

*Año de
Volver a las Bases*



Boletín **Amistad**



AL-ANON / ALATEEN

*Cuando alguien, dondequiera que sea, pida ayuda,
que nunca falte allí la mano de Al-Anon y Alateen, y*

Que empiece por mí

EDITORIAL

Lo más impactante, entre otras cosas que nos ofrece Al-Anon, es haber recuperado para nosotros el sentido de amor a la vida y un gran interés en ser mejores personas.

La gratitud por lo recibido y la necesidad profunda de devolver en alguna forma todos estos dones, nos hace pensar en el servicio.

Y acá es donde podemos meditar acerca de cómo hacemos el servicio, una reflexión honesta sobre la actitud personal de cada uno de nosotros hacia este tema:

- ¿Soy consciente de mis capacidades y limitaciones? La herramienta que me da el programa es "Plan detallado para progresar".
- ¿Comparto aciertos y errores y soy capaz de disculparme sinceramente ante mis compañeros? Podemos emplear el Octavo Paso.
- ¿Tengo tiempo suficiente para mi servicio o por él descuido obliga-

ciones familiares o laborales? ¿interrumpo el servicio y lo abandono sin causa justificada? ¿No sería el momento de usar aquí el Noveno Paso?

- ¿Puedo ser una compañía reservada y silenciosa, dispuesta a escuchar a otros al hacer servicio?
- Cuando no cumplo, ¿doy excusas?
- ¿Acepto críticas y las escucho atentamente?
- ¿Soy comprensivo? ¿Hago periódicamente un balance real sobre mi servicio?

Algunos de estos interrogantes no tienen respuesta, porque cada uno debe buscar la propia...

Estas son sólo algunas de las preguntas que podemos plantearnos. Pensemos en esto con la mente abierta.

Entre todos podemos hacerlo, pero cada uno debe pensarlo por sí mismo.



Reflexiones

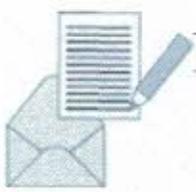


PUEDO, A MI MANERA, HACER DE CADA DÍA DE MI VIDA UN CIELO O UN INFIERNO.

Extraído de *Plan detallado para progresar*, pág. 13

RECORDATORIO

El Boletín *Amistad* es el medio para comunicarnos entre los miembros de nuestra Hermandad. Llega a todos los rincones donde se tiende la mano de Al-Anon y Alateen. Recordemos programar su lectura en las reuniones y colaborar en su difusión.



RINCÓN DE NUESTRA OSG

Nuevamente abrimos esta ventana de comunicación entre los miembros y nuestra OSG, para que todos puedan conocer qué funciones y servicios se van cumpliendo mes a mes. Estamos seguros que de esta forma entenderán mejor su funcionamiento.

- Después de varias entrevistas con los miembros que presentaron su currículum, ha llegado a su fin la elección del Secretario General. Ya estamos finalizando las últimas tratativas.

- Actualizamos el sitio Web lo más rápidamente posible, para tener información confiable.

- La Comisión Revisora de Cuentas hace un trabajo silencioso y efectivo, al igual que nuestro Con-

tador y nuestro Tesorero. Entre todos garantizan finanzas sanas para Al-Anon.

- Gracias a las donaciones de algunos de nuestros miembros estamos reorganizando las oficinas.

- Empezamos a trabajar en la preparación del festejo de los 40 años de Al-Anon en la Argentina. Todos podemos participar para concretar una difusión masiva de nuestro mensaje hacia la sociedad.

- Continuamos buscando fieles servidores para todos los servicios necesarios para el funcionamiento de la OSG: brindar el Paso 12 telefónico, armar paquetes para el depósito de la literatura, formar parte de nuestros Comités y muchos otros. Los esperamos...

RECORDATORIOS

Les recordamos que está a disposición de los miembros el RESUMEN de la XXI Conferencia de Servicio Nacional, a \$ 3, con todo lo sucedido en la misma, que incluye valiosos talleres y experiencias de servicio.

* * *

También se encuentra disponible para la venta el DIRECTORIO NACIONAL, a \$1, de suma utilidad para entregar a profesionales y a todo el que lo solicite.



Reflexiones



LA ARMONÍA CREADA POR NUESTRA PARTICIPACIÓN ACTIVA Y VOLUNTARIA ESTIMULA A OTROS A PARTICIPAR TAMBIÉN.

Extraído de *Senderos de recuperación*, pág. 268.



En este espacio nos hemos dedicado a reflexionar acerca del funcionamiento de los grupos. También resulta interesante hacerlo acerca del Distrito. Nuestro Manual de Servicio Nacional Al-Anon/Alateen 2005-2006, en la pág. 35 dice:

“El propósito de una reunión de Distrito es asegurar un adecuado intercambio de información e ideas acerca de las actividades del servicio, Asamblea para la elección de servidores, Talleres de Oradores, de RG, de Coordinación, de Padrinos de Alateen, de Encargados de Literatura, etcétera.”

En este caso, el RG es el eslabón importante para que la información entre los grupos fluya.

El Manual de Servicio explica los deberes de los Representantes de Grupo; éstos son algunos:

- El RG es un miembro elegido por su grupo por un término de 3 años. Asiste a las reuniones del Distrito. También deberá familiarizarse bien con todos los contenidos del Manual de Servicio.

- A través del contacto que establece con otros RG y el Distrito, puede conocer mejor el Servicio Nacional. Esto lo capacitará para explicárselo al grupo.

- En Asamblea de Elecciones, cada grupo tiene un voto por medio de su representante.

- El RG es también el representante del Boletín Amistad. Familiariza a todos los miembros de su importancia y los estimula a adquirirlo. También sugiere que se envíen artículos de interés para el Comité de Publicaciones a la OSG.

- En el Distrito puede dar a conocer el punto de vista de un grupo sobre cualquier situación o problema concerniente a Al-Anon.

- El RG informa al encargado de Literatura las novedades que se producen en el Distrito o en la OSG con respecto a la LAC.

Para finalizar, les dejamos estas preguntas del Segundo Concepto extraídas del libro *Senderos de Recuperación*, pág. 259/260.

- ¿Tiene mi grupo un Representante de Grupo? ¿Asiste ese fiel servidor a las reuniones del Distrito?

- ¿Doy las gracias a nuestro fiel servidor por representarnos en las reuniones de Distrito?

- ¿Cuán dispuesto estoy a trabajar con otros y a considerar sus ideas?

- ¿Tengo padrino de servicio? ¿Conozco a alguien a quién le pueda pedir?

¿Pueden confiarme responsabilidades? (Extraído de Plan Detallado para progresar, pág. 46)



COMITÉ DE SERVICIO A LA SOCIEDAD

Queremos hacer llegar a los Distritos un ¡GRACIAS! enorme por haber colaborado en la Exposición "Buenos Aires Salud" 2005, haciendo hincapié en que muchos servidores vinieron desde muy lejos para cumplir con el servicio. También el agradecimiento para AA porque nos invitó a compartir el stand. Todos han sido muy generosos.

Para fortalecer nuestro servicio sugerimos que en los debates dentro de los Comités de Distrito de Información Pública e Instituciones se tenga en cuenta:

- La importancia de los Talleres de Oradores y de no distraerse de nuestro objetivo primordial que es "dar el mensaje apropiado".
- En las reuniones abiertas organizadas por Al-Anon, ¿elegimos

cuidadosamente al profesional que invitamos con la seguridad de que sabe quiénes somos?

- Tergiversación del programa de Al-Anon (Manual de Servicio, págs. 113 y 118).

Es imprescindible que las Guías, Pasos, Tradiciones y Conceptos sean tratados con nuestros padrinos en el servicio y comités. Fortalezcamos estos comités en Distrito.

Con este fin, y el espíritu de mantener una comunicación fluida, invitamos a los Coordinadores de Información Pública e Instituciones a la última reunión del año en la OSG, el 15 de noviembre a las 17 h.

Por consultas, estamos el 3º martes de cada mes, desde las 18 h, en la OSG. Nos vemos en el Seminario de Tucumán, con amor en el servicio.

NOS INTERESA TU PARTICIPACIÓN

¡Gracias por compartir tus experiencias!



Busqué los grupos por consejo de mi psiquiatra. Mi estado era desesperante cuando llegué a Al-Anon en mi primer día. Más tarde seguí concurriendo por el amor que me brindaron.

El primer cambio que conseguí fue el de aprender a tratar bien a mis compañeros de trabajo y a todos los que se acercaban a mí.

Logré estos cambios con las sugerencias de mis compañeros, la literatura y el servicio.

La literatura que más me ayudó y me ayuda es *Un día a la vez y Valor para Cambiar*.

Mari T.



COMITÉ DE PUBLICACIONES

Les informamos que ya se encuentran disponibles el folleto *20 preguntas que se escuchan a menudo*, muy apropiado para Información Pública o para recién llegados, y los señaladores Al-Anon.

Debido a un involuntario error, en el Boletín de agosto informamos que el nuevo agrupado de "Recién llegados 2" tenía un valor de \$3,60, cuando en realidad corresponde decir \$1,90.

Los recién llegados son un eslabón importantísimo en esta cadena de experiencia fortaleza y esperanza, nos dan la posibilidad de devolver a otro el amor que recibimos en nuestra primer reunión y permiten el crecimiento de nuestra hermandad. Por eso es necesario tener en cuenta que es de suma importancia entregar a ese miembro la literatura adecuada, para que se lleve y pue-

da leerla al volver a su hogar. Los folletos *Aquí se habla Al-Anon*, *El alcoholismo y cómo nos afecta*, *20 preguntas que se escuchan a menudo* o *Mensaje de esperanza* son buenos acompañantes del ya conocido *Información para el recién llegado* y del señalador Al-Anon.

También puede orientarse al miembro que no conoce nuestra literatura, hablándole sobre los folletos *Una guía para la familia de los alcohólicos* y *Los Doce Pasos y las Doce Tradiciones*, para que continúe con la lectura sin necesidad de esperar a comprar un libro. De esta manera, poco a poco ingresa en Programa y no se siente desorientado en las reuniones.

Recordemos siempre que nuestro propósito primordial es "ayudar a otros que sufren la enfermedad del alcoholismo".

Gracias por estar con nosotros.

¡Gracias, Alateen!



Hola. Soy Adriana. Antes de llegar a Alateen nuestras vidas eran un infierno. Mis padres peleaban todos los días, hasta que mi madre no aguantó más y nos fuimos de la casa, porque era muy difícil la convivencia. Mi tía guió a papá por primera vez a AA y él se fue recuperando, y entonces volvimos a casa. Mi madre, después de mucho tiempo, fue a Al-Anon.

Cuando por fin llegué a Alateen, tenía muchas dudas que fui sacando despacito. Me enseñaron cosas útiles, aprendí a vivir el hoy con alegría y esperanza, a valorar a los que me rodean y a mí misma; también leo mucha literatura. Y sólo por hoy, gracias a Dios estamos unidos.

Adriana

GRUPO ALATEEN - FORMOSA



EQUIPO DE SERVICIO A LOS GRUPOS

El sábado 27 de agosto participamos de una reunión realizada en la OSG con los Representantes de Distrito. Uno de los temas tratados fue cómo influye la distribución del tiempo en el buen funcionamiento del grupo, dentro del marco de la estructura de grupo. Detallamos algunas de las ideas expuestas:

- Respetar el horario de cada reunión, tanto de apertura como de cierre. Esto sirve como encuadre, da un orden. Saber que el grupo funciona siempre en el mismo horario brinda seguridad y confianza.
- Abrir el grupo entre dos personas, el que tiene la llave y el que coordina; de esta forma la responsabilidad está compartida y pueden dar comienzo a la reunión.
- Importancia del coordinador para una buena administración del tiempo, para que resulte una reunión participativa en general.
- Todos los miembros hacen la reunión y cada uno debe buscar su propia limitación, con participaciones sintéticas y ordenadas, para colaborar y aliviar la tarea del coordinador.
- Coordinar de acuerdo con las Guías sugeridas de Coordinación.
- Ayudarse con la campanita

haciéndola sonar de manera agradable y no agresiva.

- Algunos grupos dedican una reunión por semana sólo al análisis de Literatura, y las intervenciones se refieren a ella. Otro, destina sólo media hora de la reunión a las sugerencias y la hora y media restante a Literatura. Otro, da hasta dos sugerencias por persona.

- El padrinazgo es la herramienta para que cada miembro, especialmente el nuevo, se exprese ampliamente, y evita utilizar demasiado tiempo de la reunión.

- Hablar de la administración del tiempo y del respeto por los horarios en reuniones de Conciencia de Grupo.

También se desarrollaron otros temas basados en las siguientes preguntas:

- ¿Evitamos criticar al alcohólico y la ruptura del anonimato?
- ¿Sugerimos sobre la base de experiencias relacionándolas con el Programa?
- ¿Recibimos al recién llegado de manera adecuada?

Hagamos entre todos el Equipo de Servicio a los Grupos.



Reflexiones



EL TIEMPO QUE UNO PASA INTENTANDO DIRIGIR LA CONDUCTA DE OTRA PERSONA ES TIEMPO PERDIDO.

Extraído de *Al-Anon es para hombres*.

Un día muy especial



Como de costumbre, me encuentro escuchando por radio el programa que sintonizo todas las mañanas, donde, entre otras cosas, se invita a los oyentes a participar, respondiendo a una consigna. Hoy la consigna es: ¿cuál es el regalo que más nos gustó o el que más recordamos? Entonces sentí la necesidad de compartir que el mejor regalo que hoy tengo es la serenidad que voy logrando, y decidí regalarle a los otros oyentes el mensaje de Al-Anon.

Llamé a la radio y le dije a la conductora: soy María de Moreno, miembro de los Grupos de Ayuda para Familiares y amigos de alcohólicos y me gustaría que emitieras un mensaje de mi parte, como regalo a la audiencia. Quiero decirle a la gente que está sufriendo por el alcoholismo de un ser querido, que existe un lugar donde se practica un Programa que nos ayuda a vivir mejor, ya sea que el alcohólico siga bebiendo o no. Yo estaba algo nerviosa, pero como siempre mi Poder Superior me acompañó.

Con gusto voy a dar tu mensaje –me dijo la conductora– pero además, te pido que por favor me informes dónde y cuándo se están reuniendo. Agradecida, corté y seguí escuchando la radio.

Seguidamente dijo al aire: “Tengo un mensaje muy especial, el de María. Ella pertenece a los Grupos de Familia Al-Anon, para familiares y amigos de alcohólicos. Estos grupos son muy especiales y de mucha ayuda, ojalá todas las personas que están sufriendo conocieran estos grupos”. Se explayó bastante en cuanto a Al-Anon, más allá de lo que yo había dicho. Volvió a repetir las direcciones y horarios de los grupos, diciendo al final: “Allí se reúnen los compañeros de Al-Anon”.

Yo seguía sin sospechar el regalo que mi Poder Superior me estaba dando. Y siguió: “Y digo compañeros, porque lo digo por primera vez, yo también he concurrido a las reuniones de Al-Anon, y te digo a vos, María, y a toda la audiencia, que no concurre actualmente, pero que ese Programa me ha servido y me sirve siempre, y cuando flaqueo recuerdo que mi Poder Superior siempre está. Gracias por recordarme hoy la existencia de Al-Anon. Por esto te vuelvo a agradecer por tu llamado tan especial”.

Debo confesar que a esta altura yo estaba emocionada y con mucha alegría; este es el mejor regalo que he recibido en toda mi vida, todos los regalos que recibí son importantes, pero este regalo es muy especial.

Luego llamé para agradecerle y me dijo nuevamente: “Te agradezco a vos y uno de estos días nos vemos en el grupo”.

María
GRUPO AL-ANON MORENO



COMITÉ DE CONFERENCIA

Invitación a la XXII CSN

Ya comenzamos los preparativos para la Conferencia. Se trata de la número XXII, que tendrá lugar los días 22 y 23 de abril de 2006 en la Casa de Nazareth, Carlos Calvo 3121, Ciudad de Buenos Aires.

Una vez más, los grupos que forman parte de un Distrito estarán representados a través de su Delegado, que participa activamente en la Conferencia.

Pero queremos, además, hacer extensiva la invitación a los Distritos en formación y a los grupos que no forman Distrito, para que también compartan esta importante experiencia de servicio. Lo pueden hacer a través de un Representante, que asistirá a todas las reuniones

con voz pero sin voto.

Los gastos que origine su traslado y estadía corren por cuenta de los grupos que representa. El año pasado fueron aproximadamente \$100 por persona de estadía en la Casa de Nazareth. Es importante que traigan sus sábanas y toallas para no pagarlos como adicionales. Es una buena idea que tres o más grupos se junten para enviar un Representante y, de esta manera, alivianar los gastos.

En caso de necesitar alguna información adicional, por favor comuníquense con el Comité de Conferencia.

Esperamos su reservación antes del 1º de marzo de 2006.

* * *

RECORDATORIO

Necesitamos tener antes del 1º de octubre los Temas, Lemas y Mociones que van a tratarse en la XXII CSN para poder armar la Carpeta de la Conferencia. Háganlos llegar al Comité por mail, fax o correo. También recordamos que para la misma fecha nos envíen los mapas de los Distritos ya que queremos presentar nuestro mapa completo. No se olviden de ir preparando también los proyectos que tiene el Distrito para el año 2006 y la evaluación del año de servicio 2005. Este material lo van a necesitar recién en abril de 2006 para presentar en la Conferencia. No es necesario que nos llegue con anticipación ya que lo imprimiremos en el resumen de la Conferencia. Nos gustaría que entre estos informes nos hicieran saber si hubo alguna idea nueva o muy buena que les resultó para compartir con el resto.

Ecós de las reuniones realizadas

El Cuarto Concepto dice que "Participar es la clave de la armonía". En el Comité de Conferencia creemos que una manera de practicarlo es a través de las reuniones periódicas que organizamos en la OSG con los Delegados y con los RDs.

Este año nos reunimos con los Delegados el 30 de julio y con los Representantes de Distrito el 27 de agosto. Fueron dos experiencias enriquecedoras.

En ambas oportunidades surgió como tema la amplia colaboración mutua que debería existir entre el servicio del Delegado y el del RD, incluyendo por supuesto a sus su-

plentes. Estos cuatro miembros son los motores del Distrito, se mueven con los planes generados en la Conferencia y buscan realizarlos en los Distritos con la ayuda de los Comités. Al mismo tiempo, los logros o los inconvenientes del servicio realizado vuelven para ser tratados el año siguiente en la próxima Conferencia.

El próximo 29 de octubre haremos una reunión conjunta entre los Delegados y los RDs, para seguir compartiendo y para prepararnos para la Conferencia de abril de 2006.

Hasta el próximo Boletín, con amor en el servicio.

NOS INTERESA TU PARTICIPACIÓN

¡Gracias por compartir tus experiencias!



Llegué a mi primera reunión de Al-Anon muy mal emocionalmente, creyendo ser yo la enferma. Me impulsó a seguir concurriendo el comprender que no estaba enferma sino afectada emocionalmente por el modo de beber de otra persona.

Mi cambio más notable fue la comprensión por mis familiares enfermos, porque tengo varios alcohólicos en mi casa. Pude lograrlo asistiendo mucho a las reuniones. Todo lo que escucho de mis compañeros me sirve mucho y estoy muy contenta con el crecimiento que Al-Anon me ayudó a conseguir.

Julia

GRUPO LA CABAÑA



Reflexiones



UN NIÑO SE IDENTIFICA CON EL PADRE Y CON LA MADRE. LA OPINIÓN QUE SE HACE DE SÍ MISMO SE RELACIONA CON LA QUE SE HACE CON RESPECTO A ELLOS.

Extraído de *¿Cómo puedo ayudar a mis hijos?*, pág. 8.

20 preguntas para reflexionar sobre servidores y servicio



Estas preguntas fueron formuladas por un grupo Al-Anon en una reunión de servicio, se les dio esta forma y ahora se vuelcan a este Boletín para que todos puedan compartirlas y, por qué no, agregar otras.

1. ¿Hacemos autocrítica como servidores?
2. ¿Usamos la cortesía con nuestros compañeros que hacen servicio?
3. ¿Consideramos a nuestros compañeros servidores como gente valiosa?
4. Cuando sugerimos formas de trabajo o corregimos, ¿cómo lo hacemos?
5. ¿Empleamos el humor para aligerar errores ajenos?
6. ¿Somos tolerantes y pacientes con otros compañeros que hacen servicio?
7. ¿Criticamos a los demás servidores?
8. ¿Somos buenos padrinos, claros y precisos?
9. ¿Sugerimos siempre el uso y estudio de nuestro Manual de Servicio? ¿Lo hacemos nosotros?
10. ¿Nos acordamos de que ser líder no es **mandar**?
11. ¿Aceptamos que dentro del servicio puede haber una gran variedad de formas y maneras de realizarlo, sin quebrantar nuestros Conceptos y Tradiciones?
12. ¿Nuestra forma personal de hacer servicio es la única posible?
13. ¿Aceptamos ideas nuevas y sugerencias y las desmenuzamos entre todos para ver si están de acuerdo con los principios de Al-Anon?
14. ¿Nos dejamos llevar por simpatías personales y no escuchamos a todos por igual?
15. ¿Contenemos a nuestros compañeros de servicio, los acompañamos, les damos honestamente nuestra opinión y les decimos claramente lo que nos molesta?
16. ¿Somos conscientes de que, aunque tengamos muchos años en el servicio, no lo sabemos todo?
17. ¿Somos capaces de poner armonía en un grupo de trabajo?
18. ¿Hablamos en los grupos acerca de nuestro servicio para darlo a conocer y contagiar el entusiasmo en otros para que nos sigan?
19. ¿Hay verdadera responsabilidad en nosotros?
20. ¿Somos miembros de Al-Anon que decimos lo que hacemos y hacemos lo que decimos?

Grupo Semilla de Esperanza
LOMAS DE ZAMORA - DISTRITO SUR



COMITÉ DE SEMINARIOS DE SERVICIO REGIONALES (CSSR)

¿Sabemos todos los miembros qué es un Seminario?

En un Seminario de Servicio Regional la energía es creada por la unión de diferentes fuerzas. Cuando los miembros se comunican unos con otros se genera el conocimiento y la acción.

Esto sucede en las reuniones de los grupos, pero en un Seminario tiene más fuerza porque un número mayor de miembros se concentran en un mismo lugar, fuera de las distracciones de la vida diaria, poniendo el enfoque en el servicio. La reacción produce energía, la cual se traduce en creatividad y esperanza dirigida hacia el servicio y la recuperación.

El Seminario es un lugar ideal para encontrar nuevos miembros, nuevas experiencias de servicio que entusiasman. La mayoría de los miembros no tienen oportunidad de visitar la Oficina de Servicios Generales. Al concurrir a un Seminario podrán compartir con los servidores y escuchar acerca de la labor que se realiza, como así también las historias personales de miembros administradores (custodios) intercambiando experiencias de servicio.

El servicio y la recuperación no son independientes uno del otro. Ambos son parte de un despertar espiritual que continúa guiándonos en Al-Anon.

NOS INTERESA TU PARTICIPACIÓN

¡Gracias por compartir tus experiencias!



Doy gracias por haber conocido los grupos Al-Anon. Cuando comencé a ir las reuniones, hubo un cambio en mi vida.

Antes de conocer Al-Anon vivía tan mal que no sabía lo que quería, había muchos problemas.

Al mismo tiempo que conocía el programa en las reuniones, mi esposo se unió a AA. Entonces hubo un gran cambio en la casa y con la familia, estamos todos contentos.

Tita
UBAJAY, ENTRE RÍOS



Reflexiones



LA GRATITUD NOS AYUDA A CRECER.

Anónimo



Boletín Amistad Nº 158 del mes de octubre de 1991:

**25 ANIVERSARIO DE AL-ANON
EN ARGENTINA**

Un miembro de Al-Anon escribió lo siguiente: "La jornada quedó grabada en mí para siempre. Las reuniones fueron una fuente de información para los profesionales y autoridades que estuvieron durante todo el día". Dentro de esta jornada hubo un espléndido Desfile de Literatura, una Reunión Ambulante que fue el fiel reflejo de una reunión Al-Anon y una Maratón de Historias Personales.

El Equipo Asesor del Archivo Histórico está trabajando en la celebración, en el próximo 2006, de

EQUIPO ASESOR DE ARCHIVO HISTÓRICO

los 40 años de Al-Anon en la Argentina, recordando, homenajeando y haciendo conocer a nuestros pioneros que hicieron posible la realidad que hoy vivimos, reviviendo emociones pasadas.

Necesitamos que todos nuestros hermanos compartan este acontecimiento, y por eso pedimos a cada uno de ellos que nos hagan saber si tienen en su poder cualquier dato o testimonio referente a la trayectoria de Al-Anon.

Confiamos en nuestro Poder Superior para que esto sirva para incentivar en todos nuestros miembros el deseo de vivir y de servir.

Muchas gracias.

Llave de salida



La literatura volvió a mí a través del folleto *Un carrusel llamado negación*. Hace poco que soy miembro voluntario en el Comité de Publicaciones. Una vez más volví a releer las palabras, buscando el mínimo error. Eso creí que estaba haciendo. Al final de esta lectura minuciosa lo más fuerte fue el mensaje que se quedó en mí.

Me encontré nuevamente reflejada en EL PROPICIADOR, sobre todo en el párrafo que dice: "...con el servicial "Señor Puro" que impulsado por su propia ansiedad y sentido de culpabilidad puede querer rescatar...".

Gracias a Al-Anon. Sin hacer este servicio no me hubiera enterado. Porque a veces olvido el beneficio de la LAC (Literatura Aprobada por Conferencia). Creo que ésta puede volver a todos los miembros, si se leyera dedicándole una reunión al mes a tratar sólo y más profundamente algún folleto de esos que están olvidados en la "caja de literatura". Voy a proponerlo en una Reunión de Conciencia o Trabajo. ¿Por qué no?

Hoy quiero dejar esta idea: en la literatura leída a fondo y releída encontré una llave de salida.

Iris A.
GRUPO MENSAJE



COMITÉ ALATEEN

Hasta el día 13/9/05 no hemos recibido todos los **avales** de padrinos, ni las **autorizaciones** de los miembros Alateen que deben ser llenados por los padres o tutores en presencia de los padrinos, y las **fichas de reinscripción** de los grupos Alateen, que solicitamos por mail y a través del Boletín Amistad en el mes de julio.

Esperaremos hasta el mes de octubre para que los servidores Alateen que todavía no lo hicieron nos envíen esta información tan necesaria, para poder seguir adelante con nuestra labor en el Comité. Les recordamos que los avales de padrinos se renuevan anualmente, P.2.6 de la Guía de formación del Comité Alateen de Distrito.

PARA REUNIONES ALATEEN

*¿Comparto mi experiencia y crecimiento espiritual en Alateen con los demás?

*¿Ha cambiado mi relación con mi familia desde que me uní a Alateen?

*¿Logro comunicarle a los demás cómo me siento y por qué me siento de tal forma?

*¿Envidio a aquellos que realizan labores que, ya sea por holgazanería o temor, no las realizo yo?

SEPTIEMBRE MES DEL PADRINO:
Gracias por seguir acompañándonos a través de sus servicios.

Cuando las personas dan una mano, la vida adquiere sentido. (Extraído de Valor para cambiar, pág. 188)

NOS INTERESA TU PARTICIPACIÓN

¡Gracias por compartir tus experiencias!

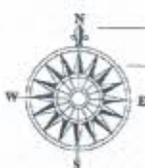


Estaba muy deprimido la primera vez que llegué a los grupos, pero al darme cuenta de que el programa es una filosofía de vida, que a la vez trata el alcoholismo, seguí asistiendo.

Mi primer cambio fue la aceptación del programa y siguieron muchos más, que favorecieron la relación con mi familia. Estos cambios los conseguí poniendo en práctica lo que Al-Anon me enseñaba.

La literatura me ayuda cada una en particular y toda en general.

Antonio
GRUPO MEDIODÍA



COMITÉ DEL INTERIOR

Una vez más nos ponemos en contacto con ustedes para informarles algunas novedades.

Es necesario comunicar una serie de inconvenientes que se presentan con los nombres de los grupos. Muchos llevan el mismo nombre y son, además, de la misma localidad. Por lo tanto, cuando se preparan listados existe mucha confusión al no poder definir cuál es cuál. Del mismo modo, para asignar las contribuciones genera inconvenientes tener

grupos con el mismo nombre.

Hay otro problema: los nombres religiosos de algunos grupos; recordemos que nuestro preámbulo dice: "Al-Anon no está aliado a ninguna secta o religión...". Por ello se sugiere considerar el cambio de dichos nombres, pensando que las personas interesadas en Al-Anon podrían creer que los grupos son religiosos.

Para mayor información consultar la pág. 80 del Manual de Servicio Nacional 2005-2006.

A mis amigos de Al-Anon



Reciban ustedes el más profundo agradecimiento por la ayuda que siempre me brindan. Recuerdo cuando llegué por primera vez al grupo angustiada y al borde de la separación. Mi hogar era un caos, mis hijos mayores no querían seguir en casa por la convivencia con el alcohólico, yo no sabía que hacer, no deseaba perder a mis hijos y tampoco quería una separación.

En medio de una crisis familiar nuestra hija sugirió que fuésemos a Alcohólicos Anónimos. Un 13 de julio, hace 26 años, fuimos a AA porque no conocíamos la existencia de Al-Anon. ¿Un grupo para la familia? ¿Para qué? El bebedor era él; yo siempre puse el hombro para solucionar los problemas que el alcoholismo creaba, tenía dos empleos, me ocupaba de todo. ¡Tenía que llevar toda la responsabilidad del hogar! Creía que estaba muy bien de salud física y mental.

Al llegar al grupo escuché las experiencias de mis compañeros y con la literatura analicé a fondo mis actitudes. Comprendí que también yo necesitaba hacer ajustes en mi vida y no todo estaba tan ordenado como pensaba. Me quedé, primero para acompañarlo a él, y luego porque entendí que Al-Anon era para mí.

Por todo esto, por su apoyo en mis momentos más difíciles y tristes, también en los mejores y más felices de mi vida, les digo: ¡Gracias! ¡Muchas gracias Al-Anon! Especialmente a mis compañeros del grupo Luján, a los que concurren al grupo y aquellos que por distintas razones ya no están, les reitero mi agradecimiento y deseo para todos muchos días de felicidad, con el amor que yo aprendí en Al-Anon.

Cachi E.
GRUPO LUJÁN



COMITÉ DE PRESUPUESTO

Invitación

El Comité de Presupuesto invita a los Tesoreros y Subtesoreros de Distritos a la reunión del jueves 27 de octubre a las 16 horas en nuestra OSG.

En la carta de apelación del mes de septiembre se lee que:

A) Sólo 25 grupos hacen un aporte regular mensual (el 7%).

B) Aportan ocasionalmente 140 grupos (el 40%).

C) No han hecho ningún aporte en lo que va del año 185 grupos (el 53%).

Como verán, es un problema en el que debemos pensar y hablarlo entre todos.

El Comité de Presupuesto agradece por este medio a todos los Grupos, Distritos y miembros que con sus contribuciones hacen que el mensaje de Al-Anon siga llegando a todos los lugares donde alguien lo necesite. Estos aportes corresponden a **julio-agosto de 2005**.

- **Distrito Alte. Brown y Grupos:** Camino de Esperanza, Gracitud, Lihuen, Luz de Vida, Luz y Esperanza, Nace un Nuevo Día, Sendero de Luz.
- **Distrito Capital y Grupos:** Aceptación y Esperanza, Belgrano, Calidez, Conocernos, Compartir, La Luz de Patricios, Libertad, Mediodía, Mensaje, Redentor, Santa Cruz, Serenidad, Sólo por Hoy, Villa Crespo, Vivencias, Vivir Hoy, (Alateen) Ayuda, (Alateen) Buenas Compañías, (Alateen) Juntos lo lograremos.
- **Distrito Centro Oeste y Grupos:** Barrio Argentino, Despertar, Hacia Adelante, Ituzaingó, Luján, Matera, Merlo, (HA) Merlo, Paso del Rey, San Miguel, Villa León, Volver a Empezar.
- **Distrito Centro Este Entre Ríos y Grupos:** Amanecer con Esperanza, Despertar Espiritual, Nueva Vida, Paraná, San Agustín, Santa Teresita, 20 de Enero, Ubajay.
- **Distrito Ciudad de Córdoba.**
- **Distrito De La Costa.**
- **Distrito Gral. Paz y Grupos:** Alvariños, Escalada, Flores, Génesis, Liniers, Madurez, Sagrado Corazón.
- **Distrito Integración (Ex-Mar del Plata) y Grupos:** Alberti, Aprender a Vivir, Independencia, Puerto.
- **Distrito Noroeste y Grupos:** Billingham, Castex, El Sol, Hurlingham, Martín Coronado, Villa Tessei.
- **Distrito Norte y Grupos:** Acassuso, Alegría, Beccar, Florecer, Florida, Luz de Esperanza, Munro, Paz, San Fernando, San Isidro, Villa Ballesster, (Alateen) San Fernando.
- **Distrito Nuevo Camino y Grupos:** Cañuelas, Monte Grande, Peldaño, Tristán Suárez.
- **Grupos del Distrito Rafaela:** Paz y Amor, Sendero de Luz, Serenidad, Volver a Empezar.
- **Distrito Río de la Plata y Grupos:** Bernal, Bienvenido, Buena Esperanza, Inmaculada Concepción, Je-

- sús del Buen Pastor, La Plata, Luz, Pío XII, Primavera, San Marcos.
- **Distrito Rosario y Grupos:** Alberdi, Casilda, Copa de Vida, Fuente de Amor, Fuente de Luz, La Florida, Luz del Sur, Pompeya, San Francisco Solano, San Pedro, Socorro, Viamonte.
 - **Distrito Sudoeste y Grupos:** Camino de Esperanza, Crecimiento, Despertar en Al-Anon, Esperanza, Luz y Esperanza, Milagros en Al-Anon, Morón, San Justo, Un Día a la Vez, (Alateen) Semillita de Esperanza.
 - **Distrito Sur y Grupos:** Alte. Brown, Amor y Comprensión, Avellaneda, Centenario, Crecer Madurando, Entre Todos, Fe y Esperanza, Itatí, Luján, Que Empiece por mí, Semilla de Esperanza, Valor para Cambiar, Wilde, (Alateen) Aprender a Vivir.
 - **Distrito Tucumán y Grupos:** Acción, Esperanza.
 - **Distrito Unidad y Grupos:** Amistad, Amor y Esperanza, Bancalari, Despertar a la Vida, Don Torcuato, El Sol, Encuentro, Escobar, Gral. Pacheco, Matheu, Renacer, Volver a Vivir.
 - **Grupos del Distrito Unidos lo lograremos:** Esperanza, Nueva Senda, Volver a Empezar, (Alateen) Amanecer.
 - **Distrito Villa María.**
 - **Grupos Interior Pcia. de Buenos Aires:** Centro (Bahía Blanca), Pequeño Milagro (Mercedes), Pío XII (Necochea).
 - **Grupos de Formosa:** Nuestro Refugio de Paz, (Alateen) Amistad.
 - **Grupo de La Rioja:** Vivir.
 - **Grupos de Mendoza:** Amistad, Centro.
 - **Grupo de Neuquén:** Amor.
 - **Aportes personales.**

Nota: En esta lista aparecen los grupos, distritos y aportes personales que figuran en nuestra contabilidad dentro de los meses mencionados, ante cualquier duda pueden presentarse en nuestra OSG el tercer viernes de cada mes, día de reunión de nuestro Comité. Además recordamos nuestra

Cta. Cte. Especial Bco. Nación
N° 326946/2

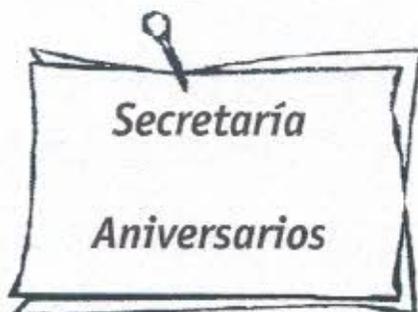
y el nuevo número de Cta. Cte.
de Bco. Galicia, 4117-5038-6.

Es importante que los miembros que aporten por medio de dicha cuenta destaquen el origen y el motivo del envío del depósito en forma muy clara por FAX. Aclaración: Por favor hagan **DEPÓSITOS** en nuestras cuentas, **NO TRANSFERENCIAS**.

LOS EDITORES SE RESERVAN EL DERECHO DE NO PUBLICAR TEXTOS QUE NO
CREAN CONVENIENTES PERO SE MANTENDRAN EN ARCHIVO.
LAS PUBLICACIONES VAN POR ORDEN DE RECEPCION.

Las colaboraciones presentan los puntos de vista y la opinión de sus autores a
título personal y no son atribuibles a Al-Anon como un todo.

ESTE BOLETIN SE PUEDE FOTOCOPIAR PARCIAL O INTEGRALMENTE.



¡¡FELICIDADES!!

Recordamos que los aniversarios que se publican son el 1º y de 5 en 5 años.

6 de junio - 25 años

Grupo Al-Anon "El Sol" - Distrito Unidad



Octubre - 20 años

Grupo Al-Anon Hijos Adultos "Olivos" - Distrito Norte



7 de octubre - 1 años

Grupo Al-Anon Hijos Adultos "Loreto" - Distrito Capital



**Oficina Servicios Generales AL-ANON
para la República Argentina**

Avda. de Mayo 1365 - 9º p. - Of. 86 y 88

1084 - Buenos Aires - Argentina

Tel. (011) 4382-9311

Fax (011) 4382-9229

e-mail: osg@alanon.org.ar

www.alanon.org.ar