



## Año de la Difusión

### EDITORIAL

Comienza un nuevo año y se nos presenta una hoja en blanco que debemos llenar. ¿Cuántas cosas podríamos dejar plasmadas en ese papel? Quizás acerca de nuestra recuperación en Al-Anon; comentar sobre qué lectura nos ha hecho vivir mejor y nos dio una mejor calidad de vida.

¿Cuántas cosas podemos contar a lo largo de este año que se inicia? Cada día viviremos una experiencia nueva; un sueño que se cumple, una meta alcanzada, todo hace que nuestra vida sea mejor.

Y el hacedor de ese caminar lento pero seguro es el programa de Al-Anon. Su fina lluvia cae sobre nosotros y va penetrando, empapando nuestras mentes y corazones. Abriéndonos a un despertar espiritual, a volver a sonreír. Los Pasos en nuestra recuperación, las Tradiciones dándonos la armonía en los grupos y distritos, los Conceptos, a veces tan difíciles pero tan sabios en el servicio. Y qué decir de nuestros Lemas, esas pequeñas frases que en el momento de tomar alguna decisión vienen a nuestra mente y nos saca de la ira o del dolor y nos colocan en nuestro lugar emocional.

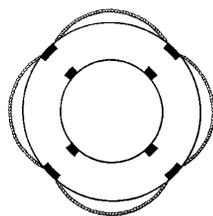
¡Qué maravilloso es poder vivir este programa! Luego, cuando logramos nuestro despertar espiritual, podemos llevar el mensaje de Al-Anon a otras personas.

Tomemos un lápiz y empecemos a escribir, recordando que somos parte de un todo que empezó hace casi medio siglo, con sueños y proyectos que nosotros hoy podemos disfrutar.

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.

Nº 345

# BOLETÍN *Amistad*



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

*y*

*Que empiece  
por mí*

Enero - Febrero - Marzo de 2015



## RINCÓN DE NUESTRA OSG

Desde nuestra OSG queremos informar a la hermandad el trabajo que estamos llevando a cabo, en algunos de los proyectos para este año 2015:

Feria del Libro: cumpliendo con un viejo anhelo, este año estaremos en la Feria del Libro a realizarse en la Rural en el Predio Ferial de Palermo de Bs. As., con un stand pago, desde el 23 de abril al 11 de mayo 2015. Para más información comunicarse con nuestro C. de Información Pública: [c\\_informacionpublica@alanon.org.ar](mailto:c_informacionpublica@alanon.org.ar).

Otro de los proyectos en lo que estamos trabajando es en un plan de difusión, con el que esperamos hacernos presentes en diferentes medios de comunicación, y en los congresos a los que nos inviten. Estamos viendo la posibilidad de realizar un spot de difusión que esté de acuerdo con los lineamientos requeridos por Prensa y Difusión de la Nación.

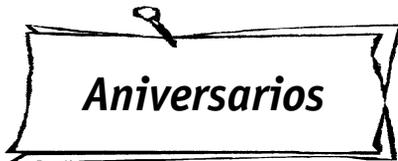
Ya se acerca nuestra 31ª Conferencia de Servicio Nacional, y el Comité

de Conferencia con su equipo se encuentra ultimando detalles para este gran evento. La OSG espera con entusiasmo el momento de compartir la tarea de trabajar por Al-Anon/Alateen con nuestros compañeros de diferentes puntos del país.

Con gran alegría les informamos que el CCP (Comité de Cooperación con Profesionales) fue reestructurado, y después de una larga ausencia, el día 6 de marzo realizó su primera reunión, donde se notó la gran necesidad que tenemos de contar con este Comité.

Les recordamos que nuestra OSG sigue con la política de puertas abiertas esperando: visitas, consultas y/o sugerencias que deseen hacernos llegar.

*Percibir nuestros sentimientos es parte importante de nuestro proceso de recuperación. Aprender a equilibrar las emociones con los sentimientos es otra.*  
(Valor para cambiar, pág. 193)



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

**8 de febrero**  
**20 años**

**Grupo "Valor para Cambiar" - Banfield**

\*

**9 de febrero**  
**40 años**

**Grupo "Pío XII" - Necochea**

\*

# 🎨 AÑO DE LA DIFUSIÓN 🎨

## Séptimo Concepto

***Los administradores (custodios) tienen derechos legales, mientras que los derechos de la Conferencia son tradicionales.***

Este Concepto nos habla de la relación entre el poder tradicional de la Conferencia de Servicio Nacional (CSN) y el poder legal de los administradores (custodios).

El primero es la conciencia de Al-Anon a nivel nacional, autoridad fundamental del servicio y guía espiritual. El poder legal incluye la responsabilidad administrativa de los fondos y servicios de Al-Anon, obligaciones legales y responsabilidades fiscales. Realizan sus acciones en cooperación armoniosa para lograr equilibrio.

La Junta de Administradores (Custodios) tiene derecho a veto cuando se viole la Carta o los Estatutos, o se to-

men medidas que perjudiquen las relaciones públicas de Al-Anon o a Al-Anon como un todo. En la práctica se usa muy poco esta facultad, pues se prefiere buscar asesoramiento y orientaciones recomendadas de fuentes competentes, incluida la Conferencia, para pedir consejo y orientación.

Cuando la Conferencia reconoce los derechos, deberes y responsabilidades legales de los administradores, y los administradores recuerdan los derechos tradicionales de la Conferencia, que representan la conciencia de grupo de nuestra hermandad, puede preservarse una relación de trabajo armoniosa y de respeto.



## Reflexiones



AUN LOS MOMENTOS MÁS DIFÍCILES SE PUEDEN AFRONTAR CON UN CORAZÓN AGRADECIDO, SI NO POR LA CRISIS EN SÍ, AL MENOS POR EL CRECIMIENTO QUE PUEDE ENTRAÑAR CON LA AYUDA DE NUESTRO PODER SUPERIOR.

Extraído de *Valor para cambiar*, págs. 282



# COMITÉ DE INFORMACIÓN PÚBLICA

## Feria del Libro. Voluntarios

Con mucha alegría informamos que desde el **23 de abril** hasta el **11 de mayo** estaremos en la **Feria del Libro**, en stand propio, en el Predio Ferial de Palermo, de lunes a viernes de 14 a 22 horas, y sábados, domingos y feriados de 13 a 22 horas.

Precisamos 66 voluntarios o más, para cubrir el evento. Nos gustaría que hubiera dos o tres miembros trabajando juntos. Son 22 días, y en el medio está el feriado largo del 1° de Mayo.

Los que quieran sumarse, tengan en cuenta que estaremos visibles frente a un público movedizo y constante. Pueden ofrecerse, escribiendo al mail: [c\\_informacionpublica@alanon.org.ar](mailto:c_informacionpublica@alanon.org.ar), dando datos personales, distrito, horarios posibles, celular y un correo de e-mail para contactarlos.

El **17 de marzo** de 15 a 18 horas, nos reuniremos en la OSG en reunión abierta a todos (sean o no miembros del Comité) para responder las inquietudes y continuar organizando la participación. Agradecemos a los que,

aunque no pueden estar presentes, están difundiendo y colaborando con la organización.

Cuando se enteraron, algunos dijeron: **¡Es un principio!**

Otros dijeron: **¡Al fin!** Es lo bueno de la hermandad, trabajar en común y para adelante; como dice la Primera Tradición: “El progreso individual del mayor número depende de la unión”.

Habrà que reforzar el servicio telefónico.

Trabajamos para aquellos que no nos conocen, y mediante el Duodécimo Paso llevamos a otros un mensaje de esperanza, poniendo nuestro programa a disposición, como valioso recurso a la comunidad. ¡Gracias!



---

## ¡Fue hermoso compartir!



¡Quiero darles un abrazo enorme con un montón de muchas gracias por permitirnos compartir!

Siempre que he venido me han recibido con el amor y el respeto que sólo en Al-Anon nos sabemos brindar.

¡¡Los quiero mucho a todos!!

María

MONTEVIDEO, URUGUAY



# COMITÉ DE CONFERENCIA

## 31ª CSN: La misión de amor de Al-Anon/Alateen

Se acerca la Conferencia y queremos dar la información necesaria para que sean unas jornadas de serenidad y de provecho para la hermandad.

Hasta el 20 de marzo los delegados que necesiten dieta médica, por favor indicarlo por mail al Comité Conferencia. Los viáticos de los delegados serán igualados (viáticos prorrateados), por eso recordar que sólo se abonaran viajes en transporte público, ningún taxi ni remis. Para ese gasto los delegados deben llevar dinero. Para el pago de la Conferencia, en Secretaría se lleva la planilla para el pago mensual. El costo para cada distrito es de 2.500 pesos.

Las actividades para los delegados comienzan el viernes 10 de abril a las 17:45 horas, con las Reuniones Plenarias. Un distrito no presenta delegado y hay otros distritos que no tienen RD. Por lo tanto, un buen tema para reflexionar será la falta de servidores y la

responsabilidad en el servicio.

El Comité de Conferencia estuvo visitando los Distritos para escuchar las necesidades y ayudar al fortalecimiento del Distrito.

La Resolución del Conflicto, el uso del Manual de Servicio Nacional y el acatamiento voluntario a los Tres Legados puede ser el camino hacia un distrito unido. Con la asistencia de un Poder Superior que nos acompañe durante los días de la Conferencia, les enviamos un cariñoso saludo.

Gracias a todos los grupos que con su esfuerzo hacen posible la Conciencia de Grupo de todo el país, que es nuestra querida Conferencia de Servicio Nacional.

El equipo de Subcomité de Manual y Admisión que está trabajando en la elaboración de un nuevo Manual de Servicio recibe aportes de todos los miembros. Se pueden enviar al mail del Comité de Conferencia.

---

## ¡Qué bueno el Seminario!



El de Rosario fue el quinto Seminario al que asistí, el primero fue en Tucumán, pensaba que era algo distinto. Hoy, para mí, es una Buena Reunión grande.

En este seminario me encontré con hermanos de Jujuy, Mendoza, San Luis, Salta, etc. Fue estupendo juntarnos para aprender y compartir todo: tristeza, alegría, experiencias en todos los aspectos espirituales, servicio. Muy satisfecha de este seminario.

Hice mucho esfuerzo para asistir, pero mi Poder Superior me dio una mano como siempre. Gracias a que vine me voy colmada, llena de fortaleza, esperanza y amor de Al-Anon. Gracias a todos por cargarme las pilas, gracias por el afecto.

Gracias Al-Anon

Rosita C.  
PARANÁ



## COMITÉ ALATEEN

Preámbulo sugerido Al-Anon para los Doce Pasos: "...perseguiamos un único propósito: ayudar a los familiares y amigos de los alcohólicos".



Tercera Tradición: "El único requisito para ser miembro es tener un pariente o amigo con un problema de alcoholismo".

Noveno Paso: "Reparamos directamente el mal causado a estas personas cuando nos fue posible".

La edad no es un requisito para ser miembro de Al-Anon. El programa es sugerido, pero deberíamos aceptarlo voluntariamente y poner en práctica los Pasos y las Tradiciones. Los grupos Al-Anon pueden recibir a menores de edad con autorización de los padres si

éstos se encuentran ausentes.

Guía de Seguridad Alateen, procedimientos: "Se necesitará autorización escrita... en el caso de que un menor de edad concurra a una reunión de Al-Anon sin el acompañamiento del padre, madre o tutor".

Se recuerda que los grupos Al-Anon y Alateen deben contar con la autorización de los menores de 18 años que concurran sin sus padres o tutores. Cada grupo debe tener la autorización correspondiente.

Invitamos a todos los miembros Al-Anon interesados en Alateen a las reuniones en la OSG:

- Reunión con coordinadores: 14 de marzo,
- Reunión con padrinos: 1 de abril

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.

---

## ***Aprender y crecer con el servicio***



Mi testimonio de servicio es impulsado por la fortaleza que me da mi Poder Superior y por mis antecesoras.

Un día me encontré haciendo el servicio de Rg luego como secretaria, ahí comencé aprender a escuchar lo que debía para el bien de mi recuperación. Me di cuenta que soltar las riendas es dejar entrar la recuperación, porque redactar un acta es escuchar y poner en práctica todo lo que se debe hacer en los servicios.

Luego pasé a ser RD donde la responsabilidad genera más práctica y respeto más amor y aceptación; hoy que soy delegada entiendo que debo aprender mucho más y se lo entrego a mi Poder Superior.

Miriam B.

DISTRITO VILLA MARÍA, CÓRDOBA



# COMITÉ DE SEMINARIOS DE SERVICIO REGIONALES (CSSR)

“La autonomía incluye la responsabilidad de seguir nuestro único programa.

La autonomía de los grupos comprende elegir lugar de reunión, horarios, su orden de trabajo interno, la elección de sus servidores y sus representantes.

[...] transgredir la Tradiciones es hacer un mal uso de la autonomía, y se transgrede cuando no se respeta el anonimato, cuando no se explica el destino de los fondos recogidos en la canasta y no se aplica como corresponde, cuando se lee literatura que no corresponde a Al-Anon.”

*(Volver a las bases, 1994)*

## “Autonomía de grupos

Cumpliendo con las Tradiciones y la Garantía Cinco en el Duodécimo Concepto (págs. 210-211), entidades de servicio local, de zona, o la OSM no están autorizados para cerrar un grupo o tomar acciones punitivas contra un grupo porque desapruében de la manera en que el grupo practica el programa Al-Anon.”

*(Manual de Servicio, pág. 95)*

## “ASAMBLEA REGIONAL

**Forman parte de esta Asamblea Regional:**

- Representantes de distritos que forman la Región y delegados. **Tienen voz y voto.**



# AUTONOMÍA

- Representantes de grupos de la Región que no forman parte un distrito, representantes de distrito suplentes, delegados suplentes. **Con voz pero sin voto.**

- Servidores: coordinador y suplente, secretario y suplente. Con preferencia, servidores de distrito o miembros Al-Anon con responsabilidad.”

*(Manual de Servicio, págs. 71 y72)*

**Región Centro:** Próximo Encuentro, 15 de marzo, Ayacucho 1072 CABA.

**Región Sur:** Sede del próximo SSR Ciudad de Madariaga, Pcia. de Bs. As.

**Región Norte:** Distrito Anfitrión para el XVII SSR 2017, Distrito Córdoba.

# 50° Aniversario Al-Anon



¡Cuánta tarea realizada, cuánto amor en el servicio!

Cumplimos 50 años en Argentina llevando nuestro mensaje de experiencia, fortaleza y esperanza.

Invitamos a la hermandad a sumarse en este hermoso proyecto, colaborando cada uno en sus grupos y distritos a esta convocatoria que nos llenará de alegría, para continuar el camino que iniciaron nuestros antecesores con la visión puesta en un futuro

de crecimiento para esta querida Hermandad, a nuestro querido Interior, que llegue como lo están haciendo, este llamado de redoblar esfuerzos, sin duda será una HERMOSA FIESTA, sabiendo que nuestra Oficina de Servicios Generales, nuestra casa, estará para todos. ¡¡A prepararnos!!

*Comisión del 50° aniversario*



Sabemos que la comunicación es importante, y la primera conexión que el posible miembro tiene es

a través del teléfono.

Desde la OSG pedimos la colaboración para atender la línea telefónica,

## Atención telefónica

con el tiempo y día que cada uno pueda colaborar. Si estás interesado en sumarte, comunicate con Anita, la coordinadora del servicio telefónico, desde ya agradecida te recibiremos con amor en el servicio.

[anitac.1937@yahoo.com.ar](mailto:anitac.1937@yahoo.com.ar)

[secretariogeneral@alanon.org.ar](mailto:secretariogeneral@alanon.org.ar)

## Sólo... ¡Gracias!



Fui RG, hoy soy coordinadora de un distrito. Vine después de muchos años de participación.

Estoy muy agradecida por todo lo recibido, la confianza que me tuvieron cuando me eligieron a través del voto. Y también por haber aprendido con la práctica en mi vida personal.

Mi sugerencia es que trabajen más el Cuarto Paso y poner afuera todo lo que no nos sirve para crecer; como individuos sabemos que tenemos cosas buenas y malas, pero a veces vemos los defectos y los volvemos a guardar como con las pantuflas viejas, debemos tirarlas.

Hoy estoy muy feliz y agradecida de todos los logros.

*Susana S.*

GRUPO RENACER, SARANDÍ

## Las tres “C”



¿Qué hice mal? ¿En qué fallé? Preguntas desesperanzadas, teñidas de temor, de impotencia...

Me negaba a bajar los brazos, pero... ¿qué y cómo hacer? Necesitaba ayuda. Donde la busqué, no la hallé. “No se puede hacer nada”, “Él tiene que darse cuenta y decidir hacerse tratar”.

Más preguntas, menos respuestas y el tiempo, inexorable, avanzando...

Hasta que llegó a mí el camino. Marqué un número telefónico y del otro lado una voz amable y contenedora me preguntó en qué barrio vivía y me orientó sobre los grupos de Al-Anon cercanos. Anoté los datos y al despedirnos esa voz me dijo: “Recuerda que nosotros no Causamos, no Controlamos y no Curamos”. Me acordé de las tres C de las que hablaba mi profesor de matemáticas en la secundaria, que no eran éstas...

Al día siguiente concurrimos con mi esposo a uno de esos grupos cercanos. Una gran incógnita. Yo llevaba en mi mente y en mi corazón las tres C, que habían aliviado mucho mi carga.

Gente amable, contenedora, como esa voz, nos dio la bienvenida y nos quedamos: habíamos encontrado El lugar, nuestro lugar de pertenencia.

Además de las tres C, algo que nos dijeron y que se desprende del Primer Paso es que el alcoholismo es una enfermedad, y que el adicto, nuestro hijo, está enfermo. Y que somos impotentes ante la enfermedad. A pesar de lo duro que puede ser tener un hijo enfermo, estas palabras me aliviaron y quitaron parte del dramatismo que habíamos puesto en el “vicio” o el “hábito”, que no lo es.

Y otro sentimiento, mucho más cercano al Amor, llenó mi espíritu: la Compasión (que no es lo mismo que lástima o pena, sino el más creativo de los sentimientos). Para llegar a la compasión hemos de entender al otro, es decir, tener empatía; sentir con el otro, sentir simpatía y actuar. La empatía consiste en realizar un esfuerzo para entender el sufrimiento de esa persona. No se trata de justificarla, sino de entender su comportamiento, entonces se potencia la compasión, llevando a cabo conductas para paliar el sufrimiento percibido.

Agradezco a mi Poder Superior que me brinda la oportunidad de ocuparme amorosamente de mí para poder ocuparme de mi hijo. Me dieron herramientas que me orientan día a día a ayudarme y crecer, con la contención cálida del grupo, donde siento que soy siempre bienvenida.

Hay momentos en que me digo: “¡Huy, eso me sucede a mí también!” y es en la identificación con el otro, y en la escucha, que encuentro la calma para actuar en beneficio no sólo de mi familiar alcohólico, sino de toda la familia. Entonces desdramatizo y comienzo a estar alegre y feliz.....

Estoy recorriendo un camino de fe y esperanza. Me siento más en paz.

Muchas gracias. Estoy feliz de haber encontrado este camino.

Elena

GRUPO VALOR”, DISTRITO GRAL. PAZ



## COMITÉ DE INSTITUCIONES

Comenzando este nuevo año de servicio con espíritu renovador, un corazón abierto a todos y a cada nuevo miembro que llegará.

Nuestra presencia en las instituciones: Comisarias de la Mujer, Juzgados de Familia y Área de Salud.

Al-Anon está presente por los siguientes servicios: guardia, grupo o mesa de difusión.

Confianza plenamente en nuestro

Poder Superior, juntos compartiendo experiencia, necesidades y propuestas este año, y los que vendrán serán tiempos inolvidables en el servicio.

Los esperamos todos los terceros lunes de cada mes en nuestra OSG, a las 14 horas.

Desde ya ¡muchas gracias!

Esperamos sus consultas o propuestas en nuestro correo:

[c\\_instituciones@alanon.org.ar](mailto:c_instituciones@alanon.org.ar).

---

### Nuestro aniversario



Observamos desde el balcón de la vida nuestra historia y el crecimiento de nuestro querido grupo Al-Anon Pío XII en Necochea desde aquella primera reunión del 9 de febrero de 1975.

Fueron años de mucho esfuerzo, en variadas condiciones y tiempos, pero siempre el Poder Superior nos suministró ángeles a cargo, que nos enseñaron de la paciencia y el amor. Un tiempo productivo en el que se fueron sumando muchos integrantes a la familia; a veces eramos unos cuantos sentados a la mesa, a veces muchos lugares quedaban vacíos.

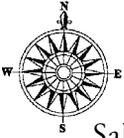
Pero eso no importó; los viejos más los nuevos, los más recuperados y los que pedían ayuda, seguimos trabajando, tomados de la mano rectora y el afecto de nuestra OSG, que nunca nos la soltó y nos dio herramientas permanentes para seguir adelante. De esa mano conocimos otros grupos de todo el país y del exterior y de esa mano aprendimos a transitar por la comunidad, sabiendo transmitir nuestro mensaje de esperanza.

En encuentros y seminarios sumamos nuevas fuerzas, ideas, experiencias y sueños. Aprendimos a darnos y a dar consuelo, aliento, compañía, alegrías e inspiración con recetas infalibles de nuestro querido programa.

Hoy, emocionados y felices con nuestros 40 años podemos decir que la misión que empujamos tiene una fuerza propia, como el de aquel primer berrido de Al Anón en Necochea. Sólo se trata de alimentar siempre sus fuerzas, y de no dejar de empujar, para que goce de buena salud y extienda siempre la mano.

Tenemos muchos agradecimientos, pero sobre todo a ustedes, que con dedicación amorosa se aseguraron de que estuviéramos aquí durante cuarenta años. También a los diferentes comités que hemos ido conociendo a través del Boletín Amistad, y de los que abrevamos la sabiduría de años, y a los muchos compañeros a través de los años. ¡LOS QUEREMOS MUCHO, GRACIAS COMPAÑEROS DE AL-ANON, GRACIAS A TODOS!

Grupo Al-Anon "Pío XII", NECOCHEA



# COMITÉ DEL INTERIOR

Saludamos cordialmente a todos los queridos miembros en este nuevo año que empieza.

Nuestro Comité es el enlace de los grupos que deseen ser apadrinados y los que deseen apadrinar.

Solicitamos nos informen de los días y horarios de reunión de los grupos de cada provincia.

Si hay algún grupo nuevo envíenos la información, al igual que si tienen alguna necesidad o inquietud de cualquier tipo.

Les recordamos que es posible que un representante de grupos sin distrito asista a la CSN, siempre solicitando la aprobación del Comité de Conferencia y pagando los gastos de esa asistencia. No tendrá ni voz ni voto en la Conferencia.

Nos reunimos los terceros sábados de cada mes, de 14 a 16 horas 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.



## Reflexiones



SOY INCAPAZ ANTE LOS ALCOHÓLICOS Y EL ALCOHOLISMO. YA NO TENGO QUE SER INCAPAZ ANTE MÍ MISMA.

Extraído de *Esperanza para hoy*, pág. 201

## Para pensar y repensar



Muchas veces vuelven a mi memoria escenas de los días vividos antes de llegar a Al-Anon, cuando mi inventiva para que mi familiar dejara de beber era de lo más inverosímil y carente de efectividad, mezcla de miedo, bronca y desconfianza.

Hoy debo decir que veo nuestros grupos cada vez con menos miembros, faltos de servidores, algunos puestos vacíos, carentes de padrinazgo, de pertenencia. Resurgen entonces viejos fantasmas y pienso: ¿hemos recorrido los 36 escalones que nos ofrece nuestro programa para completar el triángulo de Recuperación, Unidad y Servicio, nuestra rica LAC?, o ¿estamos incorporando vocabulario y técnicas de otros programas que nada tienen que ver con Al-Anon y Alateen?

Replanteémonos si estamos practicando el programa de recuperación, o estamos como antes de llegar, queriendo modificar lo inmodificable, reuniones, literatura, vocabulario etcétera.

Recordemos lo que nos dice nuestra Literatura Aprobada por Conferencia: “Los miembros son siempre libres de leer cualquier otra publicación en casa, pero dentro de las reuniones de Al-Anon/Alateen se utiliza material de Al-Anon y Alateen únicamente. Esto brinda la seguridad de que el mensaje de nuestro programa mantenga la coherencia con nuestros principios.



## COMITÉ DE PUBLICACIONES

Aún tenemos la posibilidad de adquirir nuestros libros a un precio promocional hasta el día 31 de marzo, lo cual permite que cada miembro pueda armar su Biblioteca Personal Al-Anon (BPA) a un precio accesible, ya que nuestros libros enriquecen con su lectura nuestra recuperación.

Quienes deseen pueden adquirirlos en nuestra OSG, dado que el plazo para esta promoción pronto finaliza.

Queremos informar que nuestro Comité estará presente en la Feria del

Libro colaborando con el Comité de Información Pública, donde tendremos la posibilidad de compartir con personas que visiten nuestro stand y llevar el mensaje a todo aquel que lo solicita. Pronto les haremos llegar lindas noticias, no dejen de leerlos.



### *Servir para crecer*



Este verano elegimos salir a disfrutar del servicio de difusión.

En pequeños grupos y en unidad recorrimos diferentes instituciones públicas y comunitarias de la zona. Junto a varios miembros del Grupo “San Justo” y del grupo de hijos adultos “12 Pasos de Libertad” emprendimos la maravillosa tarea de transmitir el mensaje de Al-Anon a la comunidad.

Algunas mañanas acordamos un punto de encuentro y entre risas, con alegría y mucho entusiasmo, emprendimos las recorridas al hospital público, la Municipalidad, salitas de primeros auxilios, juzgados de familias, comisarías y Centro de Atención a la Mujer.

En cada espacio el recibimiento fue grato y con todos dispuestos a escucharnos. Observamos una gran necesidad de obtener información para las familias que sufren a causa del alcoholismo y de transmitir esta ayuda.

Podemos compartir que este servicio es una parte importante para nuestra recuperación personal, ya que logramos profundizar nuestro sentimiento de pertenencia, trabajar en unidad, divertirnos y romper el aislamiento. Durante este período hemos crecido y fortalecido nuestro espíritu.

Los invitamos a participar de esta hermosa aventura que es servir y crecer.

Con amor en el servicio

*Cris, Moni, Ceci, Norberto y Paula*  
DISTRITO SUDOESTE





## DELEGADOS INTERNACIONALES

Participamos junto al Comité de Conferencia de una reunión en el Distrito Río de la Plata. Fue muy fructífera y nos hizo reflexionar sobre la realidad de nuestra estructura. Surgieron inquietudes sobre la falta de escucha a los grupos; necesidad de apadrinar servidores de distrito; valorar la experiencia de la gente mayor para el servicio. ¡Gracias por recibirnos!

Compartimos algunas preguntas de la Conferencia de Servicio Mundial 2013 que nos hacen ver que no sólo en nuestra estructura estamos atravesando problemas.

¿Cómo podemos conseguir que los distritos sin representante de distrito y unos pocos representantes de grupo puedan convertirse en regulares e involucrarse en participar en las Asambleas? ¿Cómo nos acercamos a los grupos registrados que no asisten a las

reuniones de distrito?

Un delegado comentó que en su área (Distrito) tienen los mismos problemas. “Lo primero que salta a la mente es ‘Participación es la clave de la armonía’ (Cuarto Concepto) y ‘Que empiece por mí’. Como delegado, una de mis funciones es la de ser un enlace de comunicaciones entre los grupos, los proyectos y la Oficina”.

Otro delegado compartió: “Sé que somos una comunidad que practica la atracción y no la promoción”, pero tenemos que ayudar a los miembros y grupos a entender la importancia de la participación. El estímulo a estos grupos y distritos tiene que venir de la estructura. Es importante para el grupo llegar al distrito. El verdadero esfuerzo tiene que venir de dentro de cada miembro, pero el distrito tiene que servir como modelo a seguir para motivar a los miembros”.

---

### **Los Lemas me guían**



Llegué a Al-Anon por medio de mi familiar alcohólico. Estaba muy mal, devastada, despreciada, loca en mis actitudes.

A través del cariño de mis compañeras comencé a cambiar, luego de haber sido incrédula anteriormente.

La Oración de la Serenidad me ayudó a encontrarme conmigo misma y a conectarme con mi Poder Superior.

Para desprenderme emocionalmente con amor los lemas fueron muy útiles, como ser: Primero las cosas más importantes Vive y deja Vivir, etc.

El programa me ayudó a dialogar, comprender y amar a toda mi familia y a otras personas.

Gracias Al-Anon por todo lo que me dio y me sigue dando.

Isabel

GRUPO “ENCUENTRO”, DEL VISO, PILAR



# COMITÉ DE PRESUPUESTO



## Séptima Tradición

*¿Cómo podemos colaborar para una gran difusión de nuestro 50º aniversario?*

Por ejemplo:

- Hagámonos un presupuesto Al-Anon
- ¿Cuánto aportamos en los grupos, en el distrito, en la OSG?
- Cuando no concurrimos al grupo por algún problema, ¿ponemos luego en la canasta la contribución de ese día que no asistimos?
- ¿Cuánto más podemos hacer con respecto a la Séptima?

¿Alguna idea para aportar?



**¡¡Gracias por sumarte a la campaña del billete!!**



## Reflexiones



SI COMPARTIMOS LA RESPONSABILIDAD POR EL BIENESTAR DE AL-ANON, PODEMOS ESTAR SEGUROS DE QUE AL-ANON ESTARÁ SIEMPRE AL LADO DE QUIEN NECESITE AYUDA. [...] AL APRENDER A OCUPARNOS DE NOSOTROS MISMOS MATERIAL Y EMOCIONALMENTE, LA SÉPTIMA TRADICIÓN NOS GUÍA.

Extraído de *Senderos de recuperación*, pág. 195



# 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 2014 y enero de 2015.**

- **Distrito Alte. Brown y Grupos:** Camino de Esperanza, Gratitude, Luz de Vida, Luz y Esperanza, 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, Libertad, Palermo, Buenas Compañías, Ayuda, Vivencias, Vida.
- **Distrito Centro Este Entre Ríos y Grupos:** 20 de Enero, Despertar Espiritual, Paraná, Villa Elisa, Amanecer, 21 de Abril.
- **Distrito Centro Oeste y Grupos:** Barrio Argentino, San Miguel, Despertar, Luján, Merlo, Ituzaingó.
- **Distrito Córdoba y Grupos:** Aurora, Amanecer, Sólo por Nosotros, 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, Agronomía, Esperanza.
- **Distrito Integración y Grupos:** De Corazón, Un Camino de Luz, Pertener, Comprensión, Aprendiendo a Vivir, Puerto, Alberti.
- **Distrito Noroeste y Grupos:** Castex, Martín Coronado, Villa Tesei, Hur-  
lingham, El Sol.
- **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, Peldaño, Tristán Suárez.
- **Distrito Rafaela y Grupos:** Esperanza, Sendero de Luz, Serenidad, Volver a Empezar (Brikmann), Volver a Empezar (Esperanza).
- **Distrito Río de la Plata y Grupos:** La Plata, Convivencia, Fe, Luz, San Marcos, Serenidad, Solo por Hoy, Esperanza para Hoy.
- **Distrito Rosario y Grupos:** Casilda, Centro de Vida, Fuente de Amor, Luz del Sur, San Francisco Solano, Socorro, Viamonte, Abundancia.
- **Distrito Sudoeste y Grupos:** Brisa, Camino a la Esperanza, Crecimiento, Despertar en Al-Anon, Esperanza, Luz y Esperanza, San Justo, Unión y Gratitude, Unión y Serenidad, Sendero de Esperanza.
- **Distrito Sur y Grupos:** Almirante Brown, Amor y Comprensión, Avellaneda, Entre Todos, Fe y Esperanza, Itatí, Luján, Renacer, Semilla de Esperanza, Aprender a Vivir, Valor para Cambiar.
- **Distrito Tucumán y Grupos:** Luz de esperanza, Serenidad (Tucumán).

---

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.

- **Distrito Unidad y Grupos:** Don Torcuato, Encuentro, Escobar, Gral. Pacheco, Volver a Vivir, Mi Lugar Alte. Brown (Talar).
- **Distrito Villa María y Grupos:** Vida Nueva, Río Cuarto (Cba.).

#### **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 Jujuy:** Catedral.
- **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:** Semilla de Amor.
- **Grupo de Santiago del Estero:** Esperanza, Volver a Vivir (La Banda).
- **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](mailto:osg@alanon.org.ar)**

**Fax (011) 4382-9229  
[www.alanon.org.ar](http://www.alanon.org.ar)**