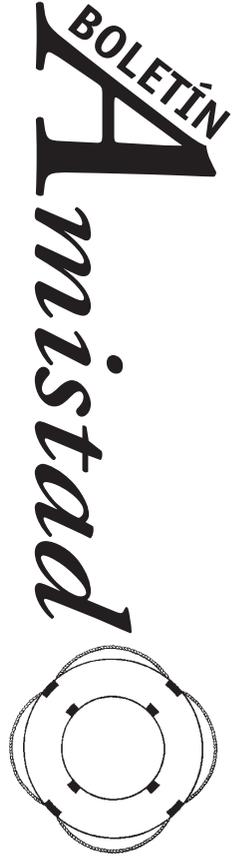




## Año de la Misión y la Visión

### EDITORIAL

Nº 337



Cuando llegamos a Al-Anon nuestra MISIÓN se fijó en mejorar nuestra vida.

Al pasar el tiempo y lograr aunque sea una pequeña mejoría, empezamos a pensar (sin darnos cuenta) en la MISIÓN de la institución; esto pasó porque algún compañero nos estimuló, nos acompañó, sin arrastrarnos, haciéndonos comprender con su ejemplo la necesidad de la rotación en los servicios y el beneficio de servir para nuestra recuperación.

Para cumplir con la MISIÓN debemos tener una VISIÓN clara, mirar hacia adelante y generar entusiasmo, sin desbordarnos. La VISIÓN será mirar hacia fuera, tratando de conocer las necesidades de la comunidad, para que nuestro objetivo sea crecer personalmente, ayudar al crecimiento de la institución y llegar de la mejor manera y a la mayor cantidad posible de personas que están sufriendo por el beber de un ser querido, como nos pasaba a nosotros antes de llegar a Al-Anon.

Sólo en unidad podremos lograr que esto suceda.



Enero - Febrero - Marzo de 2013

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



## RINCÓN DE NUESTRA OSG

Queridos miembros, tenemos la alegría de informarles que a partir de enero de 2013 contamos con una nueva secretaria general. Algunos de ustedes la deben conocer: se trata de Elsa B., quien desde hace muchos años tiene una activa participación en diversos servicios y tareas en nuestra OSG.

Contar con una persona que pudiera desarrollar este puesto era y es esencial para nosotros, dado que son muchas las actividades que se realizan aquí.

Desde la Oficina de Servicios Generales, los alentamos a que se animen a colaborar en los muy variados servicios que realizamos. Recordemos que el Servicio es Recuperación en Acción, y nos ayuda a sentirnos un poco mejor cada día. A todos aquellos que están comprometidos en el servicio, les reiteramos nuestro agradecimiento y el deseo de que continúen desarrollando esto que nos ayuda a ser cada día personas más valiosas y felices.

“Al-Anon suministra una amplia gama de oportunidades para practicar el dar sin condiciones”  
(*Cómo ayuda Al-Anon a familiares y amigos de los alcohólicos*, p. 103).

A partir de marzo retomamos el

horario habitual de atención en la Oficina, de 11 a 18 horas. La venta de Literatura se realiza sólo hasta las 17. Agradecemos que nos envíen previamente por fax el pedido, a fin de agilizar la tarea. Asimismo, luego de hacer el depósito, enviar por fax o mail el comprobante y a qué va destinado (Literatura o aportes).

Otro tema muy importante es mantenernos informados en caso de que un grupo no pueda abrir o esté cerrado por falta de concurrencia. Muchas veces nos mencionan que han asistido a uno de los grupos que figuran en el listado, pero han encontrado cerradas las puertas. Sabemos cuánta angustia y frustración puede ocasionar eso a un recién llegado. Es también muy importante que esté bien señalizada la ubicación del grupo Al-Anon en la dirección donde se encuentra. A veces el salón de reuniones no está visible a la entrada, y esto también ocasiona inconvenientes para encontrarlo. Se puede solicitar permiso para poner carteles indicadores a quienes nos brindan el espacio.

Recordemos que los miembros de Al-Anon son anónimos, pero es nuestra misión dar a conocer que existe ayuda y esperanza en los Grupos de Familia Al-Anon para quienes sufren por el beber de un ser querido.

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.

## Miembros con familiares enfermos con doble adicción

Los Grupos de Familia Al-Anon tienen un propósito primordial: ayudar a los familiares y amigos de los alcohólicos. Muchas veces llegan a los grupos personas que tienen un familiar con otras adicciones. ¿Cómo compartir con ellos? Nuestro Manual de Servicio (en el Compendio de Guías), en las páginas 117 y 118 aclaran acerca de la tergiversación del programa y de cómo podemos ayudar a estos miembros.

Si bien en la actualidad los enfermos alcohólicos en general padecen otras adicciones, el enfoque de nuestro programa es el **alcoholismo**.

Los miembros que tienen familiares con adicción a las drogas, “después de aprender más acerca del alcoholismo y sus efectos, casi nueve de cada diez de ellos llegaron a darse cuenta de que el abuso del alcohol también era parte del problema en general, dentro del cual estaba tanto el alcohol como las drogas” (Extraído de “Al-Anon se enfrenta al alcoholismo 2013”).

Nuestras guías nos aclaran sobre nuestra “responsabilidad”, que consiste en asegurar la supervivencia de

Al-Anon; las puertas de nuestra Hermandad están siempre abiertas a los familiares de alcohólicos y enfermos de otras adicciones, podemos ayudarlos a concentrarse en el tema del alcoholismo y sugerirles otros grupos de autoayuda para los demás temas cuando necesitan auxilio.



Al-Anon es “multipuertas”, ya que venimos por una sola preocupación pero encontramos muchas opciones.

Si las personas que se acercan a los grupos deciden que no han sido afectadas por la forma de beber de un ser querido, podemos recordarles la Tercera Tradición e informarles dónde pueden encontrar ayuda a sus necesidades.

Lo importante es mantener las puertas abiertas, y cuando alguien nos necesite, que la mano de Al-Anon esté disponible.

“En cualquier camino mi Poder Superior decide por mí y conmigo.”  
“Estar disponible para ayudar a muchos otros y ser ayudado por ellos es fundamental para mi recuperación” (extraído de *Esperanza para hoy*).



# COMITÉ DE PUBLICACIONES

Desde nuestro Comité queremos servir a los grupos, proporcionándoles la mayor cantidad de información a todo el que nos busca como recurso para su aflicción.

Por este motivo hemos consultado a las grupos acerca de cuál era el libro que deseaban tener en su BPA (Biblioteca Personal Al-Anon) que no estuviera disponible, para así encarar la reimpresión del mismo. Nuestra sorpresa fue que el libro más votado resultó *Un día a la vez en Al-Anon*, nuestro primer libro de reflexión.

Les informamos que a la brevedad —estimamos que para mediados del

mes de abril—, si nuestro Poder Superior así lo permite, este libro nuevamente estará a disposición de los miembros Al-Anon que deseen incluirlo en sus lecturas diarias.

También les damos a conocer que desde el 1° de mayo estará vigente la nueva lista de precios, con algunas novedades que fuimos trabajando durante el año y que ayudaran a pasar el mensaje de Al-Anon.

Encontrarán este listado adjunto en hoja aparte del Boletín, para tenerla con suficiente antelación a fin de informar a los miembros.



---

## Ser espiritual



Soy consciente de mi convivencia continua con mi Poder Superior y se me otorga, serenidad, valor y sabiduría para discernir cómo, cuándo y dónde dar mi espiritualidad, perseverando en el camino de los tres legados de Al-Anon: Recuperación - Unidad - Servicio.

Soy y seré eternamente agradecido por todo lo recibido.

Sólo tendré todo de mi Poder Superior cuando él tenga todo de mi amor incondicional para conmigo, para con los demás y para con el mundo que me rodea.



# COMITÉ DE CONFERENCIA

La 29ª Conferencia de Servicio Nacional de Al-Anon/Alateen en la Argentina se realizará en la Casa de Nazaret, sita en Carlos Calvo 3121, Ciudad Autónoma de Buenos Aires, los días 12, 13 y 14 de abril de 2013. El horario de ingreso será a partir de las 17 del viernes 12, ya que hasta ese momento el Comité de Conferencia estará abocado a la organización y preparación de la Conferencia.

El lema de este año será “Sirviendo se crece”. En esta oportunidad, los miembros de Conferencia trataremos de intensificar la conciencia del servicio, porque a través del mismo se crece y mostramos nuestra gratitud y amor a Al-Anon.

¿Por qué es importante participar en una CSN? La Conferencia es la voz de la hermandad, es donde se trabaja la Unidad y se toman decisiones para el crecimiento de Al-Anon a nivel nacional; ponemos en práctica el Cuarto Concepto (La participación es la clave de la armonía).

Nuestro Comité se disculpa por el atraso en la entrega de las carpetas. Sugerimos programar reuniones especiales en los distrito, así pueden leerla los servidores y los RGs junto al delegado. Gracias por comprender.

Cada delegado tiene un Comité asignado para participar en su Reu-

nión Plenaria; el horario asignado es el viernes a las 17:45. Por favor, seamos puntuales, las Plenarias representan la importancia del intercambio de ideas y proyectos de los distritos y los comités, que luego pasan al Resumen de la CSN.

## Recomendaciones generales

- No quedarnos con dudas (los miembros del Comité de Conferencia y de la OSG estamos para responder y ayudar). Si algo no estuviera correcto o alguna cosa me molestara, lo expreso de inmediato en el espíritu del Sólo por Hoy.
- Durante el desarrollo de la Conferencia no está permitido el uso del celular.
- Recordar el espíritu del Paso 12 (anonimato) y que del viernes al domingo la Conferencia es una reunión cerrada. No es conveniente mantener conversaciones con miembros de los distritos, contándoles el desarrollo de la misma. De regreso al distrito compartiremos lo vivido.
- Sólo se permitirá tomar mate en las pausas para desayuno y otros refrigerios.
- Cada participante debe recordar llevar sus remedios de cada día, sus



lentes, su carnet de obra social (ante alguna situación de emergencia), avisar de inmediato al Comité si necesita dieta médica, etc. Con mucho amor y responsabilidad “juntos lo lograremos” cuidarnos entre todos.

- **Para cada delegado:** no olvidar entregar (por escrito) el **Informe del Distrito**, el **Directorio actualizado** y el **Informe del Delegado**. (No es habitual, pero si se quiere retirar literatura pedirlo anticipadamente a la secretaria general.)

## Próximas reuniones con el Comité:

- 18 de mayo (en la OSG) 9 a 17 horas, reunión de **Representantes de Distrito** (viáticos prorrateados).
- 27 de julio (en la OSG) 9 a 17 horas, reunión de **Delegados** (viáticos prorrateados)
- 28 de septiembre (en la Casa de Nazaret) 9 a 17 horas, reunión de **Delegados y Representantes de Distrito**.

“Sirviendo se crece”

---

## Pasando el mensaje...



¡Cuánto miedo! La verdad es que había hecho servicio en el grupo y en el distrito, pero el servicio de oradora me aterraba. A la vez, me moría de ganas de hacer algo más por mi querido Al-Anon. Entonces me decidí. Llegó el momento y di mi testimonio. Cuando ya terminaba la reunión, me llegó una pregunta del público. Yo estaba comentando que mi papá seguía en carrera y a pesar de eso, yo era feliz. En ese momento, una mujer me interrumpió llorando, muy angustiada, preguntándome si acaso no me dolía ver a mi papá en esas condiciones. Fue un momento tenso, pero mi Poder Superior me socorrió como siempre, esta vez poniendo las palabras correctas en mi boca. Contesté que sí me dolía, pero que Al-Anon me brindaba la herramienta para poder convivir con eso: el desprendimiento emocional.

Dos semanas después, esa misma mujer llegaba al grupo “Nace un nuevo día”. Hoy es una servidora formidable y una compañera entrañable.

TODOS SOMOS ORADORES, me dijeron mis compañeros, y hoy les agradezco especialmente el impulso que me dieron para hacer este servicio. ¡Llevemos este mensaje a aquellos que tanto lo necesitan YA!

Gracias a que vencí todos mis miedos e inseguridades, hoy la vida de una persona cambió por completo. Hoy me siento inmensamente feliz por haber sido un instrumento de Dios para llegar al corazón de Claudia.

Noelia A.

DISTRITO ALTE. BROWN



# COMITÉ ALATEEN

Comenzamos un nuevo año con renovadas esperanzas para seguir trabajando por Alateen. ¿Cómo?

- Tratando de que en cada distrito haya Comité Alateen.
- Exhibiendo literatura Alateen en las reuniones de Al-Anon.
- Dando la bienvenida a niños y adolescentes, haciéndoles saber que tienen derecho a recibir ayuda.

La Tercera Tradición se dirige a

aquellos que erróneamente creen que debe rechazarse a un recién llegado cuando, en realidad, cumple con los requisitos para entrar en Al-Anon.

Reuniones del Comité: 2º miércoles de cada mes.

Reuniones con padrinos: 1er. sábado de febrero, mayo, agosto y noviembre.

Reuniones con coordinadores: 2º sábado de marzo, junio, septiembre y noviembre.

---

## *Alateen lleno el vacío que había en mi corazón*



Al criarme con una persona alcohólica en recuperación, sabía los nombres de los síntomas que teníamos antes de que entendiera de verdad la forma en que me afectaron como persona. La recuperación no se trataba de mí. Mamá era quien padecía la enfermedad, y yo debía ser la que le brindara apoyo.

A medida que fui creciendo aparecieron muchos problemas en la escuela. Me sentía desesperada. Algo andaba mal con respecto a mí. Sabía que si no lo arreglaba pronto, iba a explotar. La presión de ser “perfecta”, de ser “normal”, y de “tener cabida” casi me lanza al borde de la locura.

Mientras transcurría el tiempo, ni siquiera provocar peleas era suficiente. No tenía palabras para describir el gran vacío que la soledad había dejado en mi pecho. Me sentía completamente vacía y la desesperación me estaba abatiendo.

Unos seis meses después de que llegue a Alateen, trate de utilizar una solución permanente para resolver un problema temporal. Afortunadamente, un amigo en Alateen me llamó antes de que la pudiera aplicar. Después de tocar ese fondo, empecé a llorar, a darle importancia y a compartir en las reuniones. Finalmente dejé que el programa funcionara, y entonces lo practiqué.

Alateen me salvo de mí misma y es por eso que estoy eternamente agradecida.

Jesica R., Kansas  
THE FORUM, NOVIEMBRE DE 2012



# COMITÉ DE SEMINARIOS DE SERVICIO REGIONALES (CSSR)

## ¿Cómo se financia un Seminario?

Los Seminarios se autofinancian por medio de Jornadas y Encuentros dentro de la Región, donde todos pueden participar. Se acuerda una inscripción para garantizar el evento. Todos los miembros pagan su estadía (alojamiento y comidas) y en todos los ámbitos se contribuye con la Séptima Tradición. (*Manual de Servicio*, pág. 74)



## Actividades del CSSR

El Comité de Seminarios de Servicio Regional (CSSR) tienen como objetivo “escuchar a las tres Regiones”, hacerse eco de sus necesidades a través



de una presencia sostenida en las Regiones, ya sea en los Encuentros, telefónicamente o por mail. El Comité les acerca las herramientas que facilitan la organización de los Encuentros y Seminarios. Por ejemplo, las Guías para hacer operativas las tareas de servicio.

En este momento el Comité está abocado, junto con los miembros custodios, a la Guía de Procedimiento

de Tesorería para Encuentros y Seminarios. También está recopilando material para la confección de los resúmenes de los Seminarios 2010, 11 y 12, así como analizando las fichas de evaluación del último.

## Próximos Encuentros

### • Región Norte:

3 de marzo de 2013.

Iglesia Socorro, Av. Alberdi 580 (esquina French), Rosario.

### • Región Centro:

17 de marzo de 2013.

H. Irigoyen 250 (Ruta 197), Pacheco, Pcia. de Bs. As.

### • Región Sur:

12 de Mayo de 2013.

Dorrego 2279, Mar del Plata, Pcia. de Bs. As.

“El brindar servicio ha ido más allá de mis expectativas. Me ha enseñado a ofrecer la mano en muchos aspectos de mi vida, y con eso he podido sentir



que estoy brindando servicio al gran océano que es la humanidad, ni más ni menos.” (*Al-Anon/Alateen en acción*, vol. 43, N° 5, 2010)

# Aceptar el amor



Hace un tiempo asistí a la Reunión Abierta del Grupo “Lihuén” con motivo de su 12º aniversario. Como habitualmente ocurre, dieron su testimonio miembros de Al-Anon, Alateen, un AA y un profesional de la salud.

Nada parecía interesarme demasiado, como si algunas cosas estuvieran de más en mi caso, cuando de pronto un niño de aproximadamente 8 años corrió hacia el panelista, su papá.

Se colgó de su cuello y estuvieron un ratito abrazados, sonrientes y murmurando no sé qué palabras. Lucían satisfechos, contentos y agradecidos.

Me pregunté:

**¿Por qué te cuesta tanto aceptar el amor entre un papá (aunque sea alcohólico) y sus hijos?**

**¿Por qué te resulta tan difícil aceptar que amas a un alcohólico?**

**¿Piensas que ya es hora de cambiar tu manera de pensar?**

¡Gracias! Una vez más, por estar allí, donde más los necesito...

Con amor en Al-Anon.

Mónica



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

**25 años**

**Grupo Albariño - Villa Luro - Distrito Gral. Paz**

**\***

**1 año**

**Grupo Volver a Empezar - Distrito Gral. Paz**

**\***

**35 años**

**Grupo Floresta - Distrito Gral. Paz**

**\***

**10 años**

**Distrito Nuevo Camino**

**\***

**2 de enero**

**35 años**

**Llega el primer mensaje a Villa María**

**\***



# COMITÉ DE PRESUPUESTO

Nos estamos acercando a la Conferencia de Servicio Nacional, donde estaremos en contacto con nuestros delegados y miembros del interior que participan para llevar el mensaje a sus lugares de origen para que cada vez se abran más grupos en nuestro país.

Tendremos mente y oídos abiertos para escuchar a nuestra hermandad y en ese diálogo hacer de Al-Anon en Argentina un lugar donde podamos difundir este programa que nos permite vivir mejor, así el alcohólico beba o deje de beber.

## *Cuidar al grupo*



Hace un tiempo alguien dijo en una reunión: “Le debo tanto al grupo, que no sé qué me pasaría si viniera y ustedes no estuvieran aquí”. Cada tanto y a medida que se lee la historia de Al-Anon, las Tradiciones o los Conceptos, uno toma conciencia de la recuperación de los efectos emocionales del alcoholismo. No son solamente los fundadores, sino todos y cada uno de aquellos que luego de recibir el beneficio del Programa pusieron su granito de arena para que la hermandad continuara.

Afortunadamente, sabemos que el futuro de Al-Anon no está en nuestras manos sino en las del “Poder Superior”, del que habla la Segunda Tradición. De nosotros, Al-Anon necesita las pequeñas cosas posibles. Cada uno puede ser servidor donde más cómodo se sienta, por el tiempo que pueda. Pero hay una tarea a la que ninguno puede ser ajeno: el cuidado del grupo. El programa no solamente propone ayudarnos con un día y un paso a la vez, sino que nos recuerda que debemos anteponer los principios a las personas. Asistir a las reuniones, hacer nuestras tareas con responsabilidad y cortesía para todos, atender a los recién llegados, son maneras de cuidar el grupo. Aplicar las Tradiciones, recordar que comunicamos con nuestras actitudes tanto como con nuestras palabras, aceptar las diferencias y encontrar armonía en la común esperanza, son otras formas de cuidarlo.

¿Por qué cuidarlo? Porque queremos que siga funcionando, que esas personas estén allí cuando las necesitemos, sin importar si vamos para compartir experiencias, a estudiar la literatura o a llevar nuestra confusión y pedir sugerencias. El grupo se hace de cada uno de sus miembros y se nutre con los mensajes de amor de todos, ya sea que emanen de actitudes amables y respetuosas, como de una taza de café, del silencio para escuchar o de la prudencia para hablar.

*Miembro del Grupo Salud, Versalles*  
D.T.O. GRAL PAZ



# COMITÉ DE INFORMACIÓN PÚBLICA

En esta oportunidad nos comunicamos con nuestros queridos compañeros y la institución toda para comentarles que hemos decidido abocarnos durante este año a “Reforzar la difusión, para lograr una campaña de alcance nacional, y así llegar a más hogares que necesiten escuchar y conocer nuestro mensaje”.

Para ello, convocamos a todos los oradores, a los que quieran serlo, o a quienes lo han sido y se han tomado un descanso, a sumarse a cada distrito a través del coordinador de IP. En los



distritos que no lo tengan, al coordinador de distrito.

También invitamos los grupos que poseen el servicio de IP de grupo y zona a utilizar cada pieza de difusión, ya sea el afiche institucional “Hoy

tenés

un lugar” o el sticker

con el 0-800, y la realización de reuniones abiertas al público, jornadas de Información Pública, campaña del olvido y todo lo conocido para llevar a cabo nuestro Paso 12. Juntos podemos lograrlo...

Recordamos que mayo es el mes de Información Pública; el Comité tiene como objetivo realizar en ese momento la 2ª Jornada Nacional de Información Pública. Para tal evento necesitaremos la colaboración de todos los servidores...

Los esperamos, comunicarse a nuestra OSG, asunto IP, o al Comité a través de un mail a [c\\_informacion\\_publica@alanon.org.ar](mailto:c_informacion_publica@alanon.org.ar)

Nuestras reuniones se realizan todos los meses los segundos sábados del mes, y cada tres meses con coordinadores. ¡Vení, participá!

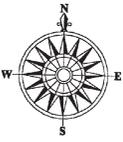


## Reflexiones



CUANDO ALGO NO SALGA BIEN, NO LO TOMES POR UN FRACASO SINO COMO UN RODEO.

Extraído de *Al-Anon y Alateen en acción*, febrero-marzo de 1994.



# COMITÉ DEL INTERIOR

El Comité del Interior agradece a todos los miembros aislados o sin distrito que se comunican con nosotros. Desde el Comité nacen vínculos muy fuertes con miembros Al-Anon/Alateen que se encuentran a muchos kilómetros de nuestra querida OSG. Algunos de ellos son miembros solitarios, cuyo único contacto con la hermandad se reduce a la comunicación con algunos de los servidores de este Comité. Otros, a través nuestro, irán buscando algún padrino más cercano a su lugar de origen, otros solo querrán, muy a pesar de la distancia, mantener contacto con algún miembro del Comité.

Tendremos entonces una oportunidad única de crecimiento que nos dará el padrinzago a distancia; se crearán vínculos mágicos que sólo es posible lograr en esta confraternidad, vínculos tan fuertes que cuando llega el momento de conocer a nuestro ahijado, nos da la sensación de haberlo conocido de toda la vida. Esto le ocurrió a un servidor de este Comité durante las vacaciones. El Poder Superior le dio la posibilidad de poder reunirse en un lugar recóndito de nuestro país con dos ahijados; pudimos hablar, abrazarnos, reír y llorar juntos y saber que Al-Anon es un hilo conductor positivo, que nos lleva hacia la luz, hacia la felicidad plena.

Cuando llegamos al programa, lo hacemos con mucha desconfianza, y algunos, convencidos de que somos buenos para nada. Pero Al-Anon nos da la oportunidad de servir, de revertir ese pensamiento negativo; quienes hacemos algún servicio debemos agradecer a nuestro PS y a todos los que se fijaron en nosotros y confiaron, algunos de ellos miembros totalmente anónimos y desconocidos que nos alentaron y nos alientan para seguir sirviendo, a través de sus preguntas, sugerencias y su agradecimiento constante. Aprender a valorizarme puede comenzar con el valor de encontrar y emplear un padrino o una madrina.

“Nada de lo que hagamos, independientemente de cuán virtuoso sea, lo podremos lograr solos; por lo tanto, nos salva el amor.”

“Nada de lo que hagamos, independientemente de cuán virtuoso sea, lo podremos lograr solos; por lo tanto, nos salva el amor.”

## Jornadas de Distrito en Formación Cuyo

**\* 9 y 10 de marzo de 2013 \***

*Lugar del encuentro:* Escuela Hogar Eva Perón, Parque General San Martín, Mendoza.

Viernes 8: desde las 20.00 horas, recepción de los miembros de otras provincias en Escuela Hogar.

Sábado 9: a partir de las 8.30, Jornada de Servicios con amplio temario y reunión abierta.

Domingo 10: reunión para la formación del distrito y plan de acción para el año 2013. Conclusiones.



# DELEGADA INTERNACIONAL

Queremos compartir las conclusiones del taller “RESOLUCIÓN DE CONFLICTOS I: ATRAYENDO MIEMBROS AL SERVICIO. RISGA 2012”.

El conflicto puede agradarnos o no; es útil reconocer que existe. Los conflictos aparecen porque necesitan ser tratados. Atraemos servidores y mantenemos sanos los grupos cuando debatimos nuestras diferencias cara a cara, escuchando con respeto a los otros. También si realizamos talleres para abordarlos mediante el uso de nuestra literatura (LAC); en la 28ª Conferencia hemos tratado el



tema utilizando las herramientas que nos ofrece la literatura, en especial el capítulo “Comunicación” de *El dilema del matrimonio*.

Hacer un inventario personal y escuchar con mente abierta las observaciones a nuestro servicio, ya que a

veces los que nos señalan algo para que cambiemos pueden tener razón o un punto de vista diferente al nuestro, pero beneficioso.

Tengamos en cuenta que si es necesario disculparse con algún servidor por una mala actitud nuestra, esto genera ansiedad en ambas partes; a veces la otra persona que piensa distinto a nosotros lo único que necesita es sentirse escuchado. Podemos enmendar la situación y reconocer su punto de vista.

Los Distritos pueden contar con mi presencia para la realización de un taller de Resolución de Conflictos. En la próxima 29ª Conferencia de Servicio Nacional se hará entrega a los delegados de todo el material recopilado de las últimas Conferencias de Servicio Mundial y RISGAs.



## Reflexiones



SI PIENSAS EN EL AYER SIN REMORDIMIENTOS Y EN EL MAÑANA SIN TEMORES, ESTÁS EN EL CAMINO DEL ÉXITO.

Extraído de *Al-Anon y Alateen en acción*, junio-julio de 1990.



# COMITÉ DE GUÍAS

## ¿Qué es el Comité de Guías?

“Es tal vez el más importante de todos los Comités de la Oficina de Servicios Generales. Puede tener jurisdicción prácticamente sobre todos los problemas o proyectos que tengan que ver con la política de Al-Anon, las relaciones públicas o las Tradiciones, según puedan presentarse en otros Comités.

El Comité de Guías hace recomendaciones a la Junta de Administradores (Custodios) y también informa sobre las opiniones de la minoría.

En una emergencia, cuando es necesaria una acción inmediata, está autorizado a tomar decisiones; su decisión tendrá vigencia en lo que concierne a ese incidente en particular. Pero esta decisión no necesariamente formara parte del conjunto de Guías, a menos que sea aprobada por la Junta de Administradores (Custodios) y la Conferencia de Servicio Nacional.

Está compuesto por un coordinador, el total de los administradores (custodios), los coordinadores de todos

los Comités de la OSG, el secretario general como miembro ex officio y los delegados internacionales, y se reúne trimestralmente antes de la reunión de los Administradores (Custodios).

Está facultado para considerar cualquier proyecto presentado por un miembro de Al-Anon, o para reconsiderar una decisión ya tomada, si está en desacuerdo con cualquier parte de la Hermandad.” (Extraído de los Doce Conceptos de Servicio)

Cuando surgen conflictos en los grupos u otros espacios, tratamos de solucionarlos en los mismos; si no encontramos la solución lo trasladamos al distrito; si el conflicto continúa el distrito lo remitirá al Comité de Guías, donde será analizado y debatido a la luz de las Tradiciones. De esta manera todos, tanto grupos y distritos como OSG, estaremos trabajando para un fin común: hacer que Al-Anon/Alateen crezcan en armonía para poder llevar su ayuda a aquellas personas que lo necesiten.



## Reflexiones



**HAY UNA DIFERENCIA ENTRE LA EXPRESIÓN SINCERA DE LO QUE UNO SIENTE Y HACER QUE LA PERSONA A QUIEN UNO AMA SEA LA QUE RECOJA TODOS LOS MALOS SENTIMIENTOS DE UNO. SI HAGO UN ESFUERZO, PUEDO EXPRESARME SIN RESPONSABILIZAR A LOS DEMÁS POR MI ESTADO DE ÁNIMO, Y PUEDO DECIR LA VERDAD SIN SER CRUEL NI INDISCRETO.**

Extraído de *Viviendo con un alcoholico sobrio*, p. 25.



# COMITÉ DE PRESUPUESTO

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 los meses de **noviembre y diciembre de 2012 y enero de 2013.**

- **Distrito Alte. Brown y Grupos:** Camino de Esperanza, Gratitud, Lihuen, Luz y Esperanza, Luz de Vida, Nace un nuevo Día, Nueva Esperanza, Sendero de Luz.
- **Distrito Capital y Grupos:** Aceptación y Esperanza, Belgrano, Compartir, Libertad, Luz de Patricios, Mediodía, Mensaje, Palermo, Redentor, Serenidad, Sólo por hoy, Unidad, Vida, Villa Crespo, Vivencias, Vivir Hoy, (HA) Calidez y Loreto; (Alateen) Buenas Compañías y Crecer con Amor.
- **Distrito Centro Este Entre Ríos y Grupos:** Amanecer, Despertar Espiritual, La Milagrosa, Nueva Vida, Paraná, Villa Elisa, 20 de Enero.
- **Distrito Centro Oeste y Grupos:** Barrio Argentino, Despertar, Esperanza, Ituzaingó, Luján, Merlo, Paso del Rey, San Miguel, Una Nueva Esperanza, Unión, (Alateen) El Amor de Alateen.
- **Distrito Córdoba y Grupos:** Amanecer, Aurora, Centro (Carlos Paz), Esperanza, Fe (padres), Renacer, Sólo por Nosotros.
- **Distrito de la Costa y Grupos:** Dar y Compartir, Gral. Madariaga.
- **Distrito Gral. Paz y Grupos:** Aceptación, Albariños, Esperanza, Floresta, Génesis, Liniers, Revivir, Querer es Poder, Salud, Volver a Empezar.
- **Distrito Integración y Grupos:** Alber-  
ti, Comprensión, De Corazón, Pertene-  
cer, Puerto, Un Camino de Luz;  
(HA) Aprendiendo a Vivir, (Alateen)  
Puerto.
- **Distrito Noroeste y Grupos:** Billinghurst, Castex, El Sol, Hurlingham, Martín Coronado, Villa Tesei.
- **Distrito Norte y Grupos:** Alegría, Beccar, Florecer, Florida, Munro, Olivos, San Fernando, San Isidro, Serenidad.
- **Distrito Nuevo Camino y Grupos:** Milagros del Siglo XX, Monte Grande, Peldaño, Tristán Suárez.
- **Distrito Rafaela y Grupos:** Sendero de Luz, Serenidad, Volver a Empezar (Brikmann), Volver a Empezar (Esperanza).
- **Distrito Río de la Plata y Grupos:** Buena Esperanza, Convivencia, Fe, Jesús del Buen Pastor, La Plata, Luz, San Marcos.
- **Distrito Rosario y Grupos:** Casilda, Centro de Vida, Fuente de Amor, Luz del Sur, San Francisco Solano, Socorro, Viamonte.
- **Distrito Sudoeste y Grupos:** Brisa, Camino a la Esperanza, Crecimiento, Despertar en Al-Anon, Esperanza (R. Castillo), Morón, San Justo, Senderos de Esperanza, Unión y Serenidad, (HA) 12 Pasos de Libertad (San Justo).
- **Distrito Sur y Grupos:** Amor y Comprensión, Alte. Brown, Aprender a Vivir, Avellaneda, Entre Todos, Fe y

---

Los editores se reservan el derecho de no publicar textos que no crean convenientes pero se mantendrán en archivo. Las publicaciones van por orden de recepción. 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 BOLETÍN SE PUEDE FOTOCOPIAR PARCIAL O INTEGRALMENTE.

Esperanza, Itatí, Luján, Renacer, Semilla de Esperanza, Valor para Cambiar.

- **Distrito Tucumán y Grupos:** Acción, Esperanza, Luz de Esperanza, Serenidad.
- **Distrito Unidad y Grupos:** Amor y Esperanza, Don Torcuato, Encuentro, Escobar, Mi Lugar, Volver a Vivir.
- **Distrito Villa María y Grupos:** Amor y Fe, Fe y Esperanza, Río Cuarto, Sabiduría, Senderos de Fe.
- **Grupos del Interior:**
- **Grupos Pcia. Bs. Aires:** Pío XXII (Necochea).
- **Grupos de Neuquén:** Don Bosco (Bari-loche).
- **Grupo de Salta:** Solidaridad.
- **Grupo de Santiago del Estero:** Esperanza, Volver a vivir.
- **Aportes personales**
- **Aportes del Seminario:** Región Sur
- **Aportes Carta de Apelación**

**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 NUEVA cuenta del **Banco Nación, Cuenta Corriente Especial N° 0160884647 - Sucursal Monserrat**, y el

número de nuestra Cta. Cte. 4117-5038-6 del Bco. Galicia. Les rogamos a los miembros que aporten por medio de dicha cuenta que destaquen el origen y el motivo del envío del depósito en forma muy clara por FAX.

Por favor hagan **DEPÓSITOS** en las cuentas, **NO TRANSFERENCIAS**.

También solicitamos que cuando realicen algún aporte a la OSG o pago de literatura por medio de Depósitos Bancarios, nos aclaren inmediatamente a través de fax, e-mail o llamada telefónica, lo siguiente:

- En qué banco fue hecho, Nación o Galicia.
- El importe del depósito.
- A qué grupo y/o distrito pertenece.
- Si es un aporte personal, a OSG, o Bonos Pro-Fondo de Reserva, Aniversario o Carta de Apelación.
- A qué dirección debemos enviarles lo requerido.

Agradecemos esta información para acreditar el dinero que está en los bancos en forma correcta.

Si algún grupo ha hecho el aporte y no figura en el listado, por favor enviar por mail el reclamo con fecha y N° del depósito bancario o número de recibo.

Dado que se están haciendo ajustes por el cambio de sistema contable, pueden surgir inconvenientes para corregir.



**OFICINA SERVICIOS GENERALES AL-ANON  
PARA LA REPÚBLICA ARGENTINA**

**Adolfo Alsina 1441 - 1er. p. - Of. 102  
1088 - Buenos Aires - Argentina**

**0800-333-0784**

**Tel. (011) 4382-9311**

**Fax (011) 4382-9229**

**e-mail: [osg@alanon.org.ar](mailto:osg@alanon.org.ar)**

**[www.alanon.org.ar](http://www.alanon.org.ar)**