

# ***SYD'eren***

## ***Marts 2011***



***Gruppernes eget blad  
...tag det med hjem...***



---

# AA 's VAGT-TELFON: 70 10 12 24

Web: [www.anonyme-alkoholikere.dk](http://www.anonyme-alkoholikere.dk)

E-mail: [aa@anonyme-alkoholikere.dk](mailto:aa@anonyme-alkoholikere.dk)

---

## AA Region SYD: Fyn, Syd – og Sønderjylland

Formand	Carl Martin, (Fanø)	2335 8354	<a href="mailto:carl.martin@fanonet.dk">carl.martin@fanonet.dk</a>
Næstformand	Kaj C (Gråsten)	2425 1972	<a href="mailto:kaj@wbiz.dk">kaj@wbiz.dk</a>
Kasserer	Poul N (Odense)	6145 5326	<a href="mailto:poul.nordby@gmail.com">poul.nordby@gmail.com</a>
Sekretær	Tove (AAbenraa)	6128 3853	<a href="mailto:habasut@mail.dk">habasut@mail.dk</a>
Informations udv.	Henrik N (Hadersl.)	2335 1644	<a href="mailto:henriknissen80@gmail.com">henriknissen80@gmail.com</a>
Telefonvagt udv.	Inge V (Fåborg)	6261 5268	<a href="mailto:Inge.Virklund@gmail.com">Inge.Virklund@gmail.com</a>
Redaktør	Jens (Ribe)	2461 1494	<a href="mailto:syderen@aa-syd.dk">syderen@aa-syd.dk</a>
Webmaster	Peter (Søndersø)	4092 1484	<a href="mailto:webmaster@aa-syd.dk">webmaster@aa-syd.dk</a>

### Næste Regionsmøde:

**Søndag den 29. maj 2011, kl. 11.00 – 15.00,  
hos Peter, Havgårdsvej 8, Farstrup, 5471 Søndersø.**

### Andre aktiviteter:

**Se AA Danmarks hjemmeside og region Syds hjemmeside under aktiviteter.**

**Regionens post:** Region SYD – Fyn, Syd – og Sønderjylland  
c/o Anonyme Alkoholikere  
Thorsgade 59, 3. t.v.  
2200 København N

**Hattepenge til regionen:** Postgirokonto nr. 081 – 0576  
Danske Bank (netbank):  
Reg.nr.: 1551, konto nr.: 0810576

**Regionens e-mail:** [region\\_syd@anonyme-alkoholikere.dk](mailto:region_syd@anonyme-alkoholikere.dk)  
**Hjemmeside:** <http://www.aa-syd.dk>

---

# Formandens side

## Om sindsro

AA's 12 trin bliver læst op i starten af næsten alle AA møder. Endvidere afslutter mødelederen ofte med at oplæse 5. 7. og 12. tradition. Nykommeren får at vide, hvordan vi lever, hvordan vi forsøger at leve efter vores 12 trin og 12 traditioner.

Vi ved om nogen, hvor svært det er at være fuldkomne. Vi kender alle til den kamp, det er at slippe ud af alkoholens svøbe, så hvis vi snubler over 12 fantastiske trin og traditioner en gang imellem, er det vel tilgiveligt.

Vi er forskellige, og derfor oplever jeg nogle gange, at det, der er helt indlysende for mig, kan du se anderledes på. Det kan være pokkers irriterende, og jeg kan selvfølgelig slet ikke forstå, du ikke bare hører efter, hvad jeg mener.

Som alkoholikere bør vi især acceptere forskellighed, og at tingene ikke kun er sorte eller hvide. Det er det, vi taler om på vores møder - aften efter aften. Jeg har min mening om tingene, og du kan have en anden, men derfor må vi ikke vende hinanden ryggen, men forsøge at forstå, hvad der menes med det, vi siger.

Hvis vi arbejder på at være åbne og lytte til hinanden, ender det ofte med, at vi bliver venner og tolerante overfor hinanden. Vores ædruelighed har godt af det og sidst, men ikke mindst, hvordan kan vi tilgodese vores formålsparagraf, hvis vi udstiller uenighed?

---

Når noget går mig alvorligt på, standser jeg op, og siger til mig selv:

Carl Martin, du er ædru, det er det vigtigste her i livet for dig.  
Alt andet bliver så af mindre betydning og sindsroen genetableret.

Fanø i marts 2011  
Carl Martin



---

## Referat fra Regionsmødet i Åbenrå Søndag den 20. februar 2011.

### ”Ouverture”

#### 1. Velkommen.

Mogens bød velkommen og oplæste vores formålsparagraf.

#### 2. Godkendelse af dagsorden.

Godkendt.

#### 3. Valg af ordstyrer.

Mogens fra Vojens blev valgt.

#### 4. Godkendelse af referatet fra mødet Aabenraa den 28. november 2010.

Godkendt.

#### 5. Præsentationsrunde, herunder nyt fra grupperne.

Forespørgsel fra Carl Martin til alle grupper om de har fået oprettet deres gmail, og vil gerne have en tilbagemelding i præsentationsrunden. Tove, Gråsten – Suppleant for sekretær. Kim, Kolding – gr.rep./lør. Hans, Kolding – gr.rep/søn. Jørn, Rudkøbing – obs. Inge, Fåborg - tf.vagt udv. Arne, Ærø – LIV. Grethe, Vojens – gr.rep/tirs. Jach. Janni. Lisbeth, Haderslev – gr.rep.mand. Per, Gråsten – obs. Jane, Kolding. Kaj, Gråsten – gr.rep. Magnus, Vojens – obs. Marianne, Gråsten – obs. Sune, Haderslev. Villy, Odense – gr.rep/fred. Tenna, Kolding – gr.rep/onsd. Mogens, Vojens – gr.rep/lørd. Poul, Odense – kasserer. Kaj C., Gråsten – næstformand. Carl Martin, gr.rep.- Fanø – Møder flytter til sundhedshuset, dato endnu ikke fastlagt. Roberta, Haderslev – gr.rep./torsd. Har et problem med ikke at kunne komme til torsdagsmøder samtidig med at hun er gr.rep. Kim, Svendborg – gr.rep./fred. Skiftet lokale til konfirmandstuen ved Sct. Jørgenskirken. Fredag kl 1900. Per, Svendborg/Rudkøbing. Har startet gr. i Rudkøbing/torsdag. Ole, Kolding – gr.rep. mand. Har startet emnespeak hver anden måned. Bjarne, Odense – gr.rep./lørdag.

---

Åbent møde hver gang. Ove, Odense – gr.rep./mand. Gorm, Kolding – gr.rep./torsd. Steffan, Kolding. Vil gerne hjælpe andre unge med opstart af grupper m.m.

### **Afbud:**

Peter, Søndersø. Jens, Ribe. Anette, Fredericia. Kirsten, Kolding. Henrik, Haderslev. Svend, Varde.

## **Regionsstatus, udvalg og HSR**

### **6. Regionen, beretning ved Carl Martin.**

Fortalte om regionsrådets formøde inden regionsmødet. Regionsrådet består af: Formand, næstformand, kasserer, og sekretær. Regionsrådet forbereder regionsmødets indhold. Regionsrådet planlægger at afholde et udviklingsseminar i sidste kvartal af 2012 i samarbejde med informationsudvalget.

### **7. Økonomi ved kasser Poul N. Odense**

Revideret regionsregnskab for år 2010 foreligger. Det viser bl.a. der er kommet 182.658,61 kr. Fra grupperne. Der er udarbejdet oversigt af hattepenge- indbetalinger.

Efter afholdte regionsudgifter er der overført 129.000,00 kr til hovedservicekontoret.

Beholdning den 31.12.2010 på kr.42.427,90.

Beløbet er overført til regnskabsår 2011.

Regionens beholdning den 18.02.2011 udgør kr.73.294,45kr. Det foreslås der sendes 50.000 til Hovedkontoret. Tilbageholdes 12x 1.594= kr.19.128 – Servicekonference 2011. Tilbageholdes til udgivelse af SYDøren kr. 4166,45.

Et flot regnskab som skyldes hattepenge. Tak til alle AA grupper!

### **8. Informationsudvalget**

Intet referat eller andre oplysninger pga. fravær/sygdom. Gorm har lavet et udkast til et Workshop. Det bliver først til efteråret. Flere oplysninger om indhold, tid og sted, kommer senere på året.

Positiv opbakning til temaet for Workshopen.

---

Bred snak om serviceposter, længde af ædruelighed m.v. Flere oplysninger kan findes på AA`s hjemmeside hvor strukturhåndbogen kan findes og downloades. Der kan man også finde Region SYD´s hjemmeside hvor der er et afsnit om Region SYD´s opbygning og poster.

### **9. Telefonvagtsudvalget ved Inge V**

Vagten kører godt, dog mangler der vagter hver anden uge, de dækkes ind af afløser i øjeblikket. Hvis nogen har et ønske om at være vagt eller afløser, kan man ringe til Ingerlise på tlf. 86761166. Dette gælder også kontaktpersoner, som der altid er brug for. Det er vigtigt for tlf. vagterne at have så mange kontaktpersoner som muligt at trække på. Som kontaktperson binder du dig ikke til et bestemt tidsrum, men kan træde til når du har mulighed for det. Begge funktioner er rigtig gode for ædrueligheden.

Telefonvagter skal have fastnet, hvorimod kontaktpersonen godt må have mobil tlf. Der undersøges stadig om mobil til telefonvagt, da det jo er fremtiden.

Der skal findes en løsning inden efteråret, ellers vil region Syd stille forslag til Servicekonferencen 2012 om at der skal findes en løsning, så mobiltelefoner kan anvendes!

### **10. SYDeren ved Jens.**

Jens ønsker gerne mange indlæg til bladet!!!!

### **11. Webansvarlig: Peter R.**

Carl Martin oplæste en mail fra Peter. Han havde modtaget en mail der gav udtryk for, at indlægget til nykommere på Region SYD´s hjemmeside burde laves om. Der udspandt sig en længere snak som viste hvor svært det er at skrive om os selv. Carl Martin kontakter Peter for videre behandling af mailen.

### **12. Orientering om arbejdet i HSR ved Carl Martin.**

AA Danmarks budgetterede underskud på kr. 151.000,- for 2010 er ændret til et overskud på kr. 127.651,-.

---

Det skyldes især den fokus der kom på økonomien i forbindelse med landsindsamlingen i 2010. Samtlige udvalg er blevet bedt om at indsende oplysninger om deres udgifter i forbindelse med budgetlægningen for 2011. Der budgetteres med et overskud på ca. kr.10.000,- for 2011.

### **13. Valg af ny sekretær:**

Stor tak til Anette for godt arbejde igennem de sidste 4 år. Tove blev foreslået valgt til de kommende 4 år. Tove blev valgt med akklamation.

### **14. Servicearbejde:**

Som 1.års delegeret til Servicekonferencen blev Stefan fra Kolding valgt. Observatører: Marianne og Kim, Suppl.: Per, Kaj B. Og Villy. Ledige poster i H.S.R. som skal besættes på SK-11 den 9.-10.april. Der er ingen indstillet p.t. Er nogen interesserede har Carl Martin stillingsbeskrivelserne liggende. Vi skal være opmærksomme på at forklare forkortelser, som eks. E.S.M. og W.S.M. for nye deltagere. Carl Martin vil sørge for en oversigt til næste gang, så organisationens opbygning bliver overskuelig for nye deltagere i regionsmøderne. Sidste underpunkt skubbes til næste møde den 29. maj 2011 i Christiansfeld.

### **15. Eventuelt:**

Carl Martin indkalder til delegeretmødet den 20. marts i Kolding!

### **16. Mødeafslutning:**

Der skal rettes en stor tak til Vojens for gode rammer og meget fin forplejning.

### **Næste møde:**

Det næste regionsmøde afholdes den 29. maj 2011.

Referent

Tove, sekretær



---

## Næste regionsmøde i SYD

**Søndag den 29. maj 2011, kl. 11.00 – 15.00,  
hos Peter, Havgårdsvej 8, Farstrup, 5471 Søndersø.**

### **Foreløbig dagsorden:**

Se den endelige dagsorden på regionens hjemmeside før mødet.

### **Ouverture.**

1. Velkomst ved Peter R. fra Søndersø
2. Godkendelse af dagsorden, ved formanden
3. Valg af ordstyrer/mødeleder
4. Godkendelse af referat fra mødet i Vojens den 20.02.2011.
5. Præsentationsrunde. Grupperepræsentanterne orienterer om nye tiltag. Inspiration til alle vi andre.

### **Servicearbejde.**

6. Paneldiskussion om Hovedservicekontoret. Beliggenhed, åbningstider og bemanning er til behandling.

### ***Frokostpause***

7. Mogens B. deltog i 21. Verdens service møde (21st World Service Meeting), den 17. – 21. oktober 2010 i Mexico City som 1. gangs delegeret, og nu skal i bare høre. Mogens har lavet en spændende rapport fra mødet, og vi er så heldige, at han vil deltage i vores møde og fortælle om sine oplevelser på WSM mødet.  
Rapporten kan findes på AA´s hjemmeside under internt, og dagsorden for Hovedservicerådsmødet den 29. januar 2011.

---

## Regionsstatus, udvalg og HSR(HovedServiceRådet)

8. Region SYD og HSR, beretning ved formanden, Carl Martin Fanø.
9. Økonomi, beretning ved kasserer Poul N. Odense
10. Telefon- og emailudvalget, beretning ved Inge V. Fåborg
11. Informationsudvalg, beretning ved Henrik N. Haderslev
12. Webansvarlig, indlæg fra Peter R. Søndersø
13. SYD'eren, indlæg ved Jens, Ribe
14. Eventuelt.

### Regionsrådet.

Øvrige Regionsmøder i 2011.

- Søndag den 4. september
- Søndag den 20. november

### Servicekonference:

- Lørdag den 9. og søndag den 10. april



---

## Oprøret er på vej - kapring af service poster regionens revolution

På det sidste regionsmøde i Syd, skete der noget der ikke var set før. Var det revolution, var det evolution eller bare tørdrak. Var det en drøm eller bare en beruselse. Hvor kom det fra? Midt under mødet var der 4-5 yngre der meldte sig til service. Når nogle ønsker at blive brugt, eller bare har lyst til at gøre en indsats, kan vi jo ikke bare sende dem tom hændende hjem.

Imidlertid skal der dog en vis ædruelighedslængde til for visse aktiviteter og omvendt er der en vis skoling i at være klar til at tage posterne.

Så en del af de udfordringer der ved et møde senere kom på bordet blev:

- Box bladet og Syd'eren mangler indimellem artikler/historier, så vi mødes om et par uger for at udveksle historier.
- De delegerede fra regionen mødes for at forberede sig til den kommende servicekonference, dem der i denne forbindelse servicerer deltagerne med mad og drikke, får jo en indføring i arbejdet, da de deltager i mødet. Så her var der arbejde til 2-3 stykker.
- En blev valgt til førsteårsdelegeret, en anden blev vikar for en sygdomsramt AA'er, og sammen skal der arbejde på at lave et dagskonvent for alle, med fokus på: Hvad er udfordringer med alle de mange nye unge medlemmer i fællesskabet. (første lørdag i november i region Syd)
- Skal unge have særbehandling
- Kræver de noget andet en de lidt ældre
- Hvordan tager vi imod
- Hvordan være sponsor for en ung

- 
- Endelig blev der også drøftet muligheden for at komme i gang med en sponsor, et eller andet sted er det vel en god ide at komme igennem denne proces inden det for alvor sætter ind med service poster.

Gorm

---

## Mødeliste

Møderne i denne liste er, hvis ikke andet er angivet, LUKKEDE møder for alkoholikere eller mennesker med alkoholproblemer.

Alle møder varer en time, hvis ikke andet er angivet.

Teksten ÅBENT under de enkelte grupper angiver, at alle (også ikke alkoholikere) er velkomne på det angivne tidspunkt.

(#) Krim = Aftale med kriminalforsorgen;  
Alle alkoholikere er velkomne.



(&) = Adgang med kørestol.

## OBS!

Se altid mødelisten på AA's hjemmeside. Denne er altid opdateret med ændringer af mødetid, mødested, nye møder eller lukning af møder.

---

## Syddjylland

### **Aabenraa Nicolaihuset, Sct. Nicolai Gade 21**

Ons. 16:00 & Kvindemøde, ej restriktivt, Efter behov ÅBENT

Ons. 16:00 & Store Bog, Efter behov ÅBENT

Fre. 20:00-21:30 & # Trin og Traditioner, 1. fre. i jan-apr-juli--  
okt ÅBENT

### **Bramming - Konfirmandstuen i præstegården, Nørregade 52 B**

Ons. 19:00 # Fast emne læsning af Til daglig eftertanke, 1.

ons. i md. ÅBENT

### **Christiansfeld - Tyrstrup Degneskole, Gammel Kongevej 9**

Ons. 17:00 # Brug dør i nord gavl. Til daglig eftertanke

### **Esbjerg - Treenighedskirken, Grådybet 23**

Søn. 19:00 #

### **Esbjerg - Ved Boldesagerskolen, Nørrebrogade 102, st.**

Man. 19:00 # Trin & Traditioner, 1. man. i md. ÅBENT

Tir. 19:00

Ons. 18:30

Fre. 15:30 Fyraftensmøde

Fre. 22:00 Mødedag 1. fre. i md. - Lysmøde, kom til at tro

Lør. 11:00 Nykommermøde

### **Esbjerg N - Gjesing Kirke, gitterport på vestside., Ulvevej 110**

Tor. 19:30 #

### **Fanø - Præstegården, Bavnebjergtoft 8**

Tor. 19:30 #

---

**Fredericia Kirkens Korshærs varmestue, Danmarksgade 79**

Tir. 19:30 & # A Vision For You. Døren åbnes 1 time før, Alle ÅBENT

**Fredericia - Madstedet, Købmagergade 69 st. th.**

Tor. 18:30 # Trin og Traditioner, 5. tor. i md. ÅBENT

Lør. 14:00 #, 5. lør. i md. ÅBENT

**Fredericia - Vindmøllen, Vendersgade 63, 1. sal**

Man. 19:30 # Store Bog, traditioner sidste man. i md., annonceres i dagspressen ÅBENT

Ons. 19:00 Håb optimisme forandring og deling af Til daglig eftertanke, Sidste ons. i md. (speak) ½ time ekstra ÅBENT

Lør. 20:00 11. trin, lysmøde, Alle ÅBENT

**Gråsten - Banegården, indgang fra perronen, Stationsbygningen, Kongevej 73**

Tir. 19:00 & Store Bog, Efter behov ÅBENT

**Haderslev - Sognehuset, indgang fra siden, Storegade 93**

Man. 19:30-21:00 & # Store Bog + emne. Efter behov ÅBENT

Tor. 19:30-21:00 & # Trin og Traditioner. Efter behov og annoncering ÅBENT

**Kolding - Brændkjær Kirke, Agtrupvej 114**

Man. 19:30-21:00 & # Emnemøde

**Kolding - Det Sociale Døgncenter Overmarksgården, Dyrehavevej 175**

Tor. 19:30-20:45 # Store Bog. Alle ÅBENT

---

**Kolding - Kolding Selvhjælp og  
FrivilligCenter (1. sal), Slotsgade 22**

Søn. 19:30 Unge møde

**Kolding - Sct. Jørgens Gård, Hospitalsgade 4**

Man. 12:00 & # Emnemøde

Tir. 19:30 & # Lokale 1, Som Bill ser på det, 1. tirs. i feb-maj-  
aug-nov ÅBENT

Ons. 12:00 & # Lokale 2, Emnemøde

Ons. 19:30-21:00 & # 12 + 12

Fre. 16:30 & # Bagdør, Fyraftensmøde

Lør. 22:00 Bagdør, Lysmøde

Søn. 16:00 & # Bagdør, At Leve Ædru, Sidste  
søn. i januar ÅBENT

**Ribe - Sct. Catharinæ Kirke/Ribe Kloster, Sct. Catharinæ  
Plads 1**

Tir. 19:00 #

Tor. 19:00 #, 1. tor. i md., 19.00 - 20.30 ÅBENT

Lør. 11:00, 1. lør. i md. ÅBENT

**Sønderborg – Mølleparkens Plejehjemmet, Damgade 5**

Tir. 20:00 & #

Tor. 19:00 & Store Bog m.m. , 1. tor. i lige md. ÅBENT

**Tønder - Tønder Medborgerhus, Østergade 63**

Man. 19:00 Trin og Traditioner, 1. man. i feb-maj-aug-nov,  
speak 19.00-20.30 ÅBENT

Tor. 19:00 Store Bog / Trin og Traditioner

**Varde - Væksthuset - indgang gennem porten, Storegade  
12**

Søn. 19:00 &



---

**Vejen - Huset, Østergade 2**

Tir. 19:30 & # Emnemøde

Lør. 13:00 & #

**Vojens - Sognegården, Østerled 4**

Tirs. 19:30-21:00 # Trinmøde

Fre. 16:30 #

**Vojens – Ungdomsskolen, Danmarksgade 8 B**

Lør. 13:00 # Til daglig eftertanke, 3. lør. i md. ÅBENT

Søn. 16:00 & # Store Bog

---

## Fyn, Langeland og Ærø

### **Ærø / Marstal - Huset, Tordenskjoldsgade 20**

Ons. 19:00 &, 1 ons. i md. ÅBENT

### **Assens - Sundhedscentret, Odensevej 29 D, 1.**

Tor. 19:30-21:00 & #, Sidste tor. i feb-maj-aug-nov ÅBENT

### **Fåborg - Den gamle Byskole, lokale 10, Grønnegade 40**

Man. 18:30 # Trin og Traditioner, sidste man. i md. ÅBENT

### **Kerteminde - Aktiv-Huset, Vestergade 98, 1. tv.**

Tir. 19:00 & #, 1. tir. i md. ÅBENT

### **Middelfart - Søbadet, bunden af Søbadvej**

Tir. 19:30-21:00 & #, 2. tir. i jan-apr-juli-okt ÅBENT

Fre. 16:00 & # Fyraftensmøde

Søn. 19:30-20:45 & #

### **Nyborg - Aktivitetscenter, Kongens Bastionsvej 2**

Tir. 19:00, Sidste tir. i ulige md. ÅBENT

### **Odense C - AA's nye lokale, Hunderupvej 45**

Man. 17:00 & # Til Daglig Eftertanke, 3. man. i md. ÅBENT

Tir. 17:30 & # Mandemøde, ej restriktivt, 1. tir. i md. ÅBENT

Tir. 19:30 Islandsk, alle ÅBENT

Ons. 17:30 & # Nykommermøde

Tor. 11:00-12:10 & Tringruppe

Tor. 17:00 & # Store Bog, Alle ÅBENT

Tor. 18:30 & Åben information om AA af en mandlig og kvindelig AA'er, Alle ÅBENT

Fre. 14:00 & # Emne m/indleder, 3. fre. i md. ÅBENT

Fre. 19:00 & # Kom til at tro, sidste fre. i md. ÅBENT

Lør. 13:00 & # Trin/Store Bog, Alle ÅBENT

---

Lør. 19:30 & # Åndelighed, indleder om åndelighed ved hvert møde, Alle ÅBENT

Søn. 14:00 & Trin, St. Bog - 1. søn. i md. Traditioner

Søn. 14:00 & Kvindemøde, ej restriktivt

### **Odense C - Ansgargården, Sdr. Boulevard 1**

Fre. 17:00 & # Min ædru uge

### **Odense C - Indg. i Møllestræde, Klosterbakken 11**

Tor. 19:00 # Trin og traditioner, Sidste tor. i md. ÅBENT

### **Odense C - Odense Domkirke, Klosterbakken 2**

Tir. 19:00 # Store Bog

### **Odense C - Skt. Hans Kirkekontor, Skt. Hans Plads 1**

Ons. 19:00 # 12 trin og 12 traditioner, Sidste ons. i lige mdr. ÅBENT

Søn. 19:00 # Tringruppe, Sidste søn. i md. ÅBENT

### **Odense C - Stoppestedet, Jernbanegade 24 B**

Tir. 19:30 Islandsk

### **Odense M - Thomas Kingos Kirke, Bülowvej 9-11**

Man. 19:00 & #, 1. man. i md. ÅBENT

### **Ringe - Selvhjælp på Midtfyn, Østre Ringvej 39**

Søn. 13:00 1. søn. i md. Tinmøde eft. St. Bog, v/besøg af nye ÅBENT

### **Rudkøbing – Konfirmandstuen i Præstegården, Østergade 2**

Søn. 16:00 Trinmøde, 1. søn. i md. ÅBENT

### **Svendborg - Fredens Kirke sognehuset, Glarmestervej 8**

Man. 19:00 & #, 2. man. i md. (1 time 15 min.) ÅBENT

---

**Svendborg - Færgegården 1. sal, Færgevej 13**

Lør. 13:00 #, 4. lør. i md. (1 time 15 min.) + uge 40 ÅBENT

**Svendborg - Konfirmandstuen v/Skt.**

**Jørgens Kirke, Brydegårdsvej 15**

Fre. 19:00 Emnegruppe, 3. fre. i md. (1 time 15 min.) ÅBENT

**Svendborg - Kontakt mellem mennesker, Toldbodvej 5**

Ons. 19:00 # Store Bog, 2. ons. i md. (1 time 15 min.)

ÅBENT

Søn. 14:00 # Kvindemøde ej restriktiv, 1. søn i md. + uge 40

ÅBENT

**Svendborg - Menighedshuset, Frue Kirkestræde 4**

Man. 10:00, Sidste man. i md. ÅBENT

**Svendborg - Sct. Nicolai kirkestræde 3**

Tir. 18:30, 1. tir. i md. (1 time 15 min.) ÅBENT

**Svendborg - Varmestuen, Ørkildsgade 27 1. sal**

Tor. 19:00 Mandegruppe, ej restriktiv

**Søndersø - Borgerhuset, Dallundvej 20**

Tir. 19:00, 1. tir. i md. ÅBENT

**Møder på Internettet:**

<http://www.daaint.dk> <http://www.daaint.dk>



---

## **Anette takker af!**

Hej alle sammen.

Det er med vemod at skulle stoppe som sekretær i regionen, men rotationsprincippet siger 4 år og de er gået hastigt! Nu var jeg lige begyndt at blive dus med "tasterne", når jeg skulle skrive referat!

Jeg vil takke for den store tillid der er blevet tildelt mig som sekretær. Da jeg startede, tænkte jeg "Det klarer jeg aldrig". Jeg fik lært at spørge om hjælp (det kniber stadig lidt) og den er altid til at få i dette store vidunderlige fællesskab. Det har styrket min ædruelighed, og jeg har lært meget. Det har også været en stor glæde, at se den positive udvikling der er sket i regionen, samt den glæde at de unge i fællesskabet også vil deltage.

Stort tillykke til Tove, som er blevet valgt til sekretærposten.

Varme AA hilsner  
Anette

---

## Hvad du ønsker, skal du få!

### En historie fra AA Region Syd Konvent 30.10-2010 om Sponsor/sponsierollen.

Min indgangsvinkel for at deltage i arrangementet var en stadig tilbagevendende tanke om en sponsor. Det har ligget lige i overfladen og ulmet, så da arrangementet blev annonceret var det et kærkomment tiltag. Jeg var ikke et øjeblik i tvivl om at jeg ville deltage.

Jeg fik det ud af arrangementet som jeg havde håbet, nemlig at få afmystificeret rygter, myter og fordomme omkring det at have en sponsor og hvad en sponsors rolle egentlig er.

Det var nogle ualmindelig gode indlæg fra både sponsorer og sponsis. Det viste at der er stor mangfoldighed blandt AA'ere og at der er mange måder at gribe tingene an på. Det er jo en af de ting der er helt unikke ved AA, alt er "frivilligt" og bygger på erfaring.

Jeg kan vælge den sponsor som jeg tror og har tillid til ville kunne hjælpe mig, såfremt hun siger ja til et sponsorskab og vi kan arbejde med det der er det vigtigste på det stadie i min udvikling jeg er på lige nu, på den måde og i det tempo som tilfredsstillende os begge.

Jeg har deltaget i et hav af møder læst næsten alt tilgængelig litteratur om afhængighed, alkoholisme, åndelighed, kognitiv terapi, kærlighed, poesi, digte osv. Jeg har prøvet med en psykiater, en psykolog, lyttet til kloge ord til møderne, alt sammen for at få et godt ædru liv. Jeg er dog kommet til den erkendelse at det alt sammen ikke er tilstrækkeligt. Jeg har ikke kunnet se skoven for bare træer, løsningen ligger ligefor.

Der står i "Store bog" 5. Kapitel, Sådan virker det. *"Sjældent har vi mødt et menneske, som ikke kommer sig, hvis vedkommende samvittighedsfuldt følger vort program. De som ikke kommer sig, er mennesker, som hverken kan eller vil sætte alt ind på at leve efter vort enkle program."*

---

Det er meget simpelt, det handler om villighed og mod til at arbejde med, og fordybe sig i trinene og dette kan kun lade sig gøre med en sponsors vejledning. Der er stadig mange handlemønstre og tankesæt som er skjulte for mig, så det er logisk at jeg har brug for en til at hjælpe mig med at få afdækket disse.

Jeg har hørt mange AA'ere, udtale sig omkring det at have en sponsor, de som har en sponsor siger alle uden undtagelse at de er taknemmelige og har lært en masse om sig selv og livet i almindelighed. Den anden kategori derimod er overbeviste om de ikke har brug for nogen der skal fortælle dem hvordan de skal gribe tingene an og at de klarer sig ganske udmærket uden. Det er dog en luksus jeg ikke kan tillade mig, jeg har indset at jeg ikke kan klare mit liv alene og at det er en gave at erkende at jeg har brug for og tør spørge om hjælp. For mig handler det om at gi slip i min stolthed, arrogance og trods og få gang i arbejdet med en sponsor så jeg kan begynde at leve programmet og ikke bare læse og høre om det.

“Hvis du ønsker, hvad vi har, må du gøre, hvad vi har gjort” det giver mening i forhold til en sponsor.

Hende jeg havde i tankerne er en pige som jeg har “brugt” et par gange lige efter min behandling, hun har mange års ærduelighed og deltog selvfølgelig også i arrangementet da hun jo lever programmet og har indset vigtigheden af at give budskabet videre. Som afslutning på et rigtig godt arrangement som var godt tilrettelagt og gennemført, fik jeg mig en sponsor.

Mine tanker på vej hjem i bilen var en blanding af forventning og lettelse. Jeg glæder mig til at begynde at arbejde med min sponsor og ved at den frugt som vi begge høster afhænger af arbejdet vi lægger i det. Lettelsen går i retning af at jeg sprang over min skygge og fandt modet og fik spurgt om hjælp. For mig handler det her om villighed til at gå ind i noget nyt og lægge min arrogance, frygt og “jeg ved bedst” til side.



---

## 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. Selvtilfredshed vil forsvinde.

Hele vor holdning og vort syn på livet vil ændres. Frygten for mennesker og økonomisk usikkerhed vil forsvinde. Vi vil per intuition vide, hvordan vi skal behandle forskellige situationer, som tidligere ville hæmme os.

Vi vil pludselig erkende, at Gud gør det for os, hvad vi aldrig kunne gøre for os selv.

***Er dette ødsle løfter? - Det mener vi ikke. De bliver fuldbyrdet blandt os - sommetider hurtigt, sommetider langsomt. De vil altid blive virkeliggjort, hvis vi arbejder for det.***

Tak til jer som tog initiativet, tak til jer som arrangerede, tak til jer som spækkede, tak til jer som lavede dejlig mad.

Dorthe

---

## Mit navn er Morten

Mit navn er Morten, og jeg er alkoholiker.

Det er jeg efterhånden rigtig godt tilfreds med, da det jo giver mig mange nye muligheder.

Den 30.10.10 var jeg med til speaker- seminar i Åbenrå. Det var arrangeret af regionen, og der var et flot fremmøde.

Roberta og hendes team havde sørget for morgenmad, i stor stil, og til middag var måltidet endnu mere overvældene.

Selve seminaret bestod af introduktion ved Gorm og Kaj, og derefter skulle diverse sponsor/sponsee give et indlæg.

Efter middagen og diverse rygepauser, blev vi delt ind i grupper, og evaluerede så på dagens gang.

I vores gruppe blev vi enige om, at det bedste ved dagen var, at den var blevet arrangeret, og en nykommer fra Kolding var kommet med, uden at være skræmt fra vid og sans.

For mit eget vedkommende starter historien tilbage i 1997 da jeg møder Brother John og Geoff i Hirtshals. (Jeg havde på det tidspunkt været "nomade" i AA i 2 år.)

Det var til et Big-book study, og der blev jeg klar over vigtigheden af at have en sponsor, eller i hvert fald en person fra AA (af samme køn), som jeg kunne være fortrolig med. Det har bragt mig vidt omkring i min egen åndelige verden, som jeg var hunderød for. I dag er jeg dejlig afklaret med mange ting, og er hele tiden opmærksom på nye veje i min ædruelighed.

Men tilbage til emnet 'At være sponsor'.

Jeg er, og har været sponsor for flere personer, og det har taget lidt tid at komme i gang med det.

At lave trin med en sponsee er altid dejligt på den måde, at det opfrisker ens eget syn på tingene, som jo ændrer sig stille og roligt 24 timer af gangen. Vigtigheden af at "lave" trin på papir opdages faktisk først når det er gjort. Jeg har selv været bremset af min egen perfektionisme i flere år. Da der gik hul på bylden, var det en kæmpe befrielse, og jeg opdagede at det at gå til trinmøder, ikke er trinarbejde.

---

Når jeg bliver bedt om at hjælpe med et eller andet trin, f.eks. 3-4 eller det 11, ja så havner vi altid i anden linje i 1 trins overskrift. UDE AF STAND TIL AT KLARE MIT EGET LIV!! Det er et rigtig godt udgangspunkt for enten at komme videre eller sige, "tak for i dag".

Alt materiale til trinarbejde, kan i øvrigt downloades fra siden.

<http://www.ft4.dk>

Husk, der er meget få undskyldninger for IKKE at komme i gang, men der er rigtig mange undskyldninger for at have et LORTELIV (uden for AA mødelokalet).

Sådan var det for mig. Så jeg er meget taknemmelig for at jeg fandt ud af vigtigheden i "AT PRAKTISERE" trinnene, især den del af det 12 der hedder: VI FORSØGTE!! og I AL VOR FÆRD.

Min færd i AA har også bragt mig sammen med andre alkoholikere, som kunne tænke sig alt "lave lidt mere". Goeff fra Canada sagde til mig: Do the steps and have fun. Det lød umiddelbart direkte ulækkert i mine ører, men det er faktisk rigtig sjovt at lave trin arbejde sammen med flere andre. (mænd)

Jeg er med i en "cirkel" som har været meget aktiv med bål ceremonier, meditation, trommerejse og svedhytte, og det giver ligesom en manifestation, af det trin vi nu har arbejdet med. For mig er det også vigtigt at gribe fat i alt det der virker, ud over selvfølgelig AA's litteratur.

Jeg håber at dette kan være til inspiration for nogen, (specielt til dig der mangler mod til at gøre mere end bare at rende til møder hele tiden).

Og så vil jeg gerne sige tak til alle der var involveret i denne dejlige dag.

De bedste ædru hilsener Morten, Vojens.

PS. Ring hvis du tør.  
21 62 98 50

---

## Sponser og Sponsee

Jeg var til et Sponsor og Sponsis seminar 30/10, det var holdt i Aabenraa. Jeg vil takke informationsudvalget for det store arrangement, og jeg var der som sponsee.

Havde jeg ikke allerede taget trinene, var jeg gået i gang efter dette seminar.

Det viste at der ikke er noget slemt eller hårdt, det sponsorene delte var at det er vigtigt at komme i gang.

Kan man ikke med den sponsor, man startet med kan man fyre ham/hende og lige så kan sponsoren, men for mig var det godt at få skrevet på papirer og delt med et menneske jeg havde og har tillid til.

Det trinnene har gjort for mig, er at skyld, skam, vrede, selviskhed, egoisme, frygt og mit selvbedrag er væk (efter så mange år som misbruger er det jo ikke helt væk, men det bliver mindre og mindre på daglig basis), jeg har fået tillid til mennesker, at de vil mig noget godt, jeg hjælper (uden at tænke på, hvad får jeg for det) hvis jeg kan og nogen spørger. Jeg har accepteret at der er en magt større end mig, jeg skal ikke styre og regere, det har givet mig ro i mit sind, og villigheden til at lave om på mit gamle liv og finde mig selv under de tåger af alkohol og stoffer (for det var jo ikke mig), det meste af det rigtige mig, er kommet frem efter trinnene, men det er et livsvarigt stykke arbejde og det er jeg villig til.

En sponser behøver ikke at blive din ven, men min er blevet det og det er jeg meget taknemlig for.

Hvis der er nogen der har spørgsmål om det at være sponsee, er jeg villig til at hjælpe. Tlf. 20975719.

En glad og ædru alkoholiker døbt Mogens (Vojens)

---

## Atlanta 2015

Den 22. februar blev der i Kolding afholdt stiftende generalforsamling i foreningen Atlanta 2015.

Formålet er at give medlemmerne mulighed for at spare op til næste internationale AA konvent, der afholdes i byen Atlanta i staten Georgia i USA i begyndelsen af juli 2015.

Til bestyrelsen blev valgt formand Ole H, kasserer Willy J og en sekretær.

Her nogle highlights vedr. foreningen:

- Enhver med tilknytning til et tolvtrins fællesskab kan blive medlem.
- Man sparer som minimum kr. 250,- op om måneden.
- Det er ikke et krav at man rejser med til Atlanta. Man kan bruge sin opsparing som man vil og man kan melde sig ud når som helst og få pengene tilbage.
- Rejsearrangør Gorm (der arrangerede turen til konventet i San Antonio 2010) er med på sidelinjen for at sikre optimal rejseplanlægning.

Hvis du er interesseret i at være med, så send en mail til en af os med dine kontaktoplysninger. Derefter sender vi vedtægter og praktiske oplysninger til dig hurtigst muligt.

### Kontakt

Willy J, tlf. 27 21 70 26, mail [dsl571124@mail.telenor.dk](mailto:dsl571124@mail.telenor.dk) eller  
Ole H, tlf. 30 49 76 01, mail [ole@g60.dk](mailto:ole@g60.dk)



Billedet er fra flagceremonien ved AA's 75 års fødselsdagskonvent i San Antonio 2010, hvor der var 50.000 deltagere.

---

## Siden ”sidst”

**Husk bladet er gratis** og må tages med hjem af de der har lyst. Vi opfordrer mødeledere til at gøre opmærksom på dette og dele bladet ud på mødebordet inden mødet.

**SYD’eren** kan også hentes på regionens hjemmeside. Linket er: <http://www.aa-syd.dk>

Jeg har haft kontakt til alle (næsten) grupper i region syd, for at optimere det antal blade vi trykker samt forsendelsen, selvfølgelig for at spare hvor vi kan. Alle grupper har givet besked om hvor mange eksemplarer de ønsker og det har reduceret antallet fra 630 til 350 eksemplarer. Samtidig har alle de grupper der holder møde på samme adresse givet tilsagn om at bladene kan sendes samlet til grupperne på én gang, og det burde jo give en besparelse i porto. Jeg kender endnu ikke det præcise beløb vi herved sparer, men de kommer i hvert fald til at gøre god nytte et andet sted.

Det har været forårsjævnudøgn og vi skifter snart til sommertid, og man kan godt fornemme forår og sommer lurer om hjørnet. Det er en dejlig tid vi går i møde og hvor er det dejligt at jeg nu har lært at være nærværende og nyde det, favne det og rumme det, hvad jeg ikke kunne i min triste tid som aktiv.

Jeg vil ønske alle AA’ere og deres familier et rigtigt godt forår. Næste blad kommer i juni.

Mange varme hilsner  
Jens Tlf.: 24 61 14 94  
[syderen@aa-syd.dk](mailto:syderen@aa-syd.dk)

***I SYD’eren deler vi erfaringer, styrke og håb  
– ikke aggressioner***

# Formålsklæringen

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 komme sig af alkoholisme.

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, organisation, institution eller nogen form for politik.

AA tager ikke stilling til stridsspørgsmål og vil hverken støtte eller bekæmpe nogen som helst sag.

Vort hovedformål er at forblive ædru og hjælpe andre alkoholikere at opnå ædruelighed