hjælp for os på samme måde som **NAs** program er det for misbrugeren. Vi beder bare om indsigt og mod til at se os selv som vi virkelig er og til at gøre noget ved os selv ved hjælp af en Højere magt, sådan som vi opfatter den.

Vi beder om den gave at kunne give slip på vores misbrugere med kærlighed og ophøre med at forsøge at forandre dem.

Hav et åbent sind og gå til så mange møder som muligt. Stil gerne spørgsmål og diskuter problemerne sammen efter mødet. Du vil snart få nye venner og føle

stort fællesskab med gruppen.

Når vi forstår at afhængighed er en sygdom og indser at vi er magtesløse overfor den, såvel som overfor andre menneskers liv - da bliver vi rede til at gøre noget nyttigt og konstruktivt med vores eget liv. Da - og kun da - kan vi være til nogen hjælp for andre.

## København

**Mandage 19.00 – 20.00**

Kristkirkens Menighedshus  
Enghave Plads 18  
1670 København V.

Åbner kl. 18.30  
Indgang gennem gården  
til højre for kirken

Telefon 60 87 79 87