

**Liebes Al-Anon Mitglied,**

**um unsere Internetpräsenz zu stärken, benötigen wir Deine Beiträge für unseren Blog!**

Schildere aus Deiner persönlichen Perspektive, wie Du zu Al-Anon gefunden hast und wie Dir unser Genesungsprogramm geholfen hat. Manche schreiben Ihre Gedanken zu einzelnen Schritten, Traditionen oder Dienstgrundsätzen, andere zu unseren Slogans oder Tagessprüchen.

Im Blog auf der Internetseite **[www.blog.al-anon.de](http://www.blog.al-anon.de)** findest Du vielfältige Beispiele von Beiträgen, die bereits veröffentlicht wurden.

Folgende Punkte orientieren sich an unseren Traditionen und helfen Dir bei der Gestaltung Deines Beitrages:

- Schütze die Anonymität Deiner Angehörigen und anderer
- bleibe beim Al-Anon Programm, lasse andere 12. Schritte Programme, Religionen, Philosophien und Therapien außen vor
- Vermeide Fachbegriffe, wie beispielsweise coabhängig, da diese auch von Fachleuten unterschiedlich benutzt und verstanden werden, ablenken und nicht im Al-Anon Programm vorkommen
- Verwende ausschließlich Zitate aus der Vielfalt unserer Al-Anon Literatur
- Lasse Namen von außenstehenden Institutionen, Autoren, Referenten, Therapeuten oder Ärzten beiseite

### **Wie kommt Dein Beitrag in den Blog?**

Füge Deiner Geschichte eine Überschrift und ein Bild, z.B. ein Landschaftsfoto von Dir, hinzu. Du kannst als Unterschrift Deinen Vornamen, ein Pseudonym oder "geschrieben von einer/einem Al-Anon" nehmen. Das Blog Team wird Dir behilflich sein und Dir eine Rückmeldung schicken.

Sende Deinen Beitrag an **[zdb@al-anon.de](mailto:zdb@al-anon.de)**.