

**AA:n toipumisohjelma:  
Kaksitoista askelta**

1. Myönsimme voimattomuutemme alkoholiin nähden ja että elämämme oli muodostunut sellaiseksi, ettemme omin voimin kyenneet selviytymään.
2. Opimme uskomaan, että joku itseämme suurempi voima voisi palauttaa terveytemme.
3. Päätimme luovuttaa tahtomme ja elämämme Jumalan huomaan sellaisena kuin Hänet käsitimme.
4. Suoritimme perusteellisen ja pelottoman moraalisen itsetutkistelun.
5. Myönsimme väärin tekojemme todellisen luonteen Jumalalle, itsellemme ja jollekin toiselle ihmiselle.
6. Olimme täysin valmiit antamaan Jumalan poistaa kaikki nämä luonteemme heikkoudet.
7. Nöyrästi pyysimme Häntä poistamaan vajavuutemme.
8. Teimme luettelon kaikista vahingoittamistamme henkilöistä ja halusimme hyvittää heitä kaikkia.
9. Hyvitimme henkilökohtaisesti näitä ihmisiä milloin vain mahdollista, ellemme näin tehdessämme vahingoittaneet heitä tai muita.
10. Jatkoimme itsetutkistelua ja kun olimme väärässä, myönsimme sen heti.
11. Pyrimme rukouksen ja mietiskelyn avulla kehittämään tietoista yhteyttämme Jumalaan, sellaisena kuin Hänet käsitimme, rukoillen ainoastaan tietoa Hänen tahdostaan meidän suhteemme ja voimaa sen toteuttamiseen.
12. Koettuamme hengellisen heräämisen näiden askelten tuloksena yritimme saattaa tämän sanoman alkoholisteille sekä toteuttaa näitä periaatteita kaikissa toimissamme.

**AA:n määritelmä:**

AA on miesten ja naisten toveriseura, jossa he jakavat keskenään kokemuksensa, voimansa ja toivonsa voidakseen ratkaista yhteisen ongelmansa, sekä auttaakseen toisia tervehtymään alkoholismista.

Ainoa jäseneksi pääsyn vaatimus on halu lopettaa juominen. AA:ssa ei ole mitään liittymis- eikä jäsenmaksuja, toimimme omavaraisina omien vapaaehtoisten avustusten pohjalta.

AA ei ole liittynyt mihinkään aatteelliseen, uskonnolliseen tai poliittiseen suuntaukseen, järjestöön tai laitokseen. Se ei myöskään halua ottaa kantaa mihinkään kiistakysymykseen eikä asettua enempää puolustamaan kuin vastustamaan mitään.

Ensisijainen päämäärämme on pysyä raittiina ja auttaa toisia alkoholisteja saavuttamaan raittius.

**Tyyneysrukous**

**Jumala, suo meille  
tyyneyttä hyväksyä asiat,  
joita emme voi muuttaa,  
rohkeutta muuttaa, mitkä voimme,  
ja viisautta erottaa  
nämä toisistaan.**

**Tukihenkilösi:**

**Luettelo päivitetty  
12.06.2023**

**Anonyymit  
Alkoholistit  
Kokousluettelo**



**AA auttava puhelin**

**02 - 250 1125**

**joka päivä klo 18-20  
muina aikoina vastaajapalvelu  
Soita, halutessasi saat tukihenkilön**

## Turussa:

**AA-ryhmä Iso Kirja** Ma 19:00  
*Juhannusk. 27*  
*tunnin kokous*

**AA Palloryhmä** Ke 19:00  
*Kupittaankatu 108*

**AA Pönttöryhmä** Pe 10:00  
*Kupittaankatu 108*

**AA Rinneryhmä** Su 19:00  
*Juhannuskatu 27*

**AA Stjärngruppen** To 17:00-18:15  
*Temppelinkatu 2 C 51*  
*Joka toinen torstai,*  
*parittomat viikot*

**AA Tähtiryhmä** Ke 19:00  
*Temppelinkatu 2 C 51* Su 12:00  
*Ulko-oven vieressä ovikello* Ti 19:00  
(naistenkokous)

**AA Vuoriryhmä** Ma 19:00  
*Temppelinkatu 2 C 51* Ke 11:00  
*Ulko-oven vieressä ovikello* To 19:00  
*1,5 tunnin kokous* La 17:00

## NETTIKOKOUKSET

Vuori Online, Suljettu kokous  
Maanantaisin klo 17-18.15  
Zoom ID: 691 710 4661  
Passcode: 2468

## Salossa:

**AA Sillanpääryhmä** Su 18:00  
*Rummunlyöjänkatu 5*

## I Dalsbruk

**AA Dalsgruppen** Ti 19:00  
*Skogshemsvägen 4*

## Lisää kokouksia:

[www.vsaa.fi](http://www.vsaa.fi)

## AA auttava puhelin

voit soittaa nimettömänä

**02 – 250 1125**

**Päivystys päivittäin klo 18-20**

muina aikoina vastaaja palvelu

**Soita, halutessasi saat tukihenkilön**

## Lisätietoa AA:sta

[www.aloittajakysyy.fi](http://www.aloittajakysyy.fi)

[www.aasuomi.fi](http://www.aasuomi.fi)

**Sähköpostit:**

[info@aa-tupa.fi](mailto:info@aa-tupa.fi)

**Puhelimitse:**

**+358 (0)2 250 1125**

jätä viesti

**AA kirjallisuutta:**

voit ostaa kirjallisuutta useimpien ryhmien  
kokoustiloista, tai tilata osoitteesta:

[www.aa.fi](http://www.aa.fi)