

Año de las Bodas de Oro de Al-Anon en la Argentina



EDITORIAL

En las primeras reuniones de Al-Anon, al enterarnos de miembros que participan desde hace diez, veinte o cincuenta años nos sorprendemos, y pen-

samos si nosotros haríamos lo mismo.

Parece increíble, pero ellos están, nos acompañan, nos guían en el programa, nos informan, nos abren el camino hacia una vida mejor. Si ellos pudieron, nosotros también lo lograremos. Ellos también fueron principiantes, son quienes mantienen viva la llama de Al-Anon, junto con todos quienes siguen en los grupos.

Ellos tuvieron un sueño, empezaron abriendo el grupo "Amistad", en Capital Federal; luego se fueron abriendo grupos en todo el país y así comenzó Al-Anon en la Argentina. Luego vinieron los distritos, el Boletín Amistad, la CSN; en 1979 se inició el primer grupo Alateen; las regiones Norte, Centro y Sur; los Seminarios, y se va por más. En 2015 comenzó el uso de las redes sociales, las cuales hicieron una gran apertura en la comunicación interna y externa.

Siempre nos preguntamos por qué esos pioneros todavía están allí. Esa pregunta tiene una respuesta: Al-Anon es una filosofía de vida, es esperanza para nosotros, nos muestra cómo vivir en armonía, y esas personas que permanecen allí nos apadrinan, nos dan las armas para también tender nuestras manos con el propósito de que quien necesite la ayuda de Al-Anon la pueda disfrutar. No en vano cumplimos 50 años; muchos de ellos están; los que se han ido, nos han dejado una impronta: el amor a Al-Anon, nuestra casa, nuestro hogar, al que debemos cuidar para que sigamos en este camino.

Nº 349



*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 2016



RINCÓN DE NUESTRA OSG

Este año celebraremos los 50 años de Al-Anon en Argentina. Queremos celebrar con todo y para eso necesitamos la participación de todos los miembros de la hermandad que quieran colaborar para que este evento se pueda festejar como es nuestra intención.

Para eso sabemos que es fundamental una ardua tarea de difusión para salir de la invisibilidad y dar a conocer a muchos hombres, mujeres y niños este mensaje de esperanza.

Hemos aprobado entregar a cada distrito una biblioteca que contenga los libros de Al Anon. También está avanzado el nuevo Manual de Servicio, con el cual deberemos regirnos en toda tarea de servicio; recordemos que debemos atenernos a él, ya que la estructura de servicio no es sugerida.

Como parte del plan de difusión

se está trabajando nuestra participación en la Feria de Libro 2016.

Hemos reestructurado el Comité de Cooperación con los Profesionales (CCP) y es nuestra intención llegar a la mayor cantidad de profesionales, en sus distintas áreas.

Con la ayuda del Poder Superior, ya se encuentra a la venta el nuevo libro de Al-Anon *En busca de la libertad personal*, una nueva herramienta para acompañarnos en nuestro camino de recuperación. Durante la Conferencia haremos una presentación más detallada.

Estamos trabajando en la utilización de las redes sociales como un medio más para llegar a todos.

Hay mucho para hacer. Estamos todos invitados. Fortalecer la propia recuperación es un modo de cooperar en el fortalecimiento de la Hermandad.



Aniversarios

¡¡FELICIDADES!!

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

35 años
Grupo "20 de enero"
Concepción del Uruguay
Distrito Centro Este Entre Ríos



🦋 AÑO DE LA DIFUSIÓN 🦋

Undécimo Concepto

La Oficina de Servicio Mundial está compuesta de comités permanentes, ejecutivos y miembros del personal.

Es muy difícil comprender los Doce Conceptos de Servicio si no estamos familiarizados con los Doce Pasos y las Doce Tradiciones.

Los Doce Conceptos son específicos para definir los principios que guían las actividades del servicio mundial de Al-Anon, pero estos principios también se aplican en las relaciones personales de todo tipo.

El Undécimo Concepto reitera el valor de la colaboración y de trabajar en equipo. Ya no tenemos que hacerlo de manera aislada.

Al aumentar nuestra confianza y el respeto por el otro, así como tener una causa común, podemos lograr



mucho si unimos nuestros esfuerzos. Practicar este concepto nos hace darnos cuenta de que lo que tengo que hacer es estar dispuesta a servir, y somos nosotros los beneficiados.

El Manual de Servicio indica: "Ninguna estructura de organización puede garantizarle por completo a nuestra OSM protección contra el posible daño causado por personas que se enfrentan. Sólo la voluntad constante de practicar los principios espirituales en todas nuestras acciones puede lograrlo".

Sin nuestros comités y los fieles servidores que nos apoyan en ellos, seguramente Al-Anon no hubiera sobrevivido.



Reflexiones



EL UNDÉCIMO CONCEPTO ME DIO INSTRUMENTOS SIMPLES PARA MEJORAR LA COOPERACIÓN CON LA GENTE DE MI VIDA. LO MÁS ESTIMULANTE DE TODO ESTO ES QUE ME HA AYUDADO A AMR, APRENDER Y PROGRESAR.

Extraído de *Senderos de Recuperación*, pág. 318

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.



COMITÉ DE PUBLICACIONES

¡Tenemos lindas noticias para compartir con nuestra Hermandad!

Transitando las Bodas de Oro de nuestra Institución, nuevamente vuelven los agrupados de libros con un importante descuento en el segundo libro, estará vigente desde el mes de marzo hasta junio inclusive. Rige una nueva lista de precios actualizada, que recibirán a la brevedad.

Y una noticia muy esperada: está a la venta el nuevo libro “*En busca de la libertad personal*”, a un precio lanzamiento de \$180 por nuestro 50º Aniversario.

Durante la próxima Conferencia presentaremos en forma conjunta con otros comités un nuevo Boletín del

Grupo de Estudio ALANON/ALATEEN
Oportunidad para familiares y amigos de recobrar la esperanza para quienes se quedan sin literatura!!!

Desde el 1º de marzo hasta el 30 de junio, si llevas dos libros, el segundo va con un importante descuento. Ideal para completar tu BPA o para regalar y compartir nuestra maravillosa Literatura. ¡No te lo pierdas!

Agrupado 1 Alcanon el corazón \$120 De la supervivencia a la recuperación \$50 Total = SÓLO \$170	Agrupado 2 Un día a la vez en Al-Anon \$120 De la supervivencia a la recuperación \$50 Total = SÓLO \$170	Agrupado 3 Cómo ayuda Al-Anon a familiares y amigos de alcoholistas \$130 Desarrollamos nuevas esperanzas \$70 Total = SÓLO \$200	Agrupado 4 El dilema del voluntariado con un alcoholista \$65 Alcanon Esperanza \$60 Total = SÓLO \$125	Agrupado 5 Sordidos de recuperación \$130 Alcanon - Un día a la vez \$40 Total = SÓLO \$170
--	--	--	--	--

CCP. ¡A prestar atención!

Aprovechando todas estas novedades, queremos invitar a quienes deseen colaborar y participar como voluntarios en nuestras reuniones para generar nuevas ideas, que se acerquen a nuestro Comité, los segundos lunes de cada mes a las 16 horas, en nuestra OSG.

Encontré una familia



Cuando comencé Al-Anon hace 25 años nunca imaginé la atracción que tendría este programa para seguir en él.

Como todos cuando llegamos, esperé una poción mágica para que mi familiar dejara de beber; después de esperar sin resultado, entendí que realmente el programa era para mí, y es ahí cuando la literatura, la paciencia de mis compañeros hicieron que mi mente se abriera, y pudiera entender al otro y de a poco aprender a vivir y dejar vivir. Era como armar un rompecabezas: algunas piezas quedaban algo levantadas, y así también mi vida se fue armando para mejor. Volví a sonreír, a vivir en armonía. Nuestra literatura, junto con la asis-

tencia a los grupos, son la columna vertebral, nuestros lemas son el alerta que nos hace pensar.

Hoy soy una agradecida a Al-Anon, doy gracias a la persona por la cual fui a los grupos, mi compañero de toda la vida; él ya no está, pero junto con Al-Anon, hoy tengo una familia de la cual me siento orgullosa.

Anónimo



COMITÉ DE CONFERENCIA

Queridos compañeros de Al-Anon: una vez más, nos espera otra Conferencia, para el intercambio de experiencias en el servicio, con el fin de transmitir el mensaje de esperanza.

En esta 32ª CSN estaremos festejando los 50 años de Al-Anon con mucho amor, serenidad y comprensión. Todos sus integrantes juntos traerán la voz de la verdadera fuerza de nuestra hermandad; los grupos a través de la voz de sus delegados, y el Comité, que trabaja con mucho entusiasmo para llevar adelante esta Conferencia.

Sólo les pedimos que vengan dis-



puestos a dar lo mejor; podrá tal vez haber dificultades, pero traerán proyectos para hacer lo mejor por el futuro de Al-Anon. Recuerden que la OSG está disponible para consultas o dudas de último momento; traigan lo mejor de ustedes, el Comité los

espera con los brazos abiertos.

Importante: No olvidar solicitar una dieta especial hasta el 18 de marzo. Traer sus medicamentos y también una bolsita extra de espiritualidad de reserva, por si se nos apagan las pilas anticipadamente. Y por sobre todas las cosas, mucha adrenalina para el festejo que tendremos.

¡Gracias por la oportunidad!



Gracias por darme la oportunidad para poder expresar lo que siento, en mi última Conferencia. Haber compartido tanta alegría en mi servicio me colma de tanta sabiduría y crecimiento.

Agradezco a todos mis compañeros y al Distrito Centro Oeste por haber depositado su confianza en mí como delegada.

Gracias a toda la hermandad Al-Anon/Alateen.

Cristina G.



Reflexiones



SOY MI MÁS ALTA PRIORIDAD [...] ¿QUÉ PUEDO HACER POR MÍ HOY?

Extraído de *Valor para cambiar*, pág. 203



COMITÉ DE SEMINARIOS DE SERVICIO REGIONALES (CSSR)

Los miembros de este Comité les desean tengan un 2016, lleno de logros personales y grupales a través del amor y comprensión que nos brinda esta hermosa “filosofía” de vida que es Al-Anon/Alateen.

La Región Sur nominó a su Custodio Regional, quien deberá ser aprobado por la 32° Conferencia de Servicio Nacional, para de inmediato comenzar a cumplir su servicio reemplazando a la anterior CR, integrante de este Comité.

Por su parte, la Región Centro está trabajando arduamente para organizar su Seminario 2016, coincidente con los 50

años de Al-Anon en la Argentina, celebración que está preparando la Comisión de Festejos. Pero desde este Comité estimamos que ningún distrito, ningún grupo, ningún miembro podrá sustraerse de festejar, en cualquier punto del país que se encuentre, el cincuentenario, en la modalidad que su creatividad le indique.

La Región Centro tiene un Encuentro programado para el día 12 de junio, en lugar a confirmar. Se espera una buena concurrencia de miembros de la Región deseosos de “ser parte de un todo Al-Anon/Alateen”.

La Región Norte, también se está empezando a organizar con miras al

Seminario de 2017; ha realizado su primer Encuentro el 29 de noviembre pasado, en Córdoba, y volverán a convocarse para el 15 de junio venidero, en el distrito anfitrión Córdoba. Cabe acotar que los grupos sin distrito también deberían concurrir a estos Encuentros con un representante de grupo y miembros que lo deseen, dispuestos a prestar un servicio, antes

y durante el Seminario de Servicio Regional. El RG participará en las decisiones de la Región con voz pero sin voto.

Los integrantes del Comité esperamos que quienes lo deseen se acerquen a la Plenaria del día vier-

nes 8 de abril, día del inicio de la CSN, de 17,45 a 19.00 horas. También es nuestro deseo que los Distritos nos traigan por escrito, a través de sus delegados, una respuesta de la encuesta. Será de gran utilidad para conocernos más y trabajar en ello durante el año.

“Mi sueño de hoy es volver a las bases; a que tiñamos de amor y obediencia lo que el Poder Superior nos ofrezca; a transmitir los logros de cada DÍA, la práctica de cada Paso y cada Lema. Fue de esta manera que los nuevos se fueron quedando y los grupos crecieron.” (Extraído de la carpeta de la 32ª CSN, Reunión Plenaria, pág. 17)



50° Aniversario de Al-Anon



¡Y ya estamos! ¡ Con toda la energía puesta en estos festejos de nuestras Bodas de Oro!

Se formó una subcomisión que oportunamente daremos a conocer; las actividades a desarrollar serán el día 19 de agosto de 17.30 a 20 horas, y la FIESTA el día 20 de agosto de 17.30 a 21 horas. Si surgiera alguna modifi-

cación se informará. El lugar se confirmará próximamente. Los esperamos a todos con mucho amor para compartir y asistir a las reuniones que se realizan en nuestra OSG; la próxima será el 12 de marzo de 10 a 13 horas, en Alsina 1441, 1° piso, Of. 102 ¡A SUMARSE A ESTE FESTEJO!

Recordando el Plan de Servicio

Hace ya varios años la OSG brindó a la hermandad un excelente material con propuestas valiosas y diversas para realizar servicios, ya que Al-Anon es un programa de acción.

A través de los siguientes Boletines, iremos recordando algunas de esas formas de servir, para completar nuestros tres Legados: Recuperación, Unidad y Servicio.

Como **miembro**, este año mis objetivos para accionar pueden desarrollarse de estas formas:

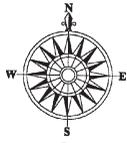
- en la concurrencia al Seminario Regional
- en la recepción de los recién llegados



- como orador contando mi historia en el grupo y concurrendo al Taller de oradores.
- apadrinar o ser apadrinado y gozar de sus beneficios.
- accionar la Séptima Tradición con aportes y/o realizando servicio.

También **en el grupo** podemos accionar:

- en la programación variada de nuestra literatura
- la motivación de miembros para acompañar al RG al Distrito.
- la literatura del Manual de Servicio al nombrar nuevos servidores de grupo en reuniones de trabajo.
- la búsqueda silenciosa de un miembro para apadrinar que pueda sucedernos en nuestro servicio.
- realizando periódicamente reuniones de Conciencia de Grupo y de trabajo
- colaborando con los servicios del Distrito y de la OSG.



Queridos compañeros, esperamos que hayan comenzado el año llenos de esperanza y energía.

Aprovechamos este medio para agradecer a todos los compañeros del interior y los servidores que colaboran con los grupos sin distrito, por inspirarnos a realizar este servicio con tantas ganas; gracias por participar tan activamente en la difusión de nuestra hermandad (cada uno desde su lugar) y gracias por continuar fortaleciendo los grupos aislados con tanto amor. ¡Viva el interior!

Camino a la 32 CSN, invitamos a todos los representantes de los grupos sin distrito a participar y hacer escuchar la voz del interior en la Conferencia, recordando que tendrá lugar el 9 y 10 de abril.

COMITÉ DEL INTERIOR



Finalmente, convocamos a todos los miembros Al-Anon a participar de este Comité; tu colaboración nos puede ayudar a fortalecer el apadrinamiento de los grupos sin distrito. ¡Te esperamos, vení! Nos reunimos los terceros sábados de cada mes a las 14 horas en la OSG. También nos puedes escribir a: c_interior@alanon.org.ar.

Esa tacita de té



Cuando llegué a Al-Anon, derivada por AA, buscaba ayuda para mi familiar.

Lo que más recuerdo de la primera reunión es esa tacita de té que compartimos, y la cálida bienvenida que para mí fue una caricia al alma. Yo quería saber sobre los Doce Pasos para mi recuperación, ya que me explicaron que Al-Anon era para mí.

Tenía tanta ansiedad que también quería, si fuera posible, toda la literatura disponible. Amablemente me dijeron que la recuperación es posible gradualmente, reunión tras reunión.

Hoy comprendo cuán afectada estaba. Mi ansiedad lo dejaba de manifiesto.

Todos los lemas me ayudaron. Al principio, "Hazlo con calma"; luego "Escucha y aprende", "Manténlo simple", "Vive y deja vivir", hasta llegar a "Suelta las riendas y entrégaselas a Dios".

¡GRACIAS AL-ANON!

Tracy
GRUPO SAN MARCOS



COMITÉ DE COOPERACIÓN CON LOS PROFESIONALES (CCP)

Se trabajó en el Boletín dirigido a docentes, con la colaboración del Cte. de Publicaciones. También se enviaron y recibieron mails referidos a los próximos Congresos en los que este Comité participará: Congreso Argentino de Psiquiatría en el mes de abril, a realizarse en Mar del Plata; con una mesa redonda en Congreso Argentino de Psicoanálisis a realizarse en la Facultad de Derecho (UBA) en el mes de mayo y una mesa de difusión para los profesionales asistentes.

Continuamos revisando el listado de profesionales obtenido en la Feria del Libro del año pasado; realizamos contactos con periodista, psicopedagogo, diputada de la Legislatura porteña y socióloga que trabaja en el Hospital Garrahan, y enviando datos a grupos sueltos y distritos para que contacten los que les correspondieran por domiciliarse o trabajar en el interior.

Se entregaron carpetas para profesionales al Distrito Norte y al Distrito Capital; también 300 folletos y algunos stickers a la Casa de Río Negro para ser enviados a los ministerios de Educación, Cultura y Salud de Viedma.

El Distrito Norte organizó el Equipo de trabajo para profesionales que funcionará en la sede del distrito el tercer jueves de cada mes, a las 19.30.

Se colaboró con la lectura y modificaciones para el Manual de Servicio Al-Anon.

Proyectos:

- Continuar el contacto con profesionales por todos los medios de comunicación, entregándoles carpetas y material de difusión.
- Participar en el festejo del 50º aniversario con un panel de profesionales el día 19 de agosto de 2016.
- Favorecer acciones relacionadas con este Comité en distritos, grupos sueltos, universidades, instituciones gubernamentales, Dirección de Tránsito, Asociación de Psicólogos y Psiquiatras, etc.
- La tarea es ardua, la voluntad demostrada por todos los servidores es continua, responsable y en unidad.



Reflexiones



ESTOY APRENDIENDO A DESPRENDERME DE VIEJAS REACCIONES QUE INTERFIEREN CON MI SERENIDAD, DE VIEJOS TEMORES QUE ALIMENTAN EXPECTATIVAS Y JUICIOS, Y DE LA PARTE DE MÍ QUE ME DESVÍA DE MI OBJETIVO ESPIRITUAL PRIMORDIAL.

Extraído de *Esperanza para hoy*, pág. 106



DELEGADOS INTERNACIONALES

Asistimos a la 7ª RIASA, celebrada en Asunción del Paraguay, en el mes de noviembre de 2015.

Contamos con la presencia de estructuras vecinas: Uruguay, Ecuador, Perú, Brasil, México, Argentina, también representantes de estructuras en formación, como Paraguay y Bolivia, y se completó la reunión con la asistencia de dos miembros de la Junta de Administradores (Custodios) de la Oficina de Servicio Mundial (OSM).

Se compartió que muchas estruc-

turas como Perú o Brasil ya llevan cumplidos sus 50 años de acercar el mensajes a familiares y amigos de bebedores con problemas.

Hemos invitado personalmente, y con una carta desde nuestra OSG, a todos a participar de la celebración de los 50 años en la Argentina y a unirse a nuestros festejos.

Este año la Reunión de Servicios Generales Al-Anon (RISGA) se celebrará en Roma, Italia, en el mes de octubre.

Los buenos servidores



Cuando elegimos servidores, también les estamos dando nuestro voto de confianza. ¿Qué pasa si nos equivocamos y resulta que la humildad no es una de sus virtudes para facilitar el reconocimiento de sus propios errores?

¿Cómo podríamos definir a un buen servidor? Un servidor entusiasta y activo despierta en nosotros el deseo de apoyarlo con todo nuestro corazón. Debe tener ideas originales para el mejoramiento del grupo, consultar y reconocer las buenas ideas de todos

los demás miembros. Algunas veces aquellos con quienes no compartimos una manera de pensar tienen también buenas ideas y pueden ser las correctas.

Los buenos servidores aprenden a zanjear diferencias y muchas veces deben hacer frente a la crítica. Los buenos servidores viven un “día a la vez”, pero también son capaces de mirar hacia el futuro.

El encontrar y formar tales servidores es tarea continua del grupo.

Un miembro agradecido



Nos seguimos reuniendo en la OSG e invitamos a todos los miembros a concurrir a las reuniones agendadas:

- 7 de mayo: reunión con padrinos, de 10 a 12 horas.
- 12 de marzo y 11 de junio: reunión con coordinadores de Comité Alateen de Distrito, de 10 a 12 horas.

Les pedimos a los distritos cercanos que nos inviten a participar de alguna reunión del distrito para informar y contestar inquietudes.

“Los padrinos comparten la experiencia de vivir con la enfermedad del alcoholismo, la fortaleza obtenida al

COMITÉ ALATEEN

aplicar los Doce Pasos y al aprender la sabiduría de las Doce Tradiciones, y la *esperanza* de un futuro mejor. **Un padrino Alateen no es ni un consejero ni un miembro Alateen más.** Se espera que los padrinos mantengan un comportamiento adulto apropiado a través de la coherencia, el sentido común y la integridad de su conducta. Los padrinos también acuerdan acatar la guía de comportamiento que se adjunta en esta guía” (extraído de Guías de Seguridad Alateen).

Recordemos que el lema de la próxima Conferencia es “Al-Anon, el futuro de Alateen está en tus manos”.

¡Los esperamos!

Inyección de servicio



Al asistir a mi segunda Conferencia me ha resultado muy enriquecedor el compartir experiencia con el resto de la hermandad. En cuanto al servicio, me he fortalecido y es una inyección que me motiva para seguir haciéndolo.

Me llevó mucho poder participar con mis compañeras de grupo, muchos deberes para hacer y trabajar.

Como el servicio es recuperación, que empiece por mí.

Silvia
DISTRITO DE LA COSTA



Reflexiones



SI LOS MIEMBROS Y LOS GRUPOS ENTIENDEN QUE ELLOS SON RESPONSABLES DE SU PROPIA SUPERVIVENCIA Y DE SU PROGRESO, FLUYE UNA GRAN FORTALEZA ESPIRITUAL EN CADA UNO, ASÍ COMO EN SU TOTALIDAD.

Extraído de *Esperanza para hoy*, pág. 147

Lo que NO es Al-Anon

• Una cura para el alcoholismo

En Al-Anon se mantiene el enfoque sobre el miembro en particular y no en el alcohólico ni en la conducta de éste.

Nuestro propósito es cambiar nuestra propia actitud y aligerar nuestra propia carga emocional al compartir con otros nuestras propias experiencias, cambiar nuestra propia atención obsesiva con el alcohólico y ponerla sobre nosotros mismos y sobre nuestra propia recuperación.

• Una terapia, asesoramiento o una organización profesional

Los miembros de la hermandad comparten su conocimiento y experiencia mutuamente pero no dan consejo ni asesoramiento. Al-Anon no es una organización de asesoramiento ni un centro de tratamiento; no está organizado ni opera de forma profesional, aunque muchos profesionales derivan a sus clientes o pacientes a Al-Anon, nosotros no derivamos nuestros miembros a nadie. También evitamos utilizar un lenguaje profesional, similar a los términos utilizados en programas de terapia o en tratamientos particulares que pueden empañar el enfoque de ayuda personal de Al-Anon.

• Una organización religiosa

Al-Anon es un programa no sectario basado en lo espiritual, en lugar de en principios religiosos.

• Un productor de ganancias

No se requieren cuotas fijas ni honorarios y no aceptamos contribuciones externas.

• Afiliación y apoyo

Al-Anon no se apoya en ninguna secta, denominación o religión; ni apoya o se opone o expresa opiniones acerca de alguna causa, individuo o programa externo.

• Alateen y el alcoholismo

Alateen es para adolescentes que sufren los efectos de la forma de beber de otra persona.

• Otros problemas que no sean el alcohol

Los miembros de familia que tienen seres queridos con problemas que no son debido al alcohol, a veces buscan ayuda en Al-Anon, pero como no llenan los requisitos para ser miembros, se les anima a que se unan a otros programas de Doce Pasos, tales como: Narcóticos Anónimos, Jugadores Anónimos, etc.

(Extraído de “Al-Anon habla claro”, enero de 1987)



Voluntarios telefónicos

Un mensaje de amor, de fe y de esperanza, como dice la literatura, es para aquel miembro que hace su servicio en el grupo, distrito u OSG.

Mi experiencia ha ido en aumento y he conocido gente hermosa cuando estuvo el spot televisivo, por el cual había que atender el teléfono y muchos miembros dieron el SÍ al llamado para colaborar con ese servicio.

Invito a los miembros que deseen sumarse a este servicio a acercarse a la OSG, donde me encontrarán los días miércoles de 13 a 17 horas. Les agradezco con amor en el servicio

Anita



Una pregunta, varias respuestas



• ¿Qué estaba ocurriendo en su vida cuando descubrió Al-Anon?

Rptas.: “Estaba desesperado, sin respuestas. Poco a poco me fui aclarando.”
“Estaba de crisis en crisis. Vine por información de internet.”

• ¿Cómo lo ha ayudado Al-Anon?

Rptas.: “Me ayuda viniendo, escuchando, hablando sobre mis problemas, con la literatura.”
“Recupere la alegría de vivir.”
“La Oración de la Serenidad, los Pasos me ayudaron a tener serenidad y aceptación.”
“Al-Anon me dio esperanza y me ayudó a ordenar mis ideas.”
“Al-Anon me dio opciones.”

• ¿Qué instrumentos utilizó?

Rptas.: “Las reuniones, la literatura.”
“La experiencia comentada por los compañeros, la esperanza.”
“La Oración de la Serenidad, la opción de que si no se qué hacer, no tengo que hacer nada.”
“Me ayudó mucho hacer servicio.”
“La Oración de la Serenidad me ayudó a un cambio de actitud.”
“Las reuniones de Conciencia.”

Grupo Solano
DISTRITO ROSARIO



COMITÉ DE PRESUPUESTO

• Reuniones con Tesoreros de Distritos: **Volvemos a reunirnos el 2º viernes de cada mes a las 14:30 horas.** Seguimos reuniéndonos con los tesoreros del distrito, este año con dos novedades; invitaremos a dos tesoreros de grupo por reunión.

Además estamos viendo si se puede concertar una reunión con los tesoreros de distrito un **sábado en noviembre** para que puedan venir la mayor cantidad de tesoreros (por los tanto les sugerimos hacer un presupuesto). Les pedimos que lo

vayan estudiando y lo resolveremos durante las reuniones.

La primera reunión será el **lunes 28 de marzo, a las 14:30, por esta única vez;** luego será como siempre el último viernes de los meses impares a las 14:30 horas.



“Si los miembros y los grupos entienden que ellos son responsables de su propia supervivencia y su progreso, fluye una gran fortaleza espiritual en cada uno, así como en su totalidad.” (extraído de *Esperanza para hoy*, pág. 147)



Reflexiones



LA SÉPTIMA TRADICIÓN ME HA ENSEÑADO A DAR EN LUGAR DE TOMAR. LE PIDO A MI PODER SUPERIOR QUE ME MUESTRE QUÉ CONTRIBUCIONES PUEDO HACERLE A LA VIDA TODOS LOS DÍAS. SE SATISFACEN TODAS MIS NECESIDADES. HAGO LO QUE ME CORRESPONDE Y ME SIENTO TRANQUILA CUANDO ESE ES MI CENTRO DE ATENCIÓN

Extraído de *Senderos de Recuperación*, págs. 196



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 2015 y enero de 2016.**

- **Distrito Alte. Brown y Grupos:** Camino de Esperanza, Nace un Nuevo Día, Valor para Cambiar.
- **Distrito Capital y Grupos:** Mensaje, Construyendo Puentes, Mediodía, Serenidad, Compartir, Vida, Calidez, Villa Crespo, Vivir Hoy, Vivencias, Solo por Hoy, Redentor, Palermo, Belgrano, Luz de Esperanza (Alateen), Luz de Patricios, Unidad, Buenas Compañías (Alateen), Loreto (Hijos Adultos).
- **Distrito Centro Este Entre Ríos y Grupos:** 20 de Enero, Nueva Vida, Amanecer, Villa Elisa, Paraná.
- **Distrito Centro Oeste y Grupos:** Despertar, Luján, Ituzaingó, Barrio Argentino, San Miguel, Merlo, Esperanza.
- **Distrito Córdoba y Grupos:** Fe (Padres), Esperanza, Solo por Nosotros, Carlos Paz, Renacer, Amanecer, Aurora, Centro.
- **Distrito de la Costa y Grupos:** Dar y Compartir, Gral. Madariaga.
- **Distrito Gral. Paz y Grupos:** Liniers, Volver a Empezar, Esperanza, Valor, Génesis, Floresta, Albariño, Revivir, Agronomía, Aceptación.
- **Distrito Integración y Grupos:** Alberti, Pertenecer, De Corazón, Aprendiendo a Vivir, Puerto, Un Camino de Luz, Comprensión.
- **Distrito Noroeste y Grupos:** Martín Coronado, El Sol, Villa Tesei, Hur-
- lingham, Castex.
- **Distrito Norte y Grupos:** San Fernando, Olivos (Hijos Adultos) Serenidad, Acassuso, Munro, San Isidro, Alegría, Becar, Serenidad, Villa Ballester, Luz de Esperanza, Florida.
- **Distrito Nuevo Camino y Grupos:** Tristán Suárez, Milagros del Siglo XX, Monte Grande, Peldaño, Florecer.
- **Distrito Rafaela y Grupos:** Volver a Empezar (Esperanza), Serenidad, Sendero de Luz, Nace un Nuevo Día, Volver a Empezar (Sunchales).
- **Distrito Río de la Plata y Grupos:** San Marcos, Serenidad, Esperanza para Hoy, Convivencia, Fe, Solo por Hoy, La Plata.
- **Distrito Rosario y Grupos:** Solano, Casilda, Socorro, Luz del Sur, Viamonte, Abundancia, Fuente de Amor, Centro de vida.
- **Distrito Sudoeste y Grupos:** Brisa, Despertar en Al-Anon, San Justo, Esperanza, Morón, Crecimiento, Unión y Serenidad, Luz y Esperanza, Unión y Gratitud, Sendero de Esperanza, Los Doce Pasos de Libertad.
- **Distrito Sur y Grupos:** Almirante Brown, Amor y Comprensión, Entre Todos, Fe y Esperanza, Semilla de Esperanza, Renacer, Luján, Itatí, Avellaneda, Valor para Cambiar.
- **Distrito Tucumán y Grupos:** Luz de esperanza, Acción.

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:** Reencuentro, Don Torcuato, Escobar, Mi Lugar, Amor y Esperanza, Gral. Pacheco, Volver a Vivir, Reencuentro, Encuentro. Alte. Brown (Talar).
- **Distrito Villa María y Grupos:** Sabiduría, Vida Nueva, Amor y Fe.

Grupos del Interior:

- **Grupo de Chubut:** Fortaleza (Puerto Madryn).
- **Grupo de Jujuy:** Nueva Vida.
- **Grupo de Neuquén:** Amor, Don Bosco (S. C. de Bariloche), Amor.
- **Grupo de Salta:** Semilla de Amor.
- **Grupo de Santa Fe:** Renovación (Reconquista).
- **Grupo de Tucumán:** Esperanza.
- **Distrito en Formación Cuyo:** Centro (Mendoza), Iluminación (San Luis).
- **Aportes personales**
- **Aportes por Carta de Apelación**
- **Aportes por 50º aniversario**

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

Fax (011) 4382-9229

e-mail: osg@alanon.org.ar

www.alanon.org.ar