

Obsah

| | |
|--|-----|
| PodĎakovanie..... | 5 |
| Príhovor..... | 7 |
| Na úvod..... | 9 |
| I. Kapitola | |
| Alkohol - zoznámte sa, prosím! Jointa?..... | 15 |
| II. Kapitola | |
| Prečo sa Jano stal alkoholikom a Fero nie..... | 35 |
| III. Kapitola | |
| Ako je to s vývojom pitia alkoholu do závislosti..... | 58 |
| IV. Kapitola | |
| Rodina a alkohol..... | 84 |
| V. Kapitola | |
| Ako sa dostať na liečbu a ako ju prežiť..... | 107 |
| VI. Kapitola | |
| Ako sa brániť pred ponúkaním alkoholom (Budem si môcť vypíť?)..... | 125 |
| VII. Kapitola | |
| Čo ešte by mal abstinujúci alkoholik vedieť..... | 144 |
| VIII. Kapitola | |
| Čo by mala vedieť partnerka alkoholika Poučenie aj pre ostatných..... | 164 |
| IX. Kapitola | |
| Čo by mali vedieť obaja partneri..... | 177 |
| X. Kapitola | |
| Aký som človek?..... | 188 |
| Pár slov záverom..... | 194 |
| Literatúra..... | 202 |