



خدمات کمیته بیمارستان ها و زندان ها

هدف: رساندن پیام به معتادانی که دسترسی کامل به جلسات انجمن معتادان گمنام را ندارند

یک جلسه معارفه قصد دارد بعضی از اصول برنامه انجمن معتادان گمنام را خیلی ساده به حاضرین معرفی نمایند

نحوه ارائه خدمات:

برگزاری جلسه پیام رسانی به صورت برگزاری پانل و ارائه نشریات تأیید شده می باشد

H&I مخفف چیست؟

HOSPITAL,S به معنی بیمارستانها

INSTIUTION,S به معنی موسسات که شامل مراکز تادیبی و مراکز درمانی میشود

اهمیت خدمت در کمیته بیمارستان ها و زندان ها

خدمت رسانی در بیمارستانها و زندانها فرصت ارزشمندی را در اختیار معنادان قرار می دهد تا آنها سپاسگذاری خود را نشان داده احساس مسئولیت خود را ارضاء کرده و پیام انجمن معنادان گمنام را بدون هیچ گونه چشم داشتی منتقل کنند. همچنین این خدمات ابزار موثری است که به پاک ماندن ما کمک می کند و باعث می شود به بازگشت به جلسات ادامه دهیم .

من چگونه می توانم در این خدمت سهمیم شوم؟

یک کمیته بیمارستان ها و زندان ها (کمیته شهری یا ناحیه) مرکز برنامه ریزی و سازماندهی است ، این کمیته مکان ایده عالی برای شروع به سهمیم شدن است .

چگونگی عضویت و خدمات در کمیته

تمایل به خدمت

شرکت در جلسات آموزشی و هماهنگی و معرفی خود

فراگیری آموزش مورد نیاز

تعهد و مسئولیت (در قبال خود و کمیته بیمارستان ها و زندان ها و انجمن معنادان گمنام)
حفظ روحیه خدمت

چگونه آموزش ببینیم؟

حضور مرتب و موثر در جلسات آموزشی، مطالعه نشریات و جزوات مرتبط،
گرفتن تجربه از اعضای با تجربه و فعال کمیته، حضور در جلسات پیام رسانی
به عنوان عضو خاموش

اهمیت آموزش

آموزش ابزاری قدرتمند برای بالا بردن سطح آگاهی اعضا می باشد. از آنجا
که دائما مسائل تازه ای در خدمات کمیته بیمارستان و زندان ها بروز می
نماید، لازم است روزهای آموزش به روالی منظم برگزار شود و پیشنهاد می
شود همه ی اعضا کمیته حضور داشته باشند.



تعهد چیست ؟

مامی توانیم اصل روحانی تعهد را با تأیید و تکرار تصمیم خود ،

به صورت مداوم و منظم و به عمل درآوردن آن، که به تصمیم ما

معنا و مفهوم می بخشد ، تمرین کنیم

کتاب کار کرد قدم



من تعهد را چگونه تمرین می کنم؟

- ۱- بهبودی شخصی را در راس قرار دادن
- ۲- حضور مرتب در جلسات درون کمیته ای و مجازی
- ۳- در میان گذاشتن تجربه خود با دیگران
- ۴- ارتباط موثر با دیگر اعضا و مسئول کمیته
- ۵- تسلیم تمام شرایط موجود در خدمات
- ۶- تشویق اعضا به شرکت در جلسات مجازی



تأثیر خدمت در بهبودی

- ❖ خدمت یکی از ارکان بهبودی است که باعث تمرین اصول روحانی می شود
- ❖ باعث حس ارزشمندی و احترام به نفس می شود
- ❖ باعث افزایش توانایی معتاد در حال بهبودی می شود
- ❖ فرصت مناسبی برای اجراء قدم ۱۲ و سنت ۵ می باشد
- ❖ باعث مرور مداوم قدم اول می باشد
- ❖ ایجاد ارتباط با دیگران و خارج شدن از تنهایی و انزوا



نکات مهمی که اعضا قبل از ورود به مراکز باید در نظر بگیرند

- از احساسات منفی، مشکلات کرونا، مریضی و فوت... صحبتی نشود
- راهکارهای پزشکی، اجتماعی و روانشناسی داده نشود
- حتما جلسه را طبق فرمت های پیشنهادی کتاب و از قبل تعیین شده برگزار نمایند
- با توجه به شرایط موجود حداقل امکان زمان برگزاری جلسات را کوتاه کنیم
- هرگونه سوالات احتمالی مسئولین، حتما توسط سرگروه پاسخ داده شود
- حتما در پایان جلسه زمان برای پرسش و پاسخ اختصاص دهید
- به سوالات همدردان طبق اصول و بدون تعصب پاسخ بدهید



نکات مهمی که هنگام ورود به مراکز باید انجام شود

- ❖ استفاده از ماسک و دستکش (ترجیحا ماسک استاندارد)
- ❖ هنگام صحبت کردن ماسک خود را بردارید
- ❖ همکاری لازم با مأمورین ومسئولین هنگام بازرسی و تردد را داشته باشید
- ❖ رعایت فاصله اجتماعی با مسئولین و همدردان
- ❖ استفاده از مایع ضد عفونی قبل و بعد از ورود و خروج از مرکز
- ❖ شوخی نکردن با بیماری کرونا و پروتکل های بهداشتی به صورت کلامی یا رفتاری
- ❖ خودداری از تردد و توقف غیر ضروری در محوطه و اتاق ها

باید های جلسات پیام رسانی

۱. باید، باید ها و نباید ها را قبل از پیام رسانی مطالعه کنیم.
۲. باید اصل روحانی مشورت را در پیام رسانی رعایت کنیم.
۳. باید یک پیام رسان از فرمت جلسه ی قبلی مطلع باشد.
۴. باید بر اهمیت حضور در جلسات NA پس از ترخیص اشاره کنیم.
۵. باید هنگام مراجعه به مراکز کارت شناسایی معتبر به همراه داشته باشیم.
۶. باید شماره تلفن ماندگار کمیته را به کسانی که می خواهند بدهیم.
۷. باید اعضای تیم پیام رسان از یک روز قبل با همدیگر هماهنگ باشند.

نباید های جلسات پیام رسانی

- ۱- نباید در مورد سم زدایی و ترک فیزیکی نظر دهیم.
- ۲- نباید راهنمای کسی در مراکز شویم.
- ۳- نباید در مورد پاک بودن یا نبودن اعضا اظهار نظر کنیم.
- ۴- نباید مشاوره در مورد مسائل خانوادگی، قانونی و پزشکی دهیم.
- ۵- نباید در مورد مسائل سیاسی و اقتصادی و مذهبی مشارکت کنیم.
- ۶- نباید آدرس و تلفن شخصی خود را به اعضا بدهیم.
- ۷- نباید پیغام و نامه از مراکز به خارج و یا بالعکس ببریم.



نکته:

**بخاطر داشته باشید شرایط روحی و روانی همردان بسیار نامساعد تر
از گذشته می باشد**



چه باید گفت؟

- در این شرایط باز هم زندگی بدون مواد مخدر امکان پذیر است
- مصرف مواد مخدر حتی در شرایط سخت دردی از ما دوا نمی کند
- بدون مصرف مواد مخدر با ذهن باز با مشکلاتمان رو به رو می شویم
- مشارکت کردن، خواندن نشریات، حضور مرتب در جلسات، راه اندازی جلسات بهبودی در زندان ها، راهنما شدن و راهنما گرفتن ما را از مصرف مجدد دور میکند
- مشارکت کردن درباره مشکلات و گوش دادن به مسائل دیگران ما را از وسوسه دور نگه میدارد
- ما معتقدیم با درمیان گذاشتن آنچه که داریم پاک می مانیم



به امید دیدار