



Año de Volver a las bases

EDITORIAL

Un balance en compañía

Un año más está llegando a su fin. Y para muchos de nosotros, esta es una época de balance. Balance con amigos, con nuestra familia, en el trabajo, con compañeros de Al-Anon. Y en este balance, como si fuera un Cuarto Paso, incluimos las cosas positivas y las negativas que este año va dejando atrás.

Tantas preguntas surgen si miramos lo que nos sucedió a lo largo de este año... ¿Experimenté los beneficios de poner un límite con amor? ¿Pude dejar de mirar al otro y concentrarme en mí mismo? ¿Comencé a trabajar los Pasos? ¿Tuve la oportunidad de hacer algún servicio? ¿Trabajé mi aceptación del alcoholismo como una enfermedad familiar? Y quedan tantas preguntas más para reflexionar.

Preguntas que remontan a situaciones vividas... algunas alegres, otras no. Pero lo que siempre nos recuerdan es que en ningún momento estuvimos solos. Aun en aquellas situaciones que parecían desesperantes, sabíamos que nuestro Poder Superior estaba ahí, a nuestro lado, ofreciéndonos una oportunidad para trabajar más en nosotros mismos. Y junto con nuestro Poder Superior, también tuvimos el amor incondicional de nuestros amigos de Al-Anon y Alateen. Y seguramente seguiremos contando con este apoyo a lo largo del próximo año, recordándonos que no estamos solos en este camino.

¡Muchas felicidades para todos!

Nº 344

Octubre - Noviembre - Diciembre de 2014



*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

Informamos a la hermandad que nuestra OSG permanecerá sin actividad los siguientes días:

- 24 y 31 de diciembre por asueto;
- 29 y 30 de diciembre por Inventario, Balance y Cierre del Ejercicio 2014.

Agradecemos a los miembros, grupos y distritos la colaboración que han prestado a través de sus servicios, llevando el mensaje de Esperanza a todos los que se acercaron a nuestra institución pidiendo ayuda. A cada uno les damos las gracias y les deseamos FELICIDA-

DES y buenos augurios para el comienzo de año 2015.

A la vez, queremos invitarlos a compartir con nosotros la reunión para despedir juntos este año. Nos reuniremos el viernes 12 de diciembre de 17 a 20 horas en la OSG para compartir un grato y distendido momento. Como siempre, esta reunión será con nuestro típico "paquetito".

Como hicimos para nuestro cumpleaños, para aquellos que se encuentran lejos, si quieren podremos recibir sus mails y leerlos en este espacio, o bien llamarnos y con gusto los atenderemos. ¡¡Todos son bienvenidos. Los esperamos!!



Aniversarios

¡¡FELICIDADES!!

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

26 de octubre
25 años

Grupo "Fuente de amor" - Cañada de Gómez
Distrito Rosario



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.

🦋 AÑO DE VOLVER A LAS BASES 🦋

Sexto Concepto

La Conferencia reconoce la responsabilidad administrativa primordial de los administradores (custodios).

Los miembros comparten experiencia, fortaleza y esperanza

En el mes de abril, los delegados representantes de cada distrito se reúnen con coordinadores de comités, miembros administradores (custodios) y personal de la OSG en la Conferencia de Servicio Nacional (CSN).

Es un período estimulante de aportes mutuos y examen atento del papel de Al-Anon, desde su contacto personal estrecho con cada persona y grupo hasta sus funciones a nivel internacional. Muchas cuestiones de nuestra hermandad se discuten para que pueda expresarse con precisión y delinearse con claridad una conciencia de grupo.

¿Y ahora qué? La labor de servicio nacional de Grupos de Familia Al-Anon continúa. ¿Quién tiene la autoridad para adoptar decisiones diarias en una hermandad de iguales? El Sexto Concepto lo deja en claro: así como los grupos encomiendan la responsabilidad de Al-Anon en general a

la CSN, la Conferencia le asigna a la Junta de Administradores la responsabilidad en materia de política, actividades de

servicio, relaciones públicas nacionales, relaciones internacionales de nuestra estructura con Al-Anon mundial, protección de nuestras Doce Tradiciones y administración prudente de las finanzas. Los administradores fiscalizan activamente las actividades hasta que la CSN se reúne de nuevo, y nosotros podemos estar seguros de que el servicio estará disponible cuando cualquier grupo o individuo en cualquier lugar del país solicite ayuda.

Bibliografía consultada: *Manual de Servicio*, Sexto y Tercer Concepto, Segunda Tradición, Carta de la Conferencia



Reflexiones



HOY ME COMPROMETO A SER HONESTO CONMIGO MISMO. AFRONTANDO LA REALIDAD, ME TRANSFORMO EN ALGUIEN DE QUIEN PUEDO DEPENDER.

Extraído de *Valor para cambiar*, págs. 232



• Comunicamos que hemos confeccionado un directorio Alateen de bolsillo para poder realizar su difusión.

• Continuamos con las reuniones de Acceso Limitado, las que han dado gran resultado en la disminución de la violencia en el establecimiento, alentando a madrinan, ex madrinan, ex Alateen, hijos adultos y a cualquier otro miembro Al-Anon a que concurran a las reuniones del Comité Alateen de la OSG para informarse y colaborar con el Comité.

• Realizaremos una media jornada el día 13 de diciembre de 2014, de 13 a 15 horas en la OSG, Alsina 1441.

Compartimos de la guía de seguridad Alateen:

“Qué pueden hacer los Grupos Al-Anon:

2. Encontrar un medio para servir a Alateen. Muchos miembros Al-Anon no pueden actuar como padrinos Alateen a tiempo completo por diversos motivos. Sin embargo, todos pueden servir a Alateen de alguna manera: ofrecerse como colaborador Alateen o suministrarles literatura y refrigerio constituyen forma de servicio Alateen.”



“Trabajar juntos significa ayudarnos los unos a los otros. Esto requiere gran confianza y comprensión. La Primera Tradición abre esa puerta. Hoy puedo utilizarla para ayudar a que mi grupo se fortalezca.”

Extraído de *Alateen - Un día a la vez*, pág. 26

Tengan en cuenta que en la 17ª Conferencia de Servicio Nacional se aprobó que el servicio de padrinazgo es un servicio más dentro del grupo.

Reflexiones

UNA VEZ QUE TE HAYAS UNIDO A ALATEEN, PUEDES QUE APRENDAS A MANEJAR TUS RESENTIMIENTOS HACIA TU PROGENITOR NO ALCOHÓLICO. OTROS EN LA FAMILIA PUEDEN ESTAR SUFRIENDO TAN PROFUNDAMENTE COMO SUFRES TÚ.

Extraído de *Los adolescentes y los padres alcohólicos*, pág. 10



COMITÉ DE SEMINARIOS DE SERVICIO REGIONALES (CSSR)

“El Comité desarrolla planes para los Seminarios. Estimula la comunicación directa entre la OSG y los miembros servidores de cada Región. Estudia las propuestas de la Región en la que va a celebrarse el Seminario con la ayuda de los custodios regionales, coordina el evento, selecciona el personal que va asistir y preparar la agenda basada en las peticiones procedentes de la Región.”

Los grupos responden:

• **¿Cuál es la Visión de un Seminario?**

Se tendría que trabajar más para atraer a los miembros al servicio.

Grupo Peldaño



Gran oportunidad para que los distritos presenten los temas que consideren necesarios trabajar para esos distritos.

El distrito presenta cada tema y lo desarrollan entre todos

los presentes.

Grupo Monte Grande

Poder compartir con otros miembros de muchos grupos las experiencias y la sabiduría adquirida con el programa.

Grupo Milagros Siglo XX

Es exponer los proyectos que trae cada servidor.

Grupo Tristán Suarez

Un programa de amor recobra el amor



El programa de Al-Anon me ayudó a recobrar sobre todo un sentimiento: EL AMOR, que el alcoholismo había velado, dando lugar a la desconfianza, el aislamiento, la negación, la victimización, la ira, la angustia...

Aislarme me llevó a alejarme del enfermo y de ese sentimiento, negando que existiera, dudando, a la vez enojada y triste.

Mucho tiempo después (veinte años) la vida me puso cerca otra vez del alcohólico, pero esta vez pronto aparecieron los Doce Pasos para los dos. Por mi parte, fue una gran crisis la que me hizo dar cuenta de mi afectación y de la necesidad de ayuda.

Hoy me quedo porque con sus bondades este programa de amor, afecto y comprensión me despeja la mirada cada vez que aquellos síntomas quieren ocultar ese hermoso sentimiento.

Silvina N.

DISTRITO GRAL. PAZ



COMITÉ DE INFORMACIÓN PÚBLICA

Balance de nuestra labor

Un año termina, y hacer balance es hablar de ganancias, pérdidas, resultados e inversión.

Seguramente ustedes abrieron las puertas de los grupos, dieron la bienvenida al recién llegado, otros apadrinaron, otros marcaron presencia en reuniones, mientras otros hicieron servicio telefónico. Sepan que toda esa labor silenciosa, como dice *Senderos de Recuperación* (pág. 202) forma parte de las actividades del Paso 12. Y es una valiosísima inversión de los recursos humanos de la hermandad.

Lois, Anne y Zulema han instado a que aprendamos todo lo que podamos sobre el alcoholismo, y la literatura dice que necesitamos estar actualizados, porque los cambios (aun los contables o los legales) pueden contribuir en nuestra misión; nos alientan a tener iniciativas y a generar ideas.

Este año, los stickers en los colectivos hablaron mientras hacían su recorrido, transportando el mensaje de esperanza.

Hay proyectos idénti-

cos para trenes y subterráneos. Otros dan mensajes en universidades; otros idean programas radiales y hasta nos regalaron su voz para el spot radial; otros han ido a congresos, seminarios y mesas de difusión.

Con tanta labor no hubo pérdidas, porque cada gestión deja utilidades (sabiduría); las ganancias las veremos cuando lleguen más miembros, y en lo que hace a inversión, hemos invertido sembrando amor. Seguramente, el resultado será una buena cosecha.

El Comité de Información Pública agradece a todos y cada uno de los miembros por invertir en lo único que no tiene precio: ¡el amor! Que tengan el más grande y el mejor en estas celebraciones...

Compartir ideas es hacer aportes.

Esperamos que nos escriban al e-mail: c_informacionpublica@alanon.org.ar

“Cuando las personas dan una mano, la vida adquiere sentido.”

Valor para cambiar,
pág.188.



Reflexiones



NO HAY MEJOR FORMA DE CONSERVAR NUESTROS BENEFICIOS ESPIRITUALES QUE REPARTIRLOS CON AMOR, LIBRES DE EXPECTATIVAS Y SIN CONDICIONES. DAR BIENES MATERIALES AGOTA NUESTRAS EXISTENCIAS, PERO CUANDO DAMOS LO QUE HEMOS RECIBIDO EN AL-ANON, LA MAYORÍA DE NOSOTROS ADQUIERE MUCHO MÁS DE LO QUE HA DADO.

Extraído de ...*En todas nuestras acciones*, pág. 211.



COMITÉ DE CONFERENCIA

“Principios en acción producen atracción”

Llegando al final de este año de servicio en Al-Anon es bueno hacer un inventario de nuestros logros y dificultades, para comenzar con nuevos objetivos el año que se inicia.

“Principios en acción producen atracción” —lema del año 2014— puede ayudarnos a hacer nuestra lista de evaluación del servicio.

Mi inventario personal, mi servicio de Rg, Rd o delegado de mi distrito: ¿pude motivar a otros, fui generoso al brindar mi servicio a la hermandad? ¿El distrito creció en servidores, mi participación es un buen ejemplo de lo que se espera de un delegado de distrito? Y si las cuentas no me son satisfactorias, ¿me animo a proponer un cambio, a pedir una Reunión de Conciencia en el distrito con los Rgs y la Comisión del Distrito?

En el Comité de Conferencia evaluamos las mismas preguntas y sabemos que aún no hemos llegado con nuestro servicio a distritos que a la fecha no tienen delegado para enviar a la 31ª CSN.

Nos preguntamos: ¿en qué estamos fallando? Pero lo mismo seguimos trabajando para que en abril próximo todo Al-Anon/Alateen pueda tener participación, voz y voto en la Conciencia de Grupo a nivel nacional que es la Conferencia de Servicio Nacional.

La próxima Conferencia, bajo el lema “Al-Anon, misión de amor”, se desarrollará los días 10, 11 y 12 de abril de 2015, en la Casa de Retiro

Nazaret, como cada año. El costo de la misma para los distritos será de \$2500 (dos mil quinientos pesos). A pesar del momento económico actual el incremento no fue muy elevado en relación al precio del año pasado. En el *Manual de Servicio* (pág. 55) se informa sobre la financiación de la Conferencia.

Solicitamos a los grupos sin distrito o distritos en formación, así como a las delegaciones extranjeras comunicarse con Secretaría para informarse del costo de permanencia en la Conferencia.

¡Muchas felicidades!

Subcomité de Manual y Admisión

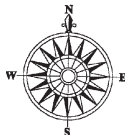
Este Subcomité forma parte del Comité Conferencia, y está reuniéndose cada quince días en nuestra sede, con vistas a tener un nuevo *Manual de Servicio* para 2016, bodas de oro de Al-Anon en la Argentina.

Pedimos a toda la hermandad sus aportes y modificaciones al Manual vigente, para que, según el caso, podamos agregarlo al trabajo que se está realizando.

Los aportes pueden hacerse al mail del Comité Conferencia:

c_conferencia@alanon.org.ar

El *Manual de Servicio* es la herramienta eficaz para todo compañero que quiera dar sus primeros pasos en el Servicio.



COMITÉ DEL INTERIOR



Queridos miembros Al-Anon/Alateen de cada rincón del país: seguimos siendo enlace de los grupos que deseen ser apadrinados y los que pueden apadrinar.

El Comité se reúne los segundos martes de 11 a 12.30, en la OSG. Esperamos a todos los que quieran sumarse al mismo en forma personal o a través de nuestro mail: c_interior@alanon.org.ar

Fue enriquecedor compartir con compañeros de distintas provincias en el 16° Seminario de Servicio Regional

en la ciudad de Rosario.

También pueden mandar representantes para la próxima Conferencia.

Todos somos Comité del Interior, un abrazo enorme

Recuperación + servicio



Mi servicio como coordinadora del Comité de Guías me brinda la oportunidad de trabajar con todos los Comités de la OSG, que es un comité de proyectos y políticas, como lo describe nuestro *Manual de Servicio*.

Los días 21 y 22 de noviembre concurriré a la Conferencia del país vecino Uruguay, representando a Al-Anon/Alateen en la Argentina, dado que somos sus padrinos. Voy con mucho entusiasmo, como cuando ellos concurren a nuestra Conferencia; ya me estoy comunicando con miembros custodios de allá, seguramente será una experiencia enriquecedora.

Todo gracias a Al-Anon, puesto que el servicio es parte de mi recuperación. Pese a haber vivido una historia muy fuerte, sigo gracias a este programa y a mi Poder Superior, que siempre me acompaña y me guía en todas las cosas de mi vida.

Mi sugerencia es que traten de hacer servicio; Al-Anon y Alateen los necesitan, y ya verán lo bien que nos hacen la participación, la comunicación y la responsabilidad, consiguiendo la serenidad, haciéndolo con calma sólo por hoy.

Cada vez que uso los instrumentos de Al-Anon para desentrañar sentimientos antiguos, me ofrezco la oportunidad de tener un presente mejor. "Los Pasos me muestran como liberar el pasado y no temerle al futuro".

Les deseo que tengan un buen comienzo de año 2015.

Con amor en el servicio

Marta R

Agradecer el servicio



Como siempre, quiero agradecer a mi distrito por haberme dado esta gran y maravillosa oportunidad de hacer este servicio.

Por ser mi última Conferencia, tuve una jornada muy agotadora, pero traté de disfrutarlo al máximo, recibí tanto, sentí que fue una gran reunión de trabajo, pero a la vez una gran reunión espiritual.

Fueron tres días de olvidarse de todo, de dedicarme a lo más hermoso que me pudo haber pasado en esta vida: haber conocido Al-Anon.

Nunca creí ser capaz de atravesar tan grandes desafíos, empezando por ir a Buenos Aires sola, sin conocer. Salir de mi hogar por tres días, realmente impensado; este servicio realmente me dio alas y me sigue enseñando a ser libre, libre de mí misma, sí, porque aprendí que yo fui siempre mi más grande obstáculo.

Invito a todos mis compañeros que no se priven de tan hermoso servicio, no se priven de conocer a los compañeros de nuestra oficina tan abnegados, tan amorosos, tan dedicados al servicio, siento que entregan su vida por Al-Anon trabajando incansablemente desde nuestra querida fundadora Zulema con el mismo entusiasmo y alegría que otros jóvenes compañeros. Tan resueltos y humildes que vaya toda mi gran admiración.

Y qué decir de los compañeros de otras provincias que también son humildes, amorosos y con qué felicidad hacen este servicio.

Gracias a esta querida Conferencia pude ver como mis problemas personales y de distrito se empequeñecían a la distancia, los pude ver en perspectiva y fui encontrando las respuestas a medida que escuchaba a los compañeros de otros distritos, y pude ver también que las respuestas tenían un común denominador: amor más entrega a Dios...

Por todo lo recibido, quiero tan solo decir ¡Gracias! a mi Poder Superior que ha sido tan bueno y me ha regalado esta gracia de servir.

Nancy O.
CÓRDOBA



Reflexiones



RECONOCÍ QUE NO PODÍA HACER FUNCIONAR EL PROGRAMA SIN AYUDA. SÓLO FUNCIONARÍA SI ACTUABA DE FORMA CONCERTADA CON OTRA GENTE. SABÍA QUE INTENTARLO SOLA NO HABÍA DADO RESULTADO ANTES. DECIDÍ CONTRAER EL COMPROMISO DE ASISTIR A REUNIONES CON REGULARIDAD Y DE CONCRETAR LECTURAS DIARIAS. NECESITABA LOS CONOCIMIENTOS Y LA AYUDA DE OTROS MIEMBROS, ASÍ COMO TRABAJAR CON UNA MADRINA.

Extraído de *Senderos de recuperación*, pág. 58.



COMITÉ DE INSTITUCIONES

El Comité en la 30ª CSN

Debido a que en el Resumen de la 30ª CSN faltó incluir la Reunión Plenaria del Comité de Instituciones, transcribimos el resumen de la misma, con la presencia de la delegada del Distrito Sudoeste, la coordinadora del Distrito General Paz, la delegada internacional de Uruguay, coordinadora y voluntarios del Comité de Instituciones y un miembro custodio integrante del Comité de CCP (acéfalo, sin coordinador de Comité).

Por motivos de los problemas con el webmail institucional se recomienda enviar toda comunicación con copia a Secretaría.

Se observa que algunos distritos no atienden el servicio de Instituciones. Cuando no se tiene el comité en el distrito hay que organizarse para cubrir el servicio y comunicarlo al Comité de la OSG para que se pueda

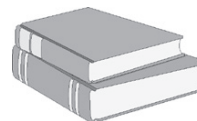
incluir el informe en el Resumen de cada año para la Conferencia.

Se comenta que hay servidores en las instituciones que no concurren al grupo.

En Uruguay se comparte que ante la falta de quien cubra el servicio, lo cubre el Comité de la Oficina. Comparten que como gesto del trabajo en instituciones obsequiaron a los distritos macetas con semillas para que los servidores se comprometan a cuidarlas y ayuden a que el mensaje crezca.

Los comités de difusión son tres: Instituciones, Información Pública y CCP, y tienen reuniones trimestrales para organizar el servicio.

Como conclusión es importantísima la participación de los delegados asignados a los comités de difusión y considerar si es necesario constituir nuevamente el Comité de Servicio a la Sociedad.



Si tratamos de comprender nuestra historia, tendremos más posibilidad de ser conscientes de nuestro presente.

Estimados compañeros, tal como menciona esa frase, el equipo de archivo histórico está convencido de que si podemos analizar a conciencia el camino que hemos andado en estos años, tendremos más posibilidad de comprender nuestro presente y armar estrategias para planificar el porvenir de Al-Anon.



Por esta razón es que nuestras acciones apuntan fundamentalmente hacia ese objetivo: conocer un poco

EQUIPO ASESOR DE ARCHIVO HISTÓRICO

más de los procesos que los grupos han vivido en el pasado, su formación, los problemas que se han presentado a lo largo de su funcionamiento, las propuestas que se han intentado para solucionarlos y toda otra experiencia que deseen compartir.

Como ya algunos saben, estamos haciendo un trabajo de hormiga en cuanto a la digitalización de nuestros biblioratos. ¿Para qué sirve esto? Para que nuestra información no se pierda, para que cuando la busquemos podamos acceder fácilmente a ella, con la ayuda de la tecnología y la implementación de índices y filtros digitales.

También les contamos que el Equipo comenzará a reunirse el primer lunes de mes, de 18 a 20 horas en nuestra OSG, en principio cada dos meses. La primera reunión será el lunes 2 marzo; están todos invitados a sumarse a nosotros en esa oportunidad.

Los esperamos con cariño y alegría en el servicio...

Seminario de Servicio Regional 2014



¡Gracias Rosario!

Hermosa oportunidad para conocer otros compañeros de diferentes lugares del país; reencontrarse con miembros de otros seminarios, recargar energía, desempolvar saberes ya adquiridos, conocer nuevas experiencias e ideas de servicio.

Disfrutar, divertirnos, descubrir nuevos lugares y la satisfacción de comprobar que Al-Anon está seguro, sostenido en los hombros de tantos miembros con conocimientos sólidos.

Nilda O.

GRUPO "MI LUGAR", DISTRITO UNIDAD

Compartir es sanador



Llegué a Al-Anon por medio de mi psiquiatra, quien me dijo "Hasta aquí llegamos, yo ya no la puedo ayudar más, porque en su hogar hay alcoholismo, usted tiene que ir a Al-Anon".

Estaba destruida, física, mental y espiritualmente. Me ayudó mucho el amor de las compañeras y el hacer servicio.

Ser oradora es lo que más me gusta, por que ahí voy dejando mi mochila y cada vez se me hace mas liviana. Siento que contando mi historia puedo ayudar a otros que están sufriendo el flagelo del alcoholismo.

Mirta L.

GRUPO DON TORCUATO



EL RINCÓN DE ZULEMA

A veces, luego de transitar cierto tiempo por los grupos de Al-Anon, olvidamos cuál ha sido la causa principal de nuestra afectación: la **enfermedad del alcoholismo**, y no simplemente el accionar de nuestro amigo o familiar alcohólico.

Siempre es bueno volver una y otra vez al Primer Paso, para alejar la ira y la desesperación y volver a vislumbrar el camino de la esperanza y la serenidad. Reflexionemos con algunos párrafos de Senderos de Recuperación:

“Al no comprender que el alcoholismo es una enfermedad, muchos tratamos de hacer las cosas por cuenta propia. Vaciamos botellas, inventamos excusas, importunamos, rogamos, protegemos o castigamos al bebedor de nuestras vidas. Podemos ocultar nuestros sentimientos, aislar al alcohólico o evitar contactos con él, creyendo que nuestros problemas desaparecerán.”

- ¿Estoy volviendo a viejas e inútiles actitudes?
- ¿Tengo siempre presente que no puedo controlar el alcoholismo ajeno, por más que lo intente una y otra vez?

- ¿Acepto de corazón que el alcoholismo es una enfermedad?
- ¿Me siento frustrado cuando mi familiar se niega a ser de la forma que a mí me parece correcta?
- ¿Qué espero de Al-Anon? ¿Que me brinde soluciones mágicas o que me vaya mostrando herramientas para una vida mejor?
- ¿Estoy enteramente dispuesto a confiar en que un Poder Superior puede ayudarme?

Meditar acerca de estos temas seguramente aliviará nuestra desesperación, y con la ayuda de los compañeros, la Literatura y el servicio iremos curando las heridas y renaciendo a una vida más serena y feliz.



Algunas maneras de compartir nuestras experiencias sin violar el anonimato:

- **Redacte sus experiencias de manera anónima en calidad de miembro Al-Anon;** utilice su nombre de pila o un seudónimo al escribir el nombre del autor. No permita que se publique su fotografía junto con la historia que usted ha escrito. “Asistir a Al-Anon me ayudó a aprender a ocuparme de mí misma y me sirvió de gran apoyo en todos los momentos difíciles.” (Autora: Betty B.)
- **Escriba su propia experiencia uti-**

COMITÉ DE PUBLICACIONES

lizando su nombre completo sin revelar que es miembro de Al-Anon.

Se pueden utilizar fotografías.

“Crecer en un hogar afectado por el alcoholismo me dejó herida. Comencé a sanar cuando busqué ayuda en un programa de recuperación.” (Autora: Betty Bolaños.)

- **Escriba SOBRE Al-Anon sin revelar que usted es miembro.**

“El alcoholismo no afecta únicamente al bebedor; toda la familia sufre a causa de ello. Los Grupos de Familia Al-Anon, aquí mismo en nuestra comunidad, están dispuestos a ofrecer ayuda.” (Autora: Betty Bolaños)

El Seminario de Servicio nos tendió su mano



Llegamos al 16° Seminario de Servicio Regional de la Región Norte desde diferentes lugares, situaciones, miradas, sentimientos, realidades. Rosario nos abre su casa, su corazón; nos comparte su vida, luchas, virtudes, defectos, su realidad.

Las “manos tendidas” del amor hacen que los kilómetros del cansancio no se sientan y queden en otro plano. Doy gracias a mi Poder Superior por permitirme estar una vez más en la fuente, para seguir aprendiendo, y me recuerda que no pierda nunca la humildad de dejarme sorprender por el trabajo silencioso o ruidoso de tantos servidores. Me contagian con su entusiasmo; con sus ejemplos de vida tomo conciencia que es posible ser feliz, alcanzar la serenidad y una nueva vida. Empezando por mí y por el metro cuadrado que me rodea.

¡Gracias, Rosario! Una vez más, el amor de mi Poder Superior se hace realidad en ustedes y en todos los hermanos de mi país y también del Uruguay. Me llevo ilusiones para mi norte querido, sabiendo que no debo quedarme sentado esperando.

Ricardo
SALTA



Reflexiones



SABIENDO QUE EL ALCOHOLISMO ES UNA ENFERMEDAD Y DÁNDONOS CUENTA DE QUE SOMOS INCAPACES ANTE ÉSTA, ASÍ COMO ANTE OTRAS PERSONAS, NOS PREPARAMOS PARA HACER ALGO ÚTIL Y CONSTRUCTIVO CON NUESTRA VIDA.

Extraído de *Esperanza para hoy*, pág. 4.



DELEGADOS INTERNACIONALES

Viviendo nuestros principios espirituales

Queremos agradecer a la Hermandad por el apoyo y el esfuerzo realizado para participar en la XVII RISGA, celebrada del 15 al 19 de octubre en Virginia Beach, Estados Unidos.

Los temas tratados fueron muy provechosos para toda nuestra hermandad mundial. El lema que nos convocó fue "VIVIENDO NUESTROS PRINCIPIOS ESPIRITUALES."

¿Dónde están enunciados? Nuestros Pasos, Tradiciones y Conceptos nos guían transmitiendo los principios de nuestro programa: unidad, responsabilidad, autoridad delegada, participación, etc.

Cuando hacemos servicio, nos

damos cuenta que lo que dice el Primer Paso es cierto: no estamos solos, siempre hay alguien acompañándonos y dándonos ánimo en lo que hacemos.

El anonimato es otro de los principios que nos guían y no sólo protege a la Hermandad sino a nosotros mismos de la tentación de alimentar nuestro ego.

Pero por sobre todo, la confianza en los demás y en nosotros mismos es lo que nos ayuda a desplegar el liderazgo necesario para servir en Al-Anon y ayudar a los familiares y amigos de los alcohólicos.

En próximos Boletines compartiremos algunos de los temas tratados.



COMITÉ DE PRESUPUESTO

El C. de Presupuesto quiere agradecer a la hermandad por haber comprendido la situación y colaborar con nuestra entidad. Ya llevamos tres meses en positivo. ¡Entre todos podemos!

La Reunión con Tesoreros de Distrito se lleva a cabo en la OSG los últimos viernes de los meses IMPA-

RES, a las 14.30 horas, a saber: 27 de marzo, 29 de mayo, 31 de julio, 25 de septiembre y 27 de noviembre de 2015.

Además les sugerimos que ante cualquier pregunta que deseen hacer se pongan en contacto con el Comité cuando lo crean necesario.

¡Muchas gracias a todos!



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 agosto, septiembre y octubre de 2014.

- **Distrito Alte. Brown y Grupos:** Camino de Esperanza, Gratitud, Lihuen, Luz de Vida, Luz y Esperanza, Nace un Nuevo Día, Nueva Esperanza, Sendero de Luz.
- **Distrito Capital y Grupos:** Calidez (H.A.), Compartir, Construyendo Puentes, Redentor, Villa Crespo, Unidad, Mediodía, Serenidad, Sólo por Hoy, Belgrano, Mensaje, Loreto (H.A.), Luz de Patricios, Vivir Hoy, Libertad, Palermo, Buenas Compañías, Ayuda, Vivencias, Vida.
- **Distrito Centro Este Entre Ríos y Grupos:** 20 de Enero, Despertar Espiritual, Paraná, Villa Elisa, Esperanza.
- **Distrito Centro Oeste y Grupos:** Barrio Argentino, San Miguel, Despertar, Luján, Merlo, Esperanza.
- **Distrito Córdoba y Grupos:** Aurora, Amanecer, Sólo por Nosotros, Centro, Fe (Padres) Esperanza, Renacer, Carlos Paz.
- **Distrito de la Costa y Grupos:** Dar y Compartir, Gral. Madariaga.
- **Distrito Gral. Paz y Grupos:** Lugano, Volver a Empezar, Liniers, Aceptación, Revivir, Floresta, Génesis, Valor, Quereres Poder, Agronomía, Albariño.
- **Distrito Integración y Grupos:** De Corazón, Un Camino de Luz, Pertenece, Comprensión, Aprendiendo a Vivir, Puerto, Alateen Una nueva Vida, Alberti, Nueva Esperanza.
- **Distrito Noroeste y Grupos:** Billingham, Castex, Martín Coronado, Villa Tesei.
- **Distrito Norte y Grupos:** Acassuso, Alegría, Beccar, Munro, San Fernando, San Isidro, Serenidad, Villa Ballester (HA) Olivos.
- **Distrito Nuevo Camino y Grupos:** Milagros del Siglo XX, Monte Grande, Peldañó, Tristán Suárez.
- **Distrito Rafaela y Grupos:** Paz y Amor, Esperanza, Sendero de Luz, Serenidad, Volver a Empezar (Brikmann), Volver a Empezar (Esperanza).
- **Distrito Río de la Plata y Grupos:** La Plata, Buena Esperanza, Convivencia, Fe, Luz, San Marcos, Serenidad, Solo por Hoy, Esperanza para Hoy.
- **Grupos del Distrito Rosario:** Casilda, Centro de Vida, Fuente de Amor, Luz del Sur, San Francisco Solano, San Pedro, Socorro, Viamonte, Abundancia.
- **Distrito Sudoeste y Grupos:** Brisa, Camino a la Esperanza, Crecimiento, Despertar en Al-Anon, Esperanza, Luz y Esperanza, Morón, San Justo, Unión y Gratitud, Unión y Serenidad.
- **Distrito Sur y Grupos:** Almirante Brown, Amor y Comprensión, Avellaneda, Entre Todos, Fe y Esperanza, Itatí, Luján, Renacer, Semilla de Esperanza, Aprender a Vivir.
- **Distrito Tucumán y Grupos:** Luz de



Reflexiones



AL APRENDER A SER AUTOSUFICIENTES EN NUESTRAS VIDAS PERSONALES, APRENDEMOS A PENSAR POR NOSOTROS MISMOS. TAMBIÉN SABEMOS [...] CÓMO ADOPTAR NUESTRAS PROPIAS DECISIONES.

Extraído de *Senderos de recuperación*, pág. 196

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, Acción (Tucumán), Serenidad (Tucumán).

- **Distrito Unidad y Grupos:** Amor y Esperanza, Don Torcuato, Encuentro, Escobar, Gral. Pacheco, Volver a Vivir, Mi Lugar.
- **Distrito Villa María y Grupos:** Amor y Fe, Sabiduría, Vida Nueva.

Grupos del Interior:

- **Grupos Pcia. Bs. Aires:** Pío XXII (Necochea), Pequeño Milagro (Mercedes), Quietud (San A. de Areco).
- **Grupo de Chubut:** Fortaleza (Puerto Madryn).
- **Grupo de Formosa:** Nuestro Refugio de Paz.
- **Grupo de La Rioja:** Vivir
- **Grupo de Misiones:** Reencuentro.
- **Grupo de Neuquén:** Amor.
- **Grupo de Río Negro:** Domingo Savio (General Roca), Don Bosco (S. C. de Bariloche).
- **Grupo de Salta:** Fieles Servidores, Oasis, Semilla de Amor.
- **Grupo de Santiago del Estero:** Esperanza.
- **Grupo de Tucumán:** Esperanza.
- **Distrito en Formación Cuyo:** Centro (Mendoza), Iluminación (San Luis).
-

- **Aportes personales**
- **Aportes por 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.

Se pueden hacer **DEPÓSITOS o TRANSFERENCIAS.**

También solicitamos que cuando realicen algún aporte a la OSG o pago de literatura por medio de depósitos o transferencias 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 o transferencia.
- 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
e-mail: osg@alanon.org.ar**

**Fax (011) 4382-9229
www.alanon.org.ar**

