

## PERSONLIGE HISTORIER

- Jeg sad til møde i lang tid og følte mig anderledes og havde ikke lyst til at være der. Jeg vidste ikke hvorfor? Det var først da jeg tog en kaffepost og blev en del af en hjemmegruppe, at jeg fandt noget håb. I dag elsker jeg at lave service og bringe det håb jeg selv fik.

- At være til rådighed i service for andre hjælper mig til at have fokus på arbejdet med programmet. Det fjerner mig fra mine problemer ved at dele erfaring, styrke og håb med andre, og jeg lærer.

- Service er hjertet i NA. Det er også hjertet i min bedring. NA lærte mig den helende kraft der er i uselvvisk given: "vi beholder hvad vi har ved at give det videre". Jeg føler mig som en del af noget forbløffende der var der til at redde mit liv. Jeg vil være sikker på det er der for andre i fremtiden – når de behøver det. Service får mig til at føle jeg har et formål, ud over mine egne ambitioner og drømme. Mine drømme er afhængige af min fortsatte afholdenhed fra stoffer. For at opnå dette er jeg afhængig af NA fællesskabet. NA er her fordi folk giver deres tid til service så møderne fortsætter.

- Jeg finder formentlig aldrig ud af hvem der havde sat den helpline plakat op, som fik mig til mit første møde, eller hvem stemmen tilhørte på helpline telefonen, men jeg kan vise min taknemmelighed ved at lave service der bringer dette budskab til andre addicts som mig selv.

- Da jeg kom til NA var mit ego lige så stort som mit selvværd var lille. Gennem service lærte jeg at lytte og give plads til andre, samtidig med at jeg følte mig værdsat. Angst og fordømmelse blev til tillid og kærlighed.

- Det var først da jeg begyndte at involvere mig i service, at jeg rigtig fik følelsen af at være en del af NA. Service hjælper mig til at blive ved med at udvikle mit personlige program og fastholde fokus på min bedring, samtidig med jeg bringer budskabet videre.

## SKAL JEG INVOLVERE MIG I SERVICE?

Absolut! Vi opfordrer dig til at vælge en hjemmegruppe og blive involveret øjeblikkelig. Mange af os har erfaret, at hjemmegruppen er indgangen til service i NA. Mange af os har også diskuteret det at lave service med vores sponsor og opdaget at han eller hun opmuntrer og måske har forslag til yderligere involvering.

**Vi opfordrer dig også til at deltage i andre niveauer af service, f.eks:**

- Holde møde i et fængsel eller på et hospital
- Besvare tlf. opkald fra en desperat addict
- Informere professionelle om NA
- Opdatere lokal webside
- Hjælpe på et konvent
- Være med til at udvikle/oversætte NA litteratur
- Samarbejde med NA-fællesskaber i verden
- Bringe en aktiv til sit første møde

I Basis Tekst står: "vores overlevelse er direkte forbundet med gruppens og fællesskabets overlevelse".

Vi opdager også, at service er en integreret del af vores personlige bedring i NA og giver os muligheden for fuldt udbytte af det programmet har at tilbyde. Som det siges i litteraturen: "den terapeutiske værdi af en addict der hjælper en anden er uden sidestykke"

## YDERLIGERE INFORMATION:

[www.nadanmark.dk](http://www.nadanmark.dk)

og

"Guide to local service"



**Narcotics  
Anonymous®**

NA Danmark

**SERVICE**

Informationspamflet

Vi kan kun beholde det vi har  
ved at give det videre...

OSK - OMRÅDE SERVICE KOMITE  
RSK - REGION SERVICE KOMITE  
O.I. - OFFENTLIG INFORMATION  
EDM - EUROPÆISK DELEGERET MØDE  
GSR - GRUPPE SERVICE REPRÆSENTANT  
**OSR - OMRÅDE SERVICE REPRÆSENTANT**  
H & I - HOSPITAL OG INSTITUTION  
RD - REGIONS DELEGERET  
**OSK - OMRÅDE SERVICE KOMITE**  
RSK - REGION SERVICE KOMITE  
O.I. - OFFENTLIG INFORMATION  
EDM - EUROPÆISK DELEGERET MØDE  
GSR - GRUPPE SERVICE REPRÆSENTANT  
**OSR - OMRÅDE SERVICE REPRÆSENTANT**  
H & I - HOSPITAL OG INSTITUTION  
RD - REGIONS DELEGERET  
OSK - OMRÅDE SERVICE KOMITE  
**RSK - REGION SERVICE KOMITE**  
O.I. - OFFENTLIG INFORMATION  
EDM - EUROPÆISK DELEGERET MØDE  
GSR - GRUPPE SERVICE REPRÆSENTANT

Hvor tit har vi hørt om at servicekomiteer kæmper med at blive fyldt op! Dette er et evigt tilbagevendende tema på alle planer af NA service. Uanset hvad grunden er, behøver det ikke at forblive sådan. Baggrunden for denne pamflet er at fjerne misforståelser om NA service gennem simpel information.

### HVAD BETYDER DET "AT LAVE SERVICE" I NA?

Oftentimes hører vi NA medlemmer snakke om "at lave service" når de deler på vores almindelige møder. Når vi er nye, kan vi let komme til at undre os over hvad det egentlig betyder.

At "lave service" i NA betyder simpelthen frivilligt at stille tid og kræfter til rådighed for fællesskabet.

Vores litteratur fortæller os at vores primære formål er at bringe budskabet til den addict, der stadig lider. Dette gør vi gennem service. Service har mange udtryk og kan udføres af enhver.

### HVORFOR SKAL JEG INVOLVERE MIG I NA SERVICE?

En anden ting du sikkert har hørt medlemmer dele om at være involveret i service, er at de får det godt af det.

En af tingene vi lærer i vores bedring, er at kernen i vores sygdom er selvcentrering. En anden ting vi lærer, er at det at yde uselvsk service til NA er en af måderne at bekæmpe sygdommen addiction. Derfor hører vi ofte medlemmer dele om de positive følelser de får som resultat af at deltage frivilligt i servicearbejdet i NA.

Det at lave service i NA er en af måderne mange af vores medlemmer udtrykker deres taknemmelighed over alt det NA har givet dem.

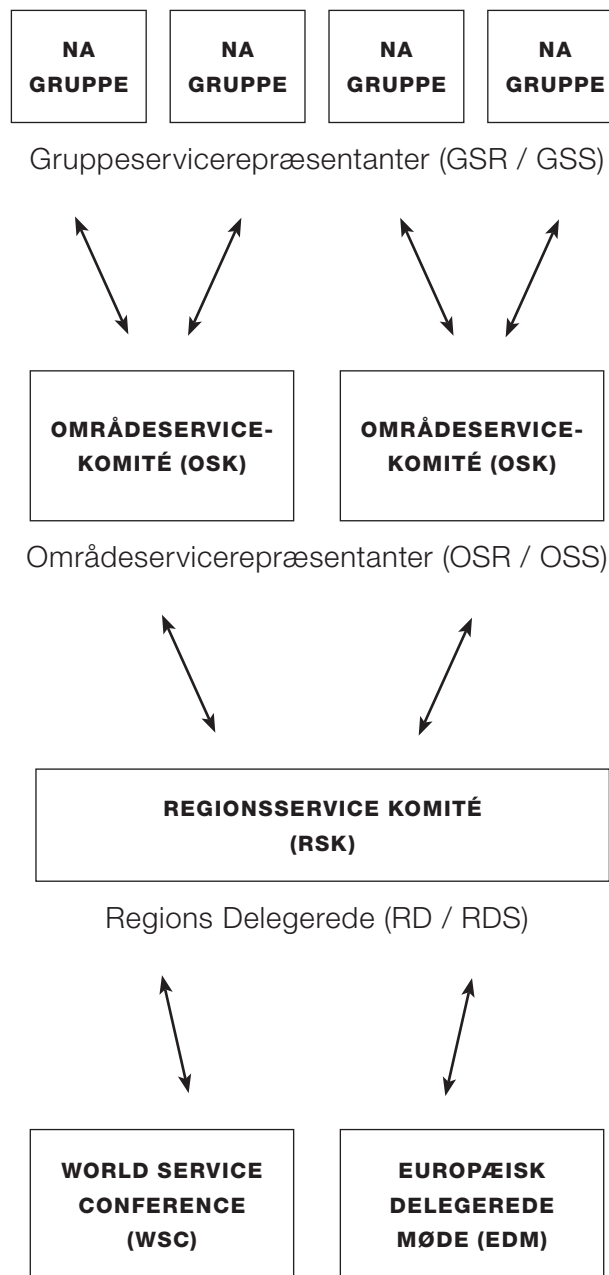
### START MED HJEMMEGRUPPEN

En af de bedste måder at komme i gang med NA service er at beslutte hvilket møde du mest ønsker at give tilbage til. En del medlemmer vil kalde dette deres "hjemmegruppe".

**Nogle af de måder NA medlemmer kan lave service i deres hjemmegruppe er:**

- Komme tidligt for at gøre klar til mødet
- Tage imod medlemmerne når de ankommer til mødet
- Lave kaffe
- Påtage sig mødelederposten
- Blive efter mødet og rydde op

# SERVICESTRUKTUR NA DANMARK



### HVAD ER GRUPPESAMVITIGHEDSMØDE?

De fleste grupper har et månedligt møde kaldet gruppesamvittigheds møde. Nogle grupper kalder det også deres forretningsmøde. Dette faste møde er tiden hvor gruppemedlemmerne diskuterer alt det der er vigtigt for at kunne opfylde hovedformålet for enhver NA gruppe, "at bringe budskabet til den addict der stadig lider".

Eftersom NA gruppen er den endelige autoritet vedrørende alle emner med relation til NA, er dette også tidspunktet hvor medlemmerne diskuterer ideer og aktiviteter i det område de tilhører.

"For at nå vort primære mål har NA grupperne sluttet sig sammen for at skabe en struktur, der udvikler, koordinerer og vedligeholder service for NA som helhed".

### NA SERVICESTRUKTUR

Ligesom addicts hjælper hinanden via delt erfaring kan den ene gruppe hjælpe den anden. Derfor samles grupper i et område i en områdeservicekomite (OSK).

Dette forbinder gruppen til NA som helhed og skaber unity, uden at vi glemmer at gruppen altid er toppen af servicestrukturen.

Fordi det er umuligt for alle medlemmer fra alle grupper at deltage i OSK møder, vælger gruppen en gruppeservicerepræsentant (GSR), til at deltage på vegne af gruppen.

På det lokale plan kan gruppen på denne måde få litteratur og andet, de behøver, og blive forbundet til området og området samtidig blive forbundet til grupperne.

Ligesom grupper samles i områder samles områderne i regioner. I Danmark består regionen af 5 områder, som alle har en områdeservicerepræsentant (OSR) på regionsmøder (RSK).

Regionen har følgende underudvalg: Oversættelse, Offentlig information og Internet. Desuden har vi en regionsdelegeret (RD) som deltager i European Delegates Meeting (EDM) og World Service Konferencen, som i princippet er det samme som OSK på henholdsvis europæisk og verdensplan.

På denne måde skabes sammenhæng fra gruppen til NA over hele verden, når gruppen vælger at deltage.