

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 ihmisten 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
01.12.2025**

Anonyymit Alkoholistit Kokousluettelo

AA

AA auttava puhelin

044 - 248 1797

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

Turussa:

AA-ryhmä Iso Kirja
Juhannusk. 27
tunnin kokous

Ma 19:00

AA Palloryhmä
Kupittaankatu 108
1,5 tunnin kokous

Ke 18:00

AA Rinneryhmä
Juhannuskatu 27
1.12.2025 alkaen.

Su 19:00

AA Tähtiryhmä
Temppelinkatu 2 C 51
Naisten kokous
kuukauden 1. tiistai
(toistaiseksi alkaen 7.1.2025)
Ulko-oven vieressä ovikello

Ke 19:00
Ti 19:00
Su 12:00

AA Vuoriryhmä
Temppelinkatu 2 C 51
Ulko-oven vieressä ovikello
1,5 tunnin kokous

Ma 19:00
Ke 11:00
To 19:00
La 17:00

Salossa:

AA Sillanpääryhmä
Rummunlyöjänkatu 5

Su 18:00

I Dalsbruk

AA Dalsgruppen
Skogshemsvägen 4

Ti 19:00

Lisää kokouksia:

www.vsaa.fi

AA auttava puhelin
voit soittaa nimettömänä

044 – 248 1797

Päivystys päivittäin klo 18-20
muina aikoina vastaaja palvelu
Soita, halutessasi saat tukihenkilön

Lisätietoa AA:sta

www.aakokoukset.fi

Sähköpostit:
aakokoukset@gmail.com

Puhelimitse:
+358 (0)44 248 1797
jätä viesti

AA kirjallisuutta:

voit ostaa kirjallisuutta useimpien ryhmien
kokoustiloista, tai tilata osoitteesta:

www.aa.fi