

AA TEMADAG

Om de 12 traditioner
og vores personlige
ædruelighed

18.10.2026

**Kom med til en spændende temadag sammen
med andre AA-medlemmer fra Nordjylland.**



DE 12 TRADITIONER OG VORES PERSONLIGE ÆDRUELIGHED

Med dette tema ønsker vi at sætte fokus på, hvordan de 12 traditioner ikke blot beskytter vores grupper og AA som helhed, men også udgør et uundværligt fundament for vores personlige ædruelighed.

1. tradition påminder os om, at »Vores fælles velfærd bør komme først; personlig helbredelse afhænger af AA-enheden.« Uden velfungerende grupper og et stærkt fællesskab har den enkelte alkoholiker intet tilflugtssted.

Traditionerne hjælper os til at slippe egoisme, øve os i ydmyghed og sætte principper før personligheder – redskaber, som er helt afgørende for at bevare vores personlige ædruelighed i hverdagen.

Gennem oplæg, gruppesnak og åben dialog vil vi sammen udforske traditionerne 1-12 og dele erfaringer om, hvordan traditionernes principper styrker både vores grupper og os selv som enkeltpersoner.

PROGRAM

09.30 Velkomst, kaffe/te og introduktion
10.00 **Tradition 1-6** Oplæg og drøftelse på tværs af grupperne om de første 6 traditioner – med fokus på fælles velfærd, enhed og sammenhængen til den personlige ædruelighed
12.00 Frokost & hyggeligt samvær
13.00 **Tradition 7-12** Oplæg og drøftelse af de sidste 6 traditioner – om bl.a. selvunderhold, anonymitet samt principper før personligheder
15.00 Afslutning & opsamling på dagen
15.30 Sindsrobøn og tak for i dag.

PRIS, TILMELDING OG FRIVILLIG PÅ DAGEN

Prisen er 100 kr. og inkluderer morgenkaffe/te, let frokost og sodavand/vand samt kaffe og kage om eftermiddagen. Betaling sker på dagen til MobilePay 8571ZV. Evt. overskud sendes til AA Danmark.

Hvis du har lyst til at medbringe en kage eller hjælpe med det praktiske (f.eks. kaffebrygning eller oprydning), vil der blive sat stor pris på det. Giv gerne besked ved tilmeldingen - Også hvis der er særlige hensyn til allergener eller kost.

TID

**Søndag den 18. oktober 2026
kl. 09.30 - 15.30**

STED

**De Frivilliges Hus
Hadsundvej 35
9000 Aalborg**

TILMELDING

**Senest
den 11. oktober på email:
web@aaaregionnordjylland.dk**