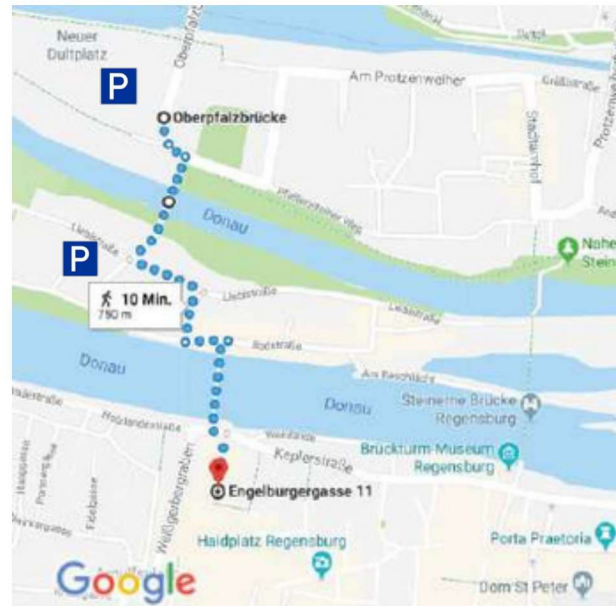


Wir laden Euch herzlich
in die Hauptstadt der
Oberpfalz
zu unserem
15. Marathonmeeting
in der Kontaktstelle der
Region Niederbayern /
Oberpfalz in der
Engelburgergasse 11 ein

Parken - kostenlos
am besten am Dultplatz
oder am Schopperplatz 1



Kartendaten © 2018 GeoBasis-DE/BKG (©2009),Google

15. MARATHON MEETING

am Oster-Samstag,
04.04.2026
In der Kontaktstelle
Engelburgergasse 11
93057 Regensburg



HALT ES EINFACH

AA und AL-Anon leben vom



Wir freuen uns auf Euch -
Das Kontaktstellenteam



Anonyme Alkoholiker

Al-Anon
Familien-
gruppen



Alateen
für Angehörige und Freunde von Alkoholikern

Tagesablauf

Gott
gebe mir die Gelassenheit
Dinge hinzunehmen,
die ich nicht ändern kann,
den Mut,
Dinge zu ändern,
die ich ändern kann
und die Weisheit,
das eine vom anderen zu
unterscheiden

ab 13:00 geöffnet

14:00 bis 16:00 Uhr AA- Meeting

„Wir werden einen neue Freiheit und
ein neues Glück kennenlernen!
** Pause 30 min Kaffee und Kuchen **
(Jede/Jederbringtwas mit)

16:30 bis 18:00 Uhr A-lanon-Meeting

“Wenn ich etwas tue,
tut sich was für mich”
* Pause 60 min/ kaltes Buffet *
(Jede/Jederbringtwas mit)

19:00 bis 20:00 Uhr Bilingual

Aus dem Blauen Buch:
„Die 12 Versprechen“

ab 20 Uhr gemeinsames Aufräumen

Gute
Heimreise



Die Präambel der Anonymen

Anonyme Alkoholiker sind eine Gemeinschaft von Menschen, die miteinander ihre Erfahrung, Kraft und Hoffnung teilen, um ihr gemeinsames Problem zu lösen und anderen zur Genesung vom Alkoholismus zu verhelfen. Die einzige Voraussetzung für die Zugehörigkeit ist der Wunsch, mit dem Trinken aufzuhören. Die Gemeinschaft kennt keine Mitgliedsbeiträge oder Gebühren, sie erhält sich durch eigene Spenden. Die Gemeinschaft AA ist mit keiner Sekte, Konfession, Partei, Organisation oder Institution verbunden; sie will sich weder an öffentlichen Debatten beteiligen, noch zu irgendwelchen Streitfragen Stellung nehmen. Unser Hauptzweck ist, nüchtern zu bleiben und anderen Alkoholikern zur Nüchternheit zu verhelfen.

© Anonyme Alkoholiker

Die Al-Anon Präambel

Die Al-Anon Familiengruppen sind eine Gemeinschaft von Verwandten und Freunden von Alkoholikern, die ihre Erfahrung, Kraft und Hoffnung miteinander teilen, um ihre gemeinsamen Probleme zu lösen. Wir glauben, dass Alkoholismus eine Familienkrankheit ist, und dass eine veränderte Einstellung die Genesung fördern kann. Al-Anon ist nicht gebunden an irgendeine Sekte, Konfession, politische Gruppierung, Organisation oder irgendwelche Institutionen. Al-Anon geht auf keinen Meinungsstreit ein; bei Anliegen außerhalb der Al-Anon Gemeinschaft wird kein Standpunkt befürwortet oder abgelehnt. Es gibt keine Mitgliedsbeiträge. Al-Anon erhält sich selbst durch die eigenen freiwilligen Zuwendungen. Al-Anon hat nur ein Anliegen: den Familien von Alkoholikern zu helfen. Dies geschieht dadurch, dass wir selbst die Zwölf Schritte praktizieren, dadurch, dass uns Angehörige von Alkoholikern willkommen sind und wir sie trösten, und dadurch, dass wir dem Alkoholiker Verständnis entgegenbringen und ihn ermutigen.

© Al-Anon-Familiengruppen

Die Alateen Präambel

Alateen gehört zu den Al-Anon Familiengruppen und ist eine Gemeinschaft von jungen Leuten, deren Leben durch das Trinken eines Angehörigen oder nahen Freundes beeinträchtigt worden ist. Wir helfen uns gegenseitig, indem wir Erfahrung, Kraft und Hoffnung miteinander teilen. Wir glauben, dass Alkoholismus eine Familienkrankheit ist, weil die ganze Familie seelisch und manchmal auch körperlich krank wird. Wenn wir auch unsere Eltern nicht ändern oder kontrollieren können, so können wir uns doch von ihren Problemen lösen und sie trotzdem weiterhin lieben. Wir diskutieren weder über Religion, noch beteiligen wir uns an irgendwelchen anderen Organisationen. Unsere einzige Aufgabe ist die Bewältigung unserer Probleme. Wir sind stets darauf bedacht, die Anonymität eines jeden zu schützen, auch die aller Al-Anon und AA-Freunde. Indem wir selbst nach den Zwölf Schritten leben, beginnen wir seelisch, gefühlsmäßig und geistig zu wachsen. Wir wollen Alateen für dieses wundervolle und heilsame Programm, nach dem wir mit Freude leben können, immer dankbar sein.

© Al-Anon-Familiengruppen