

Møteledernøkkel, mandag

1. Jeg heter.....og er rusavhengig. Jeg gjør service som møteleder og vil ønske alle velkommen til et åpent møte i, som vil vare i inntil én og en halv time, med pause ca. halvveis.
 - ☐ Er det noen ikke-rusavhengige her i dag?
 - ☐ Er det noen rusavhengige som er på sitt første NA-møte? I så fall er du den viktigste personen på dette møtet og ønskes spesielt velkommen.
2. Kan de som har med seg mobil være så snille å skru den av og legge den bort.
3. Våre møtedager er mandag og torsdag kl. 19, fredag kl. 18 og søndag kl. 13. Mandagsmøtene er åpne møter og gruppesaksmøter holdes den siste mandagen i hver måned.
4. Vi åpner dette møtet med en stille stund for å tenke på de rusavhengige som fortsatt lider.
5. NA er et anonymt fellesskap. Vi ber om at du respekterer det ved å ikke snakke om hvem som går her, eller hva som blir sagt her. Vi ber også om at ingen bringer med seg rusmidler eller brukerutstyr inn i vårt lokale. Har du slike ting med deg, ber vi deg om å gå ut og legge det fra deg, før du kommer tilbake. Om du har brukt noe i dag, ber vi deg om å lytte og heller prate med noen av oss når møtet er ferdig.
 - ☐ Kan de med ett eller flere års rusfri tid rekke opp en hånd for å vise at det virker?
6. Vi har NA-litteratur til salgs. Brosjyrer er gratis, men bøker og hefter koster litt.
7. Er det noen hilsninger? Er det noen kunngjøringer?
8. Da er det tid for feiring av rusfri tid. Hvem vil dele ut nøkkelringer i dag?
9. Nå skal vi lese NA's innledning – Hvem, Hva, Hvorfor og Hvordan. Kan den som har ark nr. 1 begynne?
10. Tema på mandager er NA's trinn og tradisjoner annenhver gang, og i dag er det trinn/tradisjon.....som.....vil lese for oss.
11. Da er det tid for deling. Det kan deles om temaet, eller din egen tilfriskning. Vi kommenterer ikke, eller forstyrrer andre mens de deler. Dette for å gjøre møtet til et trygt sted å være. Tenk over hvor lenge du deler, slik at alle får muligheten til å dele noe. Ordet er fritt og den som vil begynner, og deretter følger vi klokka.
 - ☐ **Ikke-rusavhengige får ikke dele, men er hjertelig velkomne på våre åpne møter.**

Etter pausen – snu arket

12. Etter pausen: Vi tar en stille stund og tenker på hvorfor vi er her.

13. Hvis tid til overs:

Da har vi litt tid til overs, så da åpner vi for en frivillig delingsrunde, gjerne med fokus på takknemlighet.

14. Avslutning: Takke for møtet og be den som har fått utdelt ”Bare for i dag” om å lese det.

15. Minne om 7. tradisjon, som sier at hver NA-gruppe bør være helt selvforsørget og avslå bidrag utenfra. Det koster ingenting å være med, men de som kan, bruker å gi frivillige bidrag til gruppa. Bidragene brukes til å dekke gruppas utgifter. Overskuddet går videre i strukturen. Vi har VIPPS-kode.....

□ **Ikke-rusavhengige får ikke gi noe i 7. tradisjon.**

16. Møtet avsluttes med Sinnsrobønnen i vi-form.

OBS! Mandager det er gruppesaksmøte, skal kun innledningsark 3 og 6 leses + Bare for i dag.