



# ИНФОРМАЦИОННЫЙ ЛИСТОК Северо-западного округа АА



ИЗДАЕТСЯ ИНФОРМАЦИОННО-ИЗДАТЕЛЬСКИМ КОМИТЕТОМ  
СЕВРО-ЗАПАДНОГО ОКРУГА

[www.aaspb.ru](http://www.aaspb.ru)

## Санкт-Петербург

### Форум «Белые Ночи»

Состоится с 02 по 04 июня 2017г. по адресу Лен. обл. пос. Комарово ул. Лейтенантов д.31 от ж/д станции (пеш. 10 -15 мин.) Заезд в пятницу с 17.00 часов. Проживание 1 чел. в 2х-мест. номер-1300 руб. в 1мест. номер -1700 руб в сутки с 3-х разовым питанием.

**Транспорт:** Метро: пл. Ленина (Финляндский вокзал электричка до ст. Комарово) Контактный телефон : 924-12-24 Доп. информ. по телефонам **Координатор** (Юля)8(921)3439657 **Размещение:** (Володя) +7(904)6177075; +7(911) 1987391

### Поддержите Группу «Невская»

Поддержите новую группу АА по адресу: **Метро:** Новочеркасская; Дальневосточный пр., д. 8, корп. 1 (социальный центр защиты матери и ребенка) Время проведения собрания каждый четверг 19.00 и суббота в 14.00 (кроме праздничных дней). Контактный моб. тел: +79118141485 Павел +79111533394 Дарья

### Вакансии по служению в комитетах

**Комитет по информированию общественности** Председатель (Андрей); **Комитет по региональному развитию:** Председатель (Костя) +7(911)2808443; **Финансовый комитет:** Председатель (Оксана) +7(911)1507092; **Информ-издательский комитет;** Председатель: (Дамир) +7(921)3063276); **Комитет по Форуму:** председатель 8(921)7696473(Саша); **Литературный комитет:** Ирина 8(953)9003833

### группе «Гражданка» 17 лет

Состоится 25 мая 2017 года в 18.00час. По адресу: Гражданский пр.. дом 105 (Центр помощи семье и детям) **Транспорт:** метро: Гражданский пр. троллейбус 38. Праздничное собрание, чаепитие, пироги. Поздравления и фото на память. Контактный моб. тел +7(950)0459622 (Сергей)

**Добро Пожаловать**

### Офис АА Санкт - Петербурга

по адресу: ул. Большая Подъяческая дом №34 (в помещении общественной организации «Азария») по четвергам с 17-00 до 20-00 работает ОФИС АА. Здесь можно приобрести литературу и получить информацию о работе групп АА в С-Петербурге Доп. инф. по моб. тел. Офиса +79046343627(Нина)

### «Дом Надежды на Горе» группа «Начало»

Собрания проходят по воскресным дням в 15.00 час. (открытые спикерские собрания)  
**По адресу:** Лен. область, Ломоносовский район, деревня Перякуля, Горской волости, дом №.16  
**Транспорт:** метро: Балтийский вокзал. Гатчинское направление, электричкой до ст. Можайская.  
Доп. инф. по моб. тел. +7 (921)3885101 Светлана

### Группа «Скворечник»

по адресу: Больница №3 Фермерское шоссе 36  
**Конференц-Зал (корпус №12) Транспорт:**  
**Метро:** Удельная (пеш 10-15 мин) Группа работает в субботу 11.00час. Доп. информация по моб. тел: 8(911)2472036 (Александр); 8(950)0382992 (Рома)

### Поддержите группу «Обрести себя»

Группа работает по Пн, Вт и Ср в 18.30 час по адресу: Кондратьевский пр.51 (библиотека).  
**Транспорт:** метро Финляндский вокзал (пл. Ленина) троллей бус №38, автобус № 107  
Доп. Информация по моб +7(921)965-10-60 (Сергей)

### Добро Пожаловать

### Двенадцатый шаг на радио «СПб»

Желающие принять участие в донесении смысла наших идей до широкой общественности на радио «Санкт-Петербург» (радиоточка на кухне) последний понедельник в 08.00 час.  
Доп. информация по тел:8(904)5534273 (Игнат).

### Двенадцатый шаг на радио «Мария»

Двенадцатый шаг на радио "Мария" - В каждый 4-й и 5-й четверг месяца в 20.20, передачу с участием АА "Выход есть" на радио Мария 1053 кГц средние волны или на сайте радио Мария [www.radiomaria.ru](http://www.radiomaria.ru) в передаче "Выход есть". Участвовать - Катя +7(931) 299 16 44

**Мы снова взяли статью из газеты «Петербургские Ведомости», где корреспондент знакомится с ребятами из группы АА «Скворечник».**

**Оттолкнуться от дна**

**Два дня рождения**

Антон и Евгений встречают меня возле метро. Вместе с ними я отправлюсь в психиатрическую больницу имени Скворцова-Степанова, при которой собирается одна из групп АА.

Антон – молодой и симпатичный, Евгений – с портфелем в руке.

Никакого сизого носа и капиллярной узорчатости. Увидеть в них алкоголиков не сможет, пожалуй, даже наметанный глаз нарколога. Выдает взгляд – обаятельный, немного одержимый и глубокий. Такой он у всех «новорожденных». АА так называют «бывших». Каждый из них отмечает два дня рождения – первый, когда появился на свет, и второй, когда научился в нем жить без стакана.

– Причем второй важнее первого, – заявляет Антон. Сам он не употребляет седьмой год. И не «вставляется». В прошлом оба кайфа он совмещал. Сегодня у него жена, счастливые мальчик и еще мальчик и любимая работа. Теперь он один из организаторов петербургского общества анонимных алкоголиков.

– С чего начал пить я? Когда мне было 13 лет, старший брат пошутил: «Вот тебе бокал коньяку, слабо?». Мне было не слабо. Я выпил и стал алкоголиком.

Антон – один из немногих зависимых, кто четко помнит этот момент.

– Ничего подобного со мной раньше не происходило, и мне это так понравилось! А учитывая то, что я вообще парень робкий по жизни, а тут такое освобождение, взрыв эмоций... Есть длинный путь к этому – вера, духовное развитие, взросление, а есть короткий – стакан. Правда, за быстроту ты заплатишь потом по тройной цене. Но тогда еще этого не знаешь. Ты говоришь себе – я справлюсь, у меня все под контролем. А потом, когда контроль теряешь, дергаться уже поздно.

Моего искреннего восхищения, однако, Антон не принимает.

– Я не совершал никакого прорыва! Когда меня притащили на группу, у меня не было сил ничего совершать. Я туда пошел, потому что сил не было сопротивляться. А мотивация, знаете, какая? Что конец пришел. Тебе двадцать восемь, а на тебе трусы, дырявые носки, четыре стены и никаких перспектив никуда. Тебя выгнали с работы, в трудовой книжке у тебя стоит штамп, что уволен за прогулы. Тебя выкинула из дома твоя женщина. А ты – нормальный парень, с головой. И вот он – итог твоей жизни.



У Евгения и возраст постарше, и «рекорд». Он, как здесь говорят, «трезвит» уже четырнадцать лет.

– Мотивация – достижение так называемого дна, – в глазах Евгения грусть и радость одновременно. – Когда сравниваешь, кем ты был и кем стал. Тогда перестаешь обвинять окружающих и понимаешь, что проблема внутри. Это, кстати, и есть первый шаг программы АА. Жаль, что не все и его делают. Но даже из тех, кто делает и приходит на наши группы, победить зависимость могут, увы, лишь единицы.

**Моя ужасная история**

Но вот мы подходим к помещению, где анонимные алкоголики уже собрались на очередное заседание группы.

В хорошо освещенной комнате человек двенадцать. Половина – в больничных пижамах и халатах. Это пациенты больницы. Кто-то пришел сюда от нечего делать, кого-то – привели. Остальные – свои люди, ходят на группу много лет.

– Я – Таня. Алкоголичка, наркоманка, – сухо и уверенно, словно читает доклад, начинает худая стареющая женщина с детским хвостиком на голове.

– Привет, Таня! – откликается группа. Здесь так принято – каждого приветствуют по отдельности.

– Я трезвая уже больше двенадцати лет, – тем же ровным голосом продолжает она. Ее отношение к происходящему выдают только выцветшие глаза. Они смотрят в пол. – Попадала и в больницу, и в тюрьму. Сама сдалась уже, от меня нарколог отказалась, капельницы не помогли. А до этого я не пила восемь лет сама. Училась, работала, диплом красный получила, семья у меня была... – голос ее внезапно переходит на скрип. – И при этом у меня была постоянная борьба с этой тягой и чувство в голове, что я ненормальная, ущербная. Стыд был жуткий, я не знала, что это болезнь и что это в моем случае – нормально, – на губах Тани едва различима улыбка, предназначенная как бы себе самой. – И после восьми лет я сорвалась. Пила пять лет. Это было второе дно... Суициды и добровольная сдача в психиатрическую больницу. Теперь я не пью и могу сказать только одно: если бы мне не нравилось жить трезвой, я бы пила. И после паузы добавляет с горечью:

– К моему великому горю, я выздоравливаю параллельно с употреблением моей дочери...

Следом за ней безо всякого особого перехода продолжает уже другой – Николай.

– Моя проблема не в том, что я употребляю, а в том, что не умею жить трезво, – в той же предельно откровенной манере сообщает он. – Я даже создал некую религию на своем отношении к наркотикам и назвал себя коллекционером мироощущений... Меня отрезвила любовь, которую я встретил. Она – алкоголик, и сейчас мы вместе с ней боремся с этим. Три недели и три дня я не пью, – с гордостью сообщает мужчина. Новички считают сначала дни без выпивки. Потом годы. – Но настоящая трезвость начнется тогда, когда я отойду от психиатрических назначений.

Я не могу удержаться от улыбки, и Николай с жадностью ловит мой взгляд. Ощущение, что он ловит спасательный круг.

– Слава, алкоголик, – постоянно смотрящий в одну точку еще молодой парень, не поднимая глаз, начинает рассказ своего «триллера». – Когда меня выписали из этой больницы в январе этого года, первое, что я сделал: помчался к своему другу. Это вылилось в длительный запой. Была моя очередь спуститься в магазин за очередным пузырьком, – безучастным голосом сообщает он. – Я вернулся, а мой друг лежит мертвый, у него остановилось сердце, – Вячеслав едва слышно запинаясь, но тут же снова продолжает выкатывать из себя деревянные слова. – Мы вместе ходили в детский сад, в армии переписывались, всю жизнь прошли вдвоем. С тех пор я завязал... – и слегка тряхнув головой, словно очнувшись, – спасибо, я трезвый!

### Учиться жить заново

Зав. отделением врач-нарколог Александр Николаевич называет меня «дорогой журналист» и скептически улыбается. Зависимого он вычлняет из толпы в секунды, а в полное выздоровление не верит. Впрочем, как и большинство специалистов. От зависимости нельзя вылечиться, можно лишь научиться жить с новым Я.

– Однажды мне пришлось ехать по обгоревшей тайге – это было одно из самых страшных зрелищ в моей жизни, – Александр начинает с аллегории. – А еще я помню молодые, пока неокрепшие ростки, которые пробивались сквозь эту черноту. Так вот эту выгоревшую тайгу можно сравнить с той пустыней, в которой оказывается человек, отказавшийся от алкоголя или наркотиков. А ростки – с новым интересом, который постепенно прорастает внутри него. Ведь человек, имеющий химическую зависимость, отучается жить в обычной среде. Он существует по тем законам, которые диктует алкоголь и наркотики. По сути, ему нужно учиться жить заново. Каждый день. Это сизифов труд. Но есть отличие: он не только изматывает, но и духовно развивает.

Увы, духовно развиваться готовы немногие. Из десяти человек, пришедших на группу, заинтересовываются пять-шесть, а навсегда отказываются от зелья лишь двое. Зато само общество растет – медленно, но верно. Семь лет назад в нашем городе было около двадцати групп АА. Сегодня их число приближается к сорока. Кому-то они помогают, но способны ли они переломить ситуацию – большой вопрос.

– Многие считают, что наша страна перешагнула рубеж, точку невозврата в плане алкоголизма, когда нельзя вернуться к полноценной жизни, – продолжает нарколог. – Я не могу достоверно сказать, так это или нет. Но тенденции неутешительные. Не думаю, что количество алкоголиков сокращается. Что касается наркозависимых, то за последнее время их число резко возросло. Это можно судить даже по тому объему героина, который перевозится через границу. Что с этим делать, не знает никто.

*По данным МВД, среднегодовое потребление алкоголя в нашей стране в перерасчете на чистый спирт составляет от 12 до 14 литров. Притом, что Всемирная организация здравоохранения оценивает ситуацию как*

*опасную при показателе от восьми литров. Специалисты говорят: Россия в этом вопросе давно перешла точку невозврата. Но отдельные люди пытаются бороться со статистикой. Среди них и участники общества анонимных алкоголиков (АА).*

Перепечатано по разрешению из газеты «Петербургские ведомости» Ольга ФАДЕЕВА Выпуск №146

=====

### Мой первый шаг.

Путь к выздоровлению у меня был, как водится, свой. Я — потомственный алкоголик. Помню, как отец, напившись, бил себя кулаком в грудь и кричал: я — хроник! Что означало «хронический алкоголик». Конечно, в детстве меня раздражали и возмущали его пьяные выходки, поэтому про себя я решил: уж я-то пить никогда не буду, не хочу быть таким. И до 16 лет я не выпил ни грамма спиртного. Однако после того как я перешёл в 10-й класс, всё стало меняться. Непонятно говорят, что дети копируют модели поведения своих родителей, даже если не хотят. У меня было 3 друга, одноклассника, дружбу с которыми я считал самым важным делом на свете. В 9-м классе они стали понемногу выпивать, а я оставался верен своему решению оставаться трезвым всю жизнь. И вдруг я с удивлением стал замечать, что друзья начали отдаляться от меня. Куда-то они ходят, куда-то ездят, какие-то новые знакомые у них, которых я не знаю, какие-то новые интересы, мне неизвестные, разговоры, мне непонятные. Наверно, я боялся остаться один, и поэтому мои жизненные установки насчёт алкоголя вдруг поменялись на 180°. Я вдруг сказал друзьям, что приму участие в их следующей пьянке и вложил свою долю денег. Купил 2 пачки сигарет, я ведь и не курил до той поры, не считал нужным. На следующий день я стал выпивающим человеком. В тот день мы пили вино, водку и аперитив. Всё это мне показалось одинаковым на вкус, но состояние опьянения понравилось. Сначала мы выпивали редко, примерно раз в месяц, ведь все жили с родителями. И когда у кого-нибудь оказывалась свободная квартира, собирались у него. В школе на переменах начал выбегать покурить с друзьями. На демонстрации 7 ноября в 1-й раз выпили в подъезде. Романтика! Весной в школе организовали Ленинский Субботник, и мы решили выпить на нём, как это принято у взрослых. Выпили удачно, никто из учителей не заметил. Но самое главное в том, что после этого я провожал домой сразу двух самых красивых одноклассниц, что-то им увлечённо рассказывал, да так интересно, что на утро они мне хором сказали: «Уж ты лучше пей, так ты намного интереснее». Я подумал и решил: что ж, надо пить. Я собирал всякую информацию о пользе алкоголя и курения, которая, хоть и попадалась довольно редко, успокаивала меня и убеждала, что я на правильном пути. Конечно, это лишь тогда мне казалось, что я находил информацию, а сейчас я понимаю, что это была чушь безответственных журналистов. Например, статейка о том, как самый старый житель Японии в свои 110 лет до сих пор выпивает рюмку саке перед сном и выкуривает 3

сигареты говорила мне о несомненной пользе алкоголя и курения для здоровья человека.

Вскоре я закончил школу и поступил в институт. Выпивал теперь уже чаще, однако пока только за компанию и не опохмелялся. После 1-го курса меня забрали в армию, и, когда на 2-м году службы мне дали отпуск 10 дней, я научился опохмеляться и пить каждый день. По моим тогдашним понятиям, в отпуске надо было пить, а тратить время на отходняки некогда. После этого я всегда опохмелялся, если была возможность. «Зачем мучиться, если можно не страдать?» — рационально размышлял я. После армии продолжил учиться в институте, однако выпивка уже занимала всё больше времени. Через 2 года институт я бросил, успокаивая себя, что перехожу в другой, более интересный. Однако никуда я не перешёл, и всё лето провёл так: с утра шёл за пивом, делал бутерброды и весь день пил пиво, читая и размышляя о смысле жизни. У меня появились знакомые у пивных ларьков. Художники, которые не рисуют, потому что у них руки с утра дрожат, поэты, музыканты, экстрасенсы и философы того же разлива. Это сейчас я понимаю — то были просто неудачники, а тогда они были для меня богемой. Я уже знал расписание работы всех ларьков в округе, которые стали для меня своеобразными клубами для общения. Конечно же, никогда не отказывался выпить и чего-нибудь покрепче пива. Вдруг я понял, что я и сам стал алкоголиком. Меня это удивило, однако не огорчило. Многие уважаемые мною люди были алкоголиками, по крайней мере, я был в этом тогда убеждён — Омар Хайям, Сергей Есенин, Владимир Высоцкий, Эрнест Хемингуэй и другие. С телеэкрана часто доносилась мысль о том, что все хорошие, славные люди должны выпивать. Я знал, что 5% людей не пьют вообще, но считал, что это больные. В руки мне попала лекция академика Углова, в которой он говорил, что если человек выпивает больше 4-х раз в год, то он — алкоголик. Это меня ещё больше успокоило — ну ведь 95% людей выпивают больше 4-х раз в год, значит они все алкоголики, как и я. Только они не знают об этом, а я знаю. Мне — плюс.

Постепенно последствия выпивки становились всё хуже, а похмелья — всё тяжелее. Сначала я просто шёл к ларьку и брал пару кружек пива, становилось легче. Потом заметил, что иногда и 5 кружек не помогают, а бывает, что и вообще нет сил дойти до ларька. Начал попадать в вытрезвитель. Ухудшились отношения с соседями по квартире настолько, что мне угрожали расправой. Бабушка прокричала: «Ты вор, не приезжай ко мне больше!», — после того, как я с бодуна выпил у неё 2 бутылки водки из запасов, купленных ещё по талонам. Я-то думал: сейчас выпью, а потом верну, а она обиделась. Устраивался на работу, но долго продержаться нигде не мог — запивал в самый неподходящий момент, и меня сразу увольняли. Потом вообще перестали брать, перебивался случайными заработками. Начал покупать дешёвый спирт, разбавлять его водой и пить

вместо водки. «А гадость пьют из экономии, хоть поутру, да на свои» — эта песня про меня. Такая жизнь мне не нравилась, но я не видел, как можно что-то изменить. Всё чаще пил один и задавал себе вопрос: ну почему мне так не везёт? Ведь у других-то всё нормально? Разве я хуже их? Часть моих одноклассников, с которыми я начинал пить, стала преуспевающими бизнесменами, обзавелись семьями. Другие работали на высокооплачиваемой работе, и, хотя тоже выпивали каждый день, со своими обязанностями справлялись. К первым я даже не решался обращаться, вторые перестали мне давать займы по 20 рублей на опохмелку, хотя я всегда отдавал. Я считал, что пьют все, а не везёт только мне и считал это несправедливым. Неужели я такой тупой? Это мне было невозможно принять. Иногда бросал пить на 2-4 недели, но на большее меня не хватало. Друзей у меня не осталось, подруг тоже, общался в основном с отцом, выпивали вместе. Я его любил, но мы часто ругались по пустякам, как это бывает у пьющих людей. Я сокрушался о своей тяжёлой жизни, но вскоре мне пришлось вспоминать о ней, как о райской.

Отец умер внезапно для меня, хотя всё к тому и шло. Он получил пенсию, мы с ним выпили, наутро я проснулся, а он — нет. Через год мне удалось устроиться на работу дворником, но с первой получки я ушёл в запой. Очнулся в больнице со сломанным плечом и привязанным к кровати. Санитар мне сказал, что я 2 недели лежал без сознания. Мне даже перевязку не стали менять — думали: всё равно помрёт, что бинты зря тратить. Я не помер, однако рана загноилась, начался остеомиелит. Поэтому около четырёх месяцев я пролежал в больницах. Вот теперь я вспоминал, как хорошо мне было жить 2 года назад, когда рука была здорова, и отец был жив. Я бросил пить и продержался 2 месяца, потом стал навёрстывать упущенное. За год я 2 раза поменял свою комнату на меньшую с доплатой. Обменом я занимался в нетрезвом виде поэтому условия обмена были грабительскими для меня. Впрочем, когда я это замечал, было уже поздно. Не успел я долечить руку, как сломал ногу, что сделало меня окончательно нетрудоспособным. Даже инвалидность не успел оформить. Я лежал со сломанной ногой в своей комнате и плакал от безысходности: ну вот, жизнь и кончилась, и даже хорошего ничего не было в ней за 33 года. Выпить нечего, еды нет, денег нет, здоровья, чтоб заработать их, тоже нет. Соседи обрезали мне телефон и обещали меня выбросить в окно с 7-го этажа, а в милиции сказать, что я сам выпрыгнул. Пока я лежал в больнице, они выкрали у меня из стола документы на квартиру и отдали знакомому чёрному маклеру, который как раз занимался одинокими алкоголиками. Я обратился в милицию, а там меня пригрозили посадить за дачу ложных показаний. Я не мог связаться ни с бывшими друзьями, ни с родственниками, да и что бы я им сказал? Обратиться за помощью не к кому. Вот это было уже дно, правда, понял я это через 2 года, будучи членом АА.



Я и раньше иногда обращался к Богу, но в основном как-то формально, а тут в отчаянии взмолился о помощи. И как-то всё же выжил и в следующем году попал к Анонимным Алкоголикам.

Когда я пришёл в АА, я знал, что я — алкоголик, но вот понимание своего бессилия перед алкоголем — это пришло только со временем. Ведь алкоголь для меня заменял всё! Содружество мне понравилось сразу, и я решил стать его членом.

Ходил 90 дней — 90 собраний и вообще за 1-й год посетил более 300 собраний. Сначала не собирался бросать пить навсегда — это просто не укладывалось у меня в голове. На 2-м месяце вдруг открыл, что можно и в самом деле не пить. Ещё одним открытием стало то, что причина моих бед вовсе не в «незвезении», а в злоупотреблении алкоголем. Что алкоголь не только не помогает в жизни, а наоборот, искажает всю мою картину мира, как кривое зеркало. Я решил попробовать бросить пить и научиться жить трезвым.

Остаюсь трезвым уже 6-й год. Сначала, первые 2 года, порой бывало трудно. Однако я верил, что будет лучше, да и другого выхода не было. Постепенно пришлось признать, что моя жизнь постепенно улучшается. Если в 33 года я думал, что жизнь кончилась, то в сейчас, в 41, считаю, что она только начинается. Я понял смысл жизни и законы природы. Например, то, что я сам являюсь причиной всего, что происходит со мной, независимо от того, что делают другие. Что человек хоть и сам кузнец своим проблемам, да только не каждый может себе позволить неприятности иметь. Что случайного в жизни ничего не случается и многое другое.

Улучшилось и здоровье — пришёл в АА инвалидом 2-й группы, сейчас у меня нет инвалидности, вернулась острота зрения. Улучшается и материальное положение, хоть медленно, но верно. У меня появилась личная жизнь, появились хорошие товарищи. Жизнь моя, которая раньше походила на фильм ужасов, превратилась в интересное приключение. Ушла тоска, исчезли неприятности. Раньше я радовался только, когда было что выпить, теперь знаю, что всегда можно найти причину как для радости, так и для печали. Так зачем же я буду тратить время на печаль, когда его можно потратить на радость? Грех предаваться унынию, когда есть другие грехи. Познай себя сам, пока тебя не познали другие! Научись хотеть то, что имеешь — и будешь иметь всё, что хочешь.

Спасибо Вам и Богу! Сегодня трезвый.  
город Омск (Евгений)

=====

### Личные истории.

Не может человек в белой горячке пытаться переловить своих зеленых чертей и сдать их в зоопарк. Ему лучше обратиться к доктору...

**Роберт Хайнлайн**

"Завтра я не буду пить. По крайней мере, с утра. Во всяком случае, если мне не будет так невыносимо плохо", — так договаривалась я с собой вечером, накануне очередного рабочего дня.

Утро было добрым, да и чувствовала я себя нормально (более или менее). Я не должна была пить в это утро — таким было вчера моё решение. Но одна только крохотная мысль мелькнула: сейчас по дороге на работу я всё-таки зайду в магазин и возьму немного выпивки. И я так обрадовалась собственной мысли, будто узнала хорошую новость.

Дорога из дома, магазин, подворотня в чужом дворе, где я могла сделать первые глотки, — всё было таким родным и любимым. И кайф от первых нескольких глотков, а потом ещё — словно пришло какое-то облегчение, или просто ощущение уюта, сравнимого с кайфом закутанного в одеяло на любимом диване человека или ребёнка в материнских объятиях. Подобное состояние длится минут 10, от силы — 20. Больше его нет. Не бывает! Дальше — настолько плохо, насколько было хорошо. И ты уже знаешь об этом заранее, знаешь наверняка, больше нет секрета в том, что ты — алкоголик. Но такие дни повторяются один за другим, и никто и ничто не в силах остановить этого хода событий.

Кто знает, сколько времени ещё суждено мне было так прожить, если бы не страх потерять семью. Когда муж говорил мне очередной раз, что это уже всё, развод, что ничто мне не поможет, что я никогда не справлюсь с этой проблемой, я всё же подсознательно понимала, что справлюсь, надо только найти помощь. Но я не хотела; обманывала себя и его, но на самом деле не хотела бросать пить. Однако безумный страх перед возможной потерей, к счастью, оказался сильнее. И я, будучи убеждённым атеистом, шептала, глядя на своё отвратительное отражение в зеркале: «Господи, помоги мне!»

Этот подавленный шёпот был криком отчаяния. В таком вот «разорванном» состоянии я и появилась впервые на группе анонимных алкоголиков, где люди, такие же не виноватые в своей болезни, как и я, делились опытом, силами и надеждой с целью помочь друг другу. Это оказало неизгладимое впечатление, даже если сначала и не казалось разумным, не вязалось ни с чем знакомым и понятным.

Сегодня я счастлива, что могу идти по жизни прямо, не шатаюсь, и в прямом и в переносном смысле этого слова.

*Женя. (Перепечатано из информ-листка «Берег левый» август 2011 год)*

=====

### Выбор Наставника-Спонсора!

Привет! Я Наталья алкоголик Тверская обл. У меня есть наставница. Мне это крайне необходимо, мне бы без нее было очень тяжело. Групп нет, поэтому я старалась работать по шагам, выполняла все задания под ее руководством, все досконально прописывала. Сейчас на 9 шаге. Правда дело немного застопорилось, но, думаю, это временно. Одолею. Считаю, что наставница помогла мне в обретении более-менее полноценной трезвости. Я не буду говорить, что сейчас

у меня все супер и что жизнь по всем показателям круто пошла вверх, но все значительно лучше, чем раньше. Причем наставницу я выбирала сама, ждала, пока ей можно будет заниматься наставничеством. Мне очень понравились ее высказывания на интергруппах, на Весвало. Считаю, наставником должен быть не лишь бы какой человек и тем более не несколько, и даже срок трезвости не имеет такого уж большого значения, а самое главное, чтоб это был духовно близкий человек и тогда ему можно верить. Одна бы я не справилась и по сей день пребывала бы в унынии. Наставничество - очень нужно и полезно. И еще хочу добавить, что оно воспитывает самодисциплину, смирение, потому как приходится слушать наставника, подавлять рвущиеся наружу отрицания и смирять свою гордыню, но это стоит последующих результатов. Спасибо богу и Вам. Сегодня трезвая! (Наташа)

=====

**Протокол  
Очередного рабочего собрания Окружного Совета  
по Обслуживанию АА  
Северо-Западного округа России  
от 25.04.2017 время 20.30**

**Присутствовали:**

1. Саша Б. (Горская) - член ОСО СЗО АА, председатель ОСО СЗО АА, председатель комитета по формам
2. Антонина Н. (Горская) - ВРИО секретаря ОСО СЗО АА
3. Вика (Горская) – член ОСО СЗО АА, казначей интергруппы
4. Денис
5. Марина (Миргородская) - член ОСО СЗО АА - председатель комитета по лечебным учреждениям и связям с религиозными учреждениями

**Skype:**

6. Ирина Т. (В. Новгород) – член ОСО СЗО АА, председатель литературного комитета
  7. Оксана (Ступени) – член ОСО СЗО АА – казначей ОСО, председатель финансового комитета
  8. Нина АА – секретарь офиса
  9. Вова М.-АА
- 6 чел. с правом голоса

Регламент: 1 ч 30 м без перерыва

**Повестка на заседание: 25.04.2017**

1. Отчет комитета
  2. Обсуждение ближайших мероприятий АА в СЗО
  3. Представитель ОСО на интергруппе
  4. Отчет Делегатов на 29 конференцию
  5. Разное.
    1. рабочие собрание по форуму Белые ночи 14.05 2017. в 20.00 состоится в помещении группы О. Мартина. Будет утверждена программа форума. Можно бронировать места на сайте.
    2. Отчет ЛУ и РО. Заказали стенды.
- Предложение. (передать в КИО их производство и распространение)

2. Провести круглый стол на БН ответственный Леня Д.
3. Нина. Книги: реализовано 213 шт. остаток 436 шт.
4. МК. Татьяна Н. Планируется поездка в Польшу и Белоруссию.
5. Дамир. Продолжается работа по поддержке групп и работа над сайтом.

Отчет о 29 конференции АА России. 06.04-09.04.2017г. Было 62 участника 40 из них с правом голоса. Было 78 вопросов на пленарном заседании 20 вопросов не вошли в обсуждение. От СЗ был 1 вопрос « по окончании перевода БК»

За 13 против 26. не принят.

Цене на литературу остаются прежними, теперь мы продаем, а не распространяем литературу. Вопрос об организации «единой» конференции не прошел. Выбран новый совет РСО. Новый Исполнительный директор Фонда ( была отдельная встреча) В фонде нет должностных обязанностей у ИД.

Конференция прошла в атмосфере любви и дружбы.  
6. Оксана казначей СЗ. Дебит 41723 р. Кредит 31308р. Остаток на 52.04.2017г. 23130 р. Резерв 14000 р.

**Повестка на заседание: 25.05.2017**

1. Отчет комитета
2. Обсуждение ближайших мероприятий АА в СЗО
3. Представитель ОСО на интергруппе
4. Разное

Протокол вела Антонин группа «Горская»

=====

**Протокол собрания  
Интергруппы АА Санкт-Петербурга 27.04.2017**

**Повестка:**

1. Обсуждение 4-ой Традиции.
2. Отчеты комитетов и служб.
3. Информация о Конференции
4. Информация о медалях.
5. Опыт и проблемы групп.
6. Разное:

**Присутствовали:** Юлия -гр. «Наш Путь" Председ. ИГ Нина -гр."Мужество" Секретарь офиса; Ольга -гр. «Возвращение" отв. контактный телефон; Александр -гр. «Горская" председатель СЗП ОСО.

**Представители групп:** Анатолий-гр. «Весна"; Игорь-гр. «Вторая жизнь"; Николай -гр. «Рыбацкое"; Вика – РК "Север"; Ольга-гр. «Освобождение"; Андрей -гр. «Воскресенье"; Таня-гр. «ССНП"; Юрий-гр. «Купчинская"; Александр-гр. «Начало"; Карина-гр. "BBSS"; Наталья -гр. «Озерки"; Алексей -гр "Аргентум"; Алина - гр. «Миргородская"; Леонид-гр. «Отца Мартина"; Милена -гр. «У озера"; Дима -гр. «Ступени"; Александр - гр. «Фёдоровская"; Алексей -гр." гр. Школьная".

**Наблюдатели:** Надежда -гр. «Восход"; Анна -гр.5-я линия дублёр; Александр-гр. «Купчинская»; Артём -гр. "BBSS".

**Решения:**

**Повестка дня на следующее собрание ИГ АА С - Пб.**

1. Обсуждение 5-ая Традиции.
2. Отчеты комитетов и служб.

## 3. Опыт и проблемы групп.

**Информационно-издательского комитета СЗП по основным книгам АА**  
**Остаток книг АА. на 26 Апреля 2017 года 436 шт. на сумму 42916 руб.**

Приход		Окружным, Районным комитетам					Расходы		
Наименование приход	Кол-во остаток	Офис 100/88	Офис 150руб	Офис 220	Офис поступил РК Север	остаток	расход	шт.	итого
Анонимные Алк.	164	115/0				49			
Жить Трезвыми	77	18/0				59			
12/12 Традиций	68	18/0				50			
Ежед. размыш.	43	22/0				21			
Пришли к убежд.	16	2/0			3	17			
Как это вид. Билл	19	1/0			6	24			
АА с историями	12				0	12			
АА взрослеет	12					12			
Д. Боб и слав. Вет.	12					12			
Язык сердца	13			1	0	12			
<b>итого</b>	<b>436</b>	<b>177 /0</b>		<b>1</b>	<b>9</b>	<b>268</b>	<b>итого</b>		

**Остаток книг АА. На 26 мая 2017 года. 268 штук на сумму 28000 руб.**

Информационно – издательский комитет (Денис, Владимир) Секретарь Офиса– Нина (группа «Мужество»)

<b>Финансовый отчет за Апрель 2017 года окружного совета Северо-западного округа.</b>			
<b>Остаток на 28.03.2017г</b>		<b>15715 руб</b>	
приход		расход	
От кого		Вид затрат	
апрель		Отчисления в РСО	
от Интергруппы	32080	% за перечисление	1800
гр. Архангельска	1843	Дорога на Конференцию 4 чел.	14400
гр. Вел. Новгород	800	Аренда офиса февраль	2000
скайп группа "Планета"	3500	З\п Секретарь офиса февраль	5000
гр. "Ступени «дорога делегатам	3500	стенды	2000
		Делегатский взнос для Конференции	9000
<b>Итого приход</b>	<b>41723</b>	<b>Итого расход</b>	<b>34308</b>
<b>Остаток на 25.04.2017г. 23130 руб. резерв 14000 руб.</b>			
<b>Казначей окружного совета северо-западного округа Оксана группа «Ступени»</b>			

## Финансовый отчет Интергруппы АА Санкт-Петербурга и Лен. Области

за АПРЕЛЬ 2017 г. Итого остаток на 01.04.2017: 10 000 руб.

Расшифровка входящего остатка			Сумма
Резерв Интергруппы			10000
Итого:			10 000
Приход	В ИГ	Расход	Сумма
Пожертвования от групп			
Аргентум	500	Информ-листок	400
Академия	500	Расписания	600
Возвращение (Цимбалина,38)	300	Ризограф	1708
Вторая жизнь	1500	Радио «Мария», оплата эфирного времени	1150
Восход	700	Окружной Совет АА Северо-Запада	21942
Весна	500	Телефон доверия АА СПб и ЛО	300
ВВСС. Любовь	300		
Горская	3000		
Гражданка	1000		
Интергруппа	1800		
Кронштадтская	200		
5-я линия	2000		
Миргородская	1000		
На Школьной	1000		
Освобождение	300		
О. Мартина	1000		
РК Север	3000		
Рыбацкое	500		
ССНП	2000		
Ступени (г. Пушкин)	4500		
У озера (г. Сестрорецк)	500		
Итого приход:	26100	Итого расход:	26100

Расшифровка исходящего остатка Итого остаток на 30.04.2017:	10 000 руб.	Сумма
Резерв Интергруппы		10 000
Итого:		10 000

Казначей Интергруппы: Вика, группа «Горская»

Петербургский информационный листок АА выпускается раз в месяц к интергруппе Санкт-Петербурга.

Для того чтобы получить листок, любой группе достаточно прислать своего представителя на интергруппу (последний четверг каждого месяца в 18.00) по адресу: ул. Б. Подъячская д. 34, (помещение общественной организации «Азария»). Если у кого-то есть желание и возможность принять участие в деятельности Информационно-издательского комитета при Окружном Совете Северо-Запада АА – сообщите об этом, любым удобным для Вас способом. Сайт [www.aaspb.ru](http://www.aaspb.ru) почта: [aa-spbinter@yandex.ru](mailto:aa-spbinter@yandex.ru) Страница для чтения онлайн и электронной подписки: <http://goo.gl/tkaC0D>

