

VOCÊ ESTÁ PREOCUPADO COM A MANEIRA DE BEBER DE ALGUÉM?

O Al-Anon é para você!

Milhões de pessoas são afetadas pelo beber excessivo de alguém próximo. As perguntas abaixo foram feitas para ajudar você a decidir se precisa do AL-ANON:

1. Você se preocupa com a quantidade que uma outra pessoa bebe?
2. Você tem problemas financeiros por causa da maneira de beber de outra pessoa?
3. Você mente para encobrir que uma outra pessoa bebe?
4. Você acha que se o alcoólico o amasse, ele pararia de beber para agradá-lo?
5. Você culpa as companhias do alcoólico por seu comportamento?
6. Planos são cancelados e refeições atrasadas por causa do alcoólico?
7. Você faz ameaças, como: “Se você não parar de beber, eu o deixarei”?
8. Você procura disfarçadamente cheirar o hálito do alcoólico?
9. Você tem receio de aborrecer alguém com medo de que termine numa bebedeira?
10. Você ficou magoado ou envergonhado pelo comportamento do alcoólico?
11. Feriados e festas são estragados por causa da bebida?
12. Você já pensou em chamar a polícia por medo da violência?
13. Você procura bebida escondida?
14. Você muitas vezes anda de automóvel com um motorista que esteve bebendo?

15. Você já recusou convites sociais por causa de medo ou ansiedade?
16. Você às vezes se sente frustrado, quando pensa nas medidas que tomou para controlar o alcoólico?
17. Você acha que se o alcoólico parasse de beber, seus outros problemas seriam resolvidos?
18. Você já ameaçou se machucar para amedrontar o alcoólico?
19. Você sente raiva, confusão ou depressão a maior parte do tempo?
20. Você sente que ninguém entende seus problemas?

Se você respondeu *sim* a três ou mais dessas perguntas, o Al-Anon ou Alateen poderá ajudá-lo.

Tradução autorizada de
AL-ANON IS FOR YOU!

Todos os direitos reservados. Nenhuma parte desta publicação pode ser reproduzida, de forma alguma, sem autorização prévia, por escrito, dos Editores:

© Al-Anon Family Group Headquarters, Inc.



Aprovado pela
Conferência de Serviço Mundial
Grupos Familiares Al-Anon

Para mais informações escreva para:
GRUPOS FAMILIARES AL-ANON DO BRASIL
Rua Antônio de Godói, 20 – 5º andar – CEP 01034-000
Caixa Postal 458 – CEP 01031-970 – São Paulo - SP
Telefax: (11) 3331-8799
Internet: www.al-anon.org.br