



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

### EDITORIAL

Llegamos al 50° aniversario de Al-Anon. Durante esos 50 años la comunicación se hizo a través de cartas manuscritas por correo que podían tardar mucho tiempo; el Boletín Amistad se hacía por medio de un mimeógrafo y se enviaba a los distritos. Todo sirvió, el sistema era más lento pero el servicio no se detenía. A fuerza de pulmón y ganas, muchas ganas, los primeros servidores trabajaron denodadamente para llevar el mensaje. Y se llenaban de orgullo al ver el Paso 12 en acción.

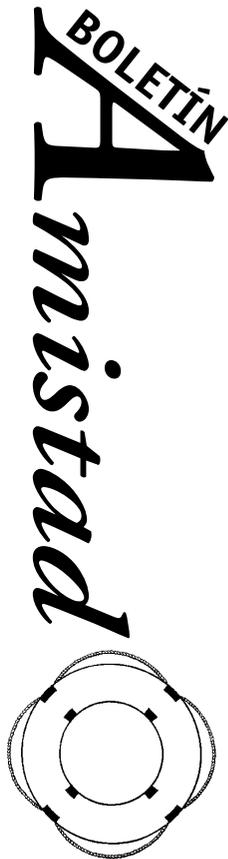
Cuando empezamos a pensar en el aniversario, hace tres años, aparecieron palabras nuevas en cuanto al uso de internet y en la telefonía celular, y pensábamos ¿Qué es esto tan extraño y para qué puede servir en Al-Anon? Pero pronto se fue integrando y los que no éramos muy duchos empezamos a usar esa tecnología.

Hoy Al-Anon de Argentina se está comunicando con grupos y personas aisladas en todo el país, o también con el exterior, en cuestión de segundos por medio de teléfonos celulares e internet: difundimos nuestra pauta publicitaria, tenemos nuestra fan page, realizamos reuniones con algún miembro o entidad por medio de una pantalla donde nos vemos al unísono, es decir, todo el mundo cibernético a nuestra disposición. ¡Maravilloso!

Pero hay algo en Al-Anon que ni la tecnología de avanzada puede reemplazar y es el GRUPO, donde el contacto de las personas, el abrazo, la mirada, la comprensión, todo eso es cara a cara. Tender la mano a quien lo necesita es lo esencial, y ese mano a mano mirándonos a los ojos, comprendiendo al otro, no hay tecnología que lo supere.

Los grupos Al-Anon seguirán siempre gracias a los voluntarios que abren sus puertas, que preparan el programa, que reciben al recién llegado, dando amor y comprensión, siguiendo nuestros tres legados: los Pasos, las Tradiciones, y los Conceptos.

Nº 351



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

Julio-Diciembre de 2016



## RINCÓN DE NUESTRA OSG 1966- 9 de agosto -2016

Desde nuestra OSG hemos logrado un gran deseo: llegar al 50° aniversario con un gran festejo junto a toda la hermandad.

Agradecemos profundamente la colaboración de los servidores que estuvieron trabajando, y a todos los miembros, grupos, distritos y OSG por su gran cooperación; seguiremos festejando hasta llegar al mes de agosto de 2017.

Tuvimos un año de mucho trabajo; los comités de CCP, Información Pública e Instituciones están trabajando en los proyectos para estar presentes en los medios de comunicación, participando en congresos, mesas de difusión, haciéndolo también miembros de grupos y distritos en el interior del país.

Es un trabajo de todos que Al-Anon siga creciendo; muy pronto tendremos nuevamente la difusión en TV, eso hará que se necesiten servidores para las líneas telefónicas, como lo hicimos en otros años. No hemos podido concu-



rrir a la Risga, pues la recaudación no ha sido suficiente.

Tendremos la participación en la Conferencia de Uruguay en el mes de noviembre, enviando a un miembro de la Junta de Custodios, como ellos también lo hacen concurrendo a nuestra Conferencia.

Ha sido un año intenso, con cambios, con desafíos, con mucha actividad. Al-Anon tiene

que desarrollarse en toda su estructura acorde a los tiempos que corren: ésta es nuestra Misión y Visión. Trabajemos para tener grupos más fuertes y con voluntarios dispuestos a llevar el mensaje donde se necesite.

Los invitamos a compartir con nosotros la reunión para despedir el año juntos, el viernes 16 de diciembre a las 16,30 horas, con paquetito.

A cada uno les damos las gracias, les deseamos felicidades y buenos augurios para el comienzo del año 2017.

## En el año del 50° aniversario de Al-Anon en Argentina, bajo el lema: "En el servicio crezco y me recupero"

Queridos miembros de Al-Anon y Alateen:  
Es un placer dirigirme a ustedes en esta época, cuando estamos llegando al final de un nuevo año, en el que trabajamos arduamente, sin prisa pero sin pausa. Éste es el momento en el que la mayoría de nosotros hacemos un inventario personal y de servicio para ver todo lo que concretamos y qué cosas nos falta hacer; por nosotros y por Al-Anon.

Llegamos hasta aquí con muchos sueños, con algunos compromisos y algunos resultados favorables. No todos nuestros proyectos pudieron concretarse, por diferentes motivos. Lo importante es que seguimos trabajando por Al-Anon.

Con la ayuda de nuestro Poder Superior podremos llevar adelante nuestro Mensaje de Amor y Esperanza, que alguna vez recibimos, a aquellas personas que lo necesitan y que aún no nos conocen.

Tenemos proyectos para el próximo año, necesitamos el compromiso de nuestros miembros para poder llevarlos a cabo. En la OSG siempre recordamos que nuestra hermandad siempre respondió cuando le pedimos ayuda; sin duda esta vez no será diferente.

Necesitamos servidores en nuestros Comités, en nuestros distritos y en nuestros grupos; necesitamos el Cuarto Concepto en acción en cualquier lugar del país donde nos encontremos.

Los proyectos de Al-Anon/Alateen sólo se podrán concretar con la participación de cada uno de sus miembros.

No quiero despedirme sin rogarle mi Poder Superior que nos conceda a todos la gracia de poder despedir este año con Serenidad, salud y el Amor de nuestros seres queridos. Recibamos al año 2017 con la convicción de que estamos donde debemos estar, trabajando en lo que nos corresponde con la responsabilidad necesaria como nos pide Al-Anon/Alateen.

Que el Poder Superior los ilumine y acompañe siempre, y les conceda muy felices fiestas junto a sus seres queridos.

"Gran Espíritu, ayúdame a no juzgar nunca a nadie hasta que haya caminado con sus mocasines." (Oración de los indios sioux. *Valor para cambiar*, pág. 197)

Gladys V.





## 50° aniversario de Al-Anon

En el marco del festejo del 50° Aniversario de Al-Anon en

Argentina tuvimos la oportunidad de desarrollar una jornada informativa para profesionales en el Salón Dorado de la Legislatura Porteña de la CABA, donde se nos reconoció como una institución de interés social, con una concurrencia de 160 personas.

El día 20 de agosto se realizó un festejo y brindis en el Hotel Abasto con una concurrencia que superó nuestras expectativas. Con gran alegría disfrutamos de la presencia de las es-

tructuras vecinas de Uruguay y Paraguay, como también de miembros del interior del país. Contamos también con la presencia de Zulema S. a quien se le hizo un presente.

¡Agradecemos profundamente la asistencia y participación de TODOS por festejar estos 50 años de vida junto a nosotros!

Como no somos perfectos, y el Cuarto Concepto nos dice que “La participación es la clave de la armonía”, los invitamos a que se sumen para continuar trabajando en el cierre de estos 50 años para agosto de 2017.

Con amor en el servicio  
*Comisión del 50° aniversario*

## Nuestro jardín

La cofundadora de Al-Anon Lois W. nos hablaba de los distintos jardines y de cómo todos podrían ser hermosos si se usaban las herramientas correctas con amor y dedicación por sus jardineros, y de cómo un jardín con tierra fértil pero descuidada por desidia, desamor o egoísmo muy pronto se convertiría en terreno invadido por la mala hierba.

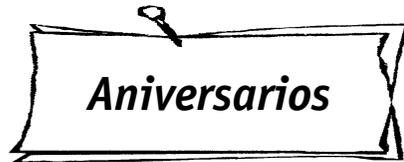
Releyendo el Informe de la CSM 2008, un delegado cita nuevamente el jardín y hace un paralelo entre éste y Al-Anon/Alateen. Él mira los inicios de esta comunidad, cuando todavía era pequeña y unos pocos voluntarios podían hacerse cargo; gracias a ellos, a su trabajo y dedicación, el jardín se agrandó, hoy se necesita que todos colaboremos en su mantenimiento y debemos alentar a otros para que sean Fieles Servidores, una conciencia informada que con el uso de los principios del programa pueden evitar que las plantas invasivas, las malezas avancen y nuestro jardín pueda seguir dando abundantes frutos.



La Primera Tradición nos recuerda que el principio de la humildad nos permite anteponer el bien común de todos a los personales; si no

acatamos esta Tradición, Al-Anon y Alateen en su conjunto se pueden ver perjudicados. Creo firmemente que los vínculos que nos da el servicio pueden construir puentes para mejorar nuestro jardín y atacar por todos los flancos las debilidades y malezas que se presentan; como los jardineros, debemos utilizar toda herramienta tecnológica que nos brinda el momento, o podemos hacer como el avestruz, que ante un fuerte fenómeno climático mete la cabeza bajo la tierra hasta que amaine el temporal o empezar a apadrinar a los nuevos y más débiles y cumplir con eso que nos dice: “Nuestro bienestar común debiera tener la preferencia; el progreso individual del mayor número depende la unión”. Que empiece por mí.

*Bienvenida del Coordinador del Seminario de Servicio Regional - Región Centro - Octubre de 2016*



### ¡¡FELICIDADES!!

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

**25 años**

**14 de agosto**

**Grupo “Volver a Empezar”  
Brinkman (Cba.) - Dtro. Rafaela**

\*

**10 años**

**10 de agosto**

**Grupo “Brisa”  
Distrito Sudoeste**

\*

**5 años**

**10 de agosto**

**Grupo “12 Pasos de Libertad” (HA)  
Distrito Sudoeste**

\*

## Reflexiones



CRECE MI CAPACIDAD DE RELACIONARME CON OTRAS PERSONAS CUANDO LES PERMITO SER EXACTAMENTE COMO SON. EL MEJOR REGALO QUE PUEDO DARMÉ A MI MISMO ES MI PROPIA ATENCIÓN.

Extraído de *Valor para cambiar*, pág. 79



## COMITÉ ALATEEN

Nos seguimos reuniendo en la OSG con las reuniones agendadas:

- 10 de diciembre: Reunión con coordinadores de Comité Alateen de Distrito, de 10 a 12 horas.

El Comité Alateen ha presentado tema en el SSR 2016 con mucha participación, así que nos encontramos muy contentos.

Invitamos a todos los miembros Al-Anon interesados en Alateen a acercarse al Comité Alateen de la OSG o al Comité Alateen de su respectivo



distrito para que esta llama no se apague y los miembros jóvenes de nuestras familias puedan recibir ayuda.

“Un padrino Alateen es un miembro adulto responsable de Al-Anon que asiste

a reuniones Al-Anon con regularidad, y ayuda a los miembros Alateen a mantenerse concentrados en el programa Al-Anon.” (Guías de Seguridad Alateen).

**¡Juntos podemos lograrlo!**

**Jornada Alateen: El sábado 26 de noviembre los esperamos a todos los miembros de Al-Anon y Alateen en esta Jornada organizada por el Comité Alateen de nuestro distrito.**

**Lugar: Conesa 2224, barrio Belgrano.**

**Horario: de 13 a 16 horas.**

**Tema: ¿Cómo podemos colaborar con Alateen?**

**¿Te lo vas a perder?**

## Madrinas Alateen agradecidas



Es nuestro deseo compartir con Al-Anon la gratificante experiencia que significa para nosotras ser madrinas de Alateen.

Estamos convencidas de que nuestros miembros Alateen obtienen muchos beneficios analizando y poniendo en práctica el contenido de nuestra literatura, y planificando y coordinando sus reuniones.

Ellos crecen adquiriendo fortaleza para enfrentar las situaciones que genera el contacto con el alcoholismo y aceptando lo que les toca vivir; de esa forma cambian sus actitudes, alentando así la esperanza de una vida mejor.

*Madrinas de Grupo Alateen “Luz de Esperanza”*



## COMITÉ DE CONFERENCIA

**Libertad para servir, oportunidad para crecer.  
¿Cómo mantener la unión en el distrito?**

Es fundamental mantener la unión para fortalecer el servicio en el distrito. Evitar malentendidos, no dejar pasar los problemas, hablarlo y tener también reuniones de conciencia. Aprender que un servidor puede cometer un error; saber perdonar y perdonarse.

Un buen líder debe ser un buen mediador y permitir las diferentes opiniones en todos los niveles de servicio. No tener miedo al cambio de ideas, ya que Al-Anon es flexible y nada es impuesto.

Tener presente que el bienestar común es la prioridad, y que el trabajo en conjunto es la base de un equilibrio.

Asumir que en el grupo todo es espiritual, y en el Distrito a veces comienza a surgir el ego y pueden aparecer actitudes que creíamos superadas



(Tema desarrollado durante la XVII CSN en Mesas de trabajo).

El Comité de Conferencia saluda a toda la hermandad deseando que todos tengamos unas Felices Fiestas y que podamos seguir unidos y con amor en el servicio.

## La alegría de un grupo nuevo



En una reunión abierta de AA el mensaje de un adolescente miembro de Alateen y su madrina dejaron estimulados a los miembros de AA y al cura párroco del lugar para que se pueda abrir un grupo Al-Anon; así comenzó el camino. Miembros del distrito dispuestos al esfuerzo abrieron el grupo un 15 de febrero de este año (2016). Fueron acompañados por otros compañeros y ya en la primera reunión se votó el nombre. Muy despacito y pacientemente el grupo crece, un miembro que concurre y hace servicio contó que su primera reunión fue hace 20 años allí mismo, y desde la OSG comentaron que también funcionó en un tiempo Alateen.

Dejamos en las manos del Poder Superior a nuestro grupo, que nació por una cadena de gratitud, mientras hacemos lo que nos corresponde: intentar practicar los Doce Pasos con alegría.

*Los miembros del Grupo Al Anon “Gratitud”, Distrito General Paz*



## COMITÉ DE PUBLICACIONES

### Nuevos Agrupados

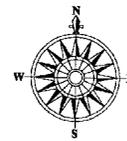
¡No pierdas la oportunidad de adquirir los nuevos Agrupados para disfrutar de nuestra literatura!

Mientras transcurre el año de nuestro 50º aniversario de Al-Anon en la Argentina, nuestro pensamiento se enfoca en cómo acercarnos la posibilidad de que tengan la mayor cantidad de nuestra literatura en su biblioteca. Nuestros libros son para leer, releer, consultar y seguir creciendo con nuestro programa de vida.



Les ofrecemos la lista de cuatro agrupados a un precio promocional de \$150 por dos libros. Por el agrupado N° 5 + \$20 te llevás *Alateen: Examen del 4to. Paso*. El agrupado N° 6 contiene tres libros *Alateen: Examen del 4to. Paso* ¡3 x 1!

Queremos así colaborar para que tengas material de recuperación a tu alcance, para compartir con algún compañero de grupo o simplemente para regalar o regalarte en las próximas fiestas.



## COMITÉ DEL INTERIOR



Con mucha alegría en el servicio queremos compartir que hemos realizado un encuentro en Goya, provincia de Corrientes, el 10 y 11 de septiembre con los grupos de Corrientes y Misiones; también estuvieron presentes compañeros de Paraguay, Santa Fe y Buenos Aires.

El objetivo del encuentro era en primera instancia conocernos personalmente, comenzar a formar lazos más fuertes de comunicación, y posteriormente pensar en la formación de un distrito.

El encuentro resultó enriquecedor para todos y muy gratificante para este Comité. Hemos vivido una experiencia hermosa, fuimos muy bien recibidos por los compañeros del Interior, así que el regreso estuvo lleno de emoción y agradecimiento.

Queremos despedirnos agradeciendo a toda la hermandad y a todos los presentes en el encuentro, ya que esta jornada fue posible gracias a quienes aportan su colaboración en la Séptima Tradición para que Al-Anon continúe creciendo.

Se pueden comunicar con este Comité a través del nuestro mail: [c\\_interior@alanon.org.ar](mailto:c_interior@alanon.org.ar) ¡Muchas gracias!

## Mi experiencia vivida en el Distrito Río de la Plata



“Hay que servir con sencillez y humildad, pero con urgencia y valentía.”

Así trabajamos desde el comienzo de 2016, con la ilusión de tener un distrito con proyectos, sueños y, sobre todo, tener unidos a los grupos que pertenecen a este distrito.

Por lo tanto realizamos talleres mensuales, con temas simples pero intensos; trabajamos con las Tradiciones, con el padrinazgo, madrinas, ahijados; realizamos talleres de oradores, y luego se concluyó con un compartir con Mesas de trabajo y sus conclusiones, cerrando con una interpretación del folleto *Un carrusel llamado negación*.

En esta jornada contamos, y agradecemos, la presencia de miembros de la OSG, quienes nos alentaron con su participación.

Mi conclusión personal es que no tenemos que bajar los brazos ante las dificultades, debemos recordar que la mano del Poder Superior está acompañándonos y necesitamos seguir trabajando para que Al-Anon/Alateen esté presente en cada hogar que necesite de nuestra ayuda.

Un abrazo en el servicio

Susana F.

## ¡Goya: allí estuvimos!



Sí, estuvimos allí con la coordinadora de Información Pública, la coordinadora y secretaria del Comité del Interior y con el coordinador del Comité de Seminarios de Servicio Regionales.

Compartimos experiencias con respecto a la comunicación y difusión de nuestro programa en diversos ámbitos y, por lo tanto, diferentes maneras de llevarlo a cabo.

Estuvieron presentes la custodia regional de la Región Norte y miembros de Al-Anon de Paraguay. Cada uno de los presentes entregó su experiencia y su anhelo de progresar en el servicio de difundir con amor y conocimiento. Se puso el acento en la difusión a través de la radio y la “difusión a distancia”.

Pudimos observar el interés de los miembros que residen allí. El esfuerzo que hacen, más allá de las dificultades que puedan presentarse, sobre todo debido a las grandes distancias. Pero como hay cercanía a través de la comunicación, con amor y esperanza se puede ver el progreso en nuestro propósito de difundir.

Por todo lo vivido, pese al poco tiempo que pudimos estar, les decimos de corazón ¡Gracias Goya!

Mirta C., p/ Aldo, Rosa, Mirta G. y Yamila

## El servicio me ayuda y me enriquece

¡¡Llegamos a los 50!! ¡Nuestras Bodas de Oro! Como miembro de Al-Anon, me costó mucho tiempo entender que este programa era para mí, hacer cambios de actitud, tomar responsabilidades, cambiar las cosas que no podía cambiar; pero pude llegar así a mi recuperación, empezando a hacer servicios dentro de los grupos, el distrito, asistir a la Conferencia como delegada y colaborar en la OSG, haciendo un caminito de hormiga, un servicio de aprendizaje como todos.

He tomado mis servicios con mucha responsabilidad y alegría, aprendí que uno los hace con mucho amor y comprensión; sé que hoy estoy acá y mañana vuelvo otra vez a hacer el café dentro del grupo.

Los servicios no tienen títulos, siempre hay cosas nuevas que aprender, es como empezar el jardín de infantes, luego la primaria, la secundaria, la terciaria y tratar de ir perfeccionándose.

Lo que puedo decir de Al-Anon es que hacer servicio fue parte de mi recuperación. Gracias a la persona que, desde el lugar donde esté, me está acompañando, y que me dijo “nunca dejes a Al-Anon, sos otra persona”. Esas palabras

fueron mucho para mí, sé que sigue a mi lado junto a mi Poder Superior, y los dos me van guiando.

Gracias Al-Anon, Gracias Zulema, Gracias grupos, Gracias distrito, Gracias OSG, Gracias a mis padrinos, Gracias, mil gracias compañeros por existir, somos una gran familia mundial.

Que estos 50 años sigan floreciendo como hasta ahora por muchos 50 más.

Con amor en el servicio

Marta R.



## Reflexiones

CON LA GUÍA DE LA ORACIÓN DE LA SERENIDAD, LOGRAREMOS ALGO DE ESTABILIDAD AL DESPRENDERNOS DE LO QUE NO PODEMOS CONTROLAR Y AL CENTRAR LA ATENCIÓN MÁS FIJAMENTE EN LO QUE PODEMOS CAMBIAR DENTRO DE NOSOTROS.

Extraído de *Descubramos nuevas opciones*, pág. 57

## Reuniones de principiantes

En 2014 el Grupo “Alberti” puso en marcha, como prueba piloto, recibir a sus recién llegados a través de una serie de reuniones especiales, denominadas “para principiantes”. Consiste en seis reuniones para presentarles a los recién llegados el programa de Al-Anon, coordinadas por cuatro miembros designados en reunión de trabajo, y que todos los meses brindan sus informes al grupo.

Vemos que el setenta por ciento de las personas que llegaron desde ese año a nuestro grupo hicieron las seis reuniones para principiantes, y sabemos que muchos permanecen en Al-Anon, tanto en nuestro grupo como en otros.

En la actualidad dos adolescentes que hicieron las seis reuniones de principiantes concurren al grupo Alateen, y otro miembro hoy realiza servicio en el grupo para principiantes.

Hemos empezado a pedirle a nuestros principiantes que compartan sus experiencias escribiéndolas, y la verdad es que nos sorprendemos gratamente de ver cuánto les sirve esta clase de reuniones, sobre todo a través de lo que ellos mismos cuentan.

Una pregunta que nos hacíamos muy frecuentemente era ¿por qué no se quedan los recién llegados? Y en respuesta a esta pregunta comenzamos con esta prueba piloto. Hay mucho más por hacer, esto es un comienzo y ojalá muchos más se contagien y podamos ser más grupos los que tengamos reuniones para principiantes.

GRUPO ALBERTI- MAR DEL PLATA

## Ahora tengo esperanza

Hace más o menos dos meses que concuro. Llegué a Al-Anon por sugerencia de una amiga. Si bien tengo fe, y rezaba poniendo todas mis preocupaciones en manos de Dios, me di cuenta de que necesitaba aplicar el dicho: “A Dios rogando y con el mazo dando”; que tenía que actuar de alguna manera para calmar mi ansiedad, mi actitud; que era obsesiva, controladora y agresiva.

La reunión con personas que habían pasado o aún pasaban por lo mismo me consoló, me ayudó a calmarme, a darme cuenta que yo no era la causante de que mi marido tomara de esa forma. Tampoco tenía que controlarlo, sólo debía alcanzar la serenidad para poder ayudar. Eso lo comprobé enseguida en casa: cuando yo estoy calmada todo anda mucho mejor. Siempre hay altibajos, pero esas reuniones (sobre todo las del comienzo, las de principiantes) me levantan el ánimo y me dan fuerzas.

Sobre todo le confío el poder a Dios y sé que él nos va a ayudar; siempre trato de tener el corazón abierto para comprender que la del alcohólico es una enfermedad, y así se lo transmito a mis hijos. Soy católica, y sé que cada uno tiene que aceptar la cruz que le toca, con paz y alegría.

Tengo esperanza en que esto mejore y mi marido se recupere. ¡Gracias!

María

GRUPO “ALBERTI”, MAR DEL PLATA

## Charla en San Nicolás de los Arroyos

Con el servicio de las coordinadoras de los Comités del Interior y de Difusión Pública, y la Custodio Regional Norte, se llevó a cabo en San



Nicolás de los Arroyos (Bs. As.) el Primer Encuentro entre familiares y amigos de alcohólicos a fin de aunar voluntades para formar un grupo Al-Anon en la ciudad.

El Grupo AA, que funciona en la Parroquia de San Cayetano, organizó el evento que consistió una charla de presentación de Al-Anon.

El panel estuvo integrado por dos representantes de AA y las tres servidoras de Al-Anon, quienes hicieron la

presentación de la institución además de dar sus testimonios personales.

Posteriormente los asistentes compartieron un ágape a la canasta, donde se pudo compartir e intercambiar informalmente muchas experiencias.

Quedó establecido un compromiso de ayuda y apadrinamiento para la formación del grupo, con los familiares interesados, previa fijación de horario y lugar de funcionamiento, tal como es nuestro compromiso: "Cuando alguien, dondequiera que sea pida ayuda, que nunca falte allí la mano de Al-Anon y Alateen, y que empiece por mí".

*Elsa C.*

## Sentí pertenencia y agradecimiento



Cuando llegué a Al-Anon nunca imaginé poder participar de los festejos de los 50 años de esta hermandad

Llegué como muchos, triste, aislada, decepcionada, gris por dentro. Me encontré con un grupo de personas cálidas que me recibieron y reconfortaron. Al poco tiempo empecé a participar visitando grupos, yendo a aniversarios, haciendo servicio... Empecé a escuchar hablar sobre Zulema, la fundadora de Al-Anon en Argentina, y tuve el placer de conocerla.

De a poco me fui dando cuenta que pertenecía a algo grande, que iba más allá del grupo que me había recibido.

Haber participado en los festejos de los 50 años fortaleció esos sentimientos de pertenencia y agradecimiento a los miembros Al-Anon de ayer, a los de hoy y a los de mañana, que estuvieron, están y seguirán estando sosteniendo esta hermandad de amor y esperanza, para que cuando alguien lo necesite siempre este allí la mano de Al-Anon/Alateen, y que empiece por mí

Con amor en el servicio

*Sonia R.*

GRUPO "SOLANO", DTO. ROSARIO

## Recuperándome con el servicio



Después de deambular por iglesias, curanderos y otros lugares en busca de no sé hoy todavía qué, en un 31 de diciembre de 2007 mi vecino atenta contra la vida de su esposa. Ahí comencé con dos amigas a formar un grupo para la violencia familiar; la mayoría de los asistentes venían con problemas de violencia y alcohol.

En esa época un amigo comienza su recuperación en AA y su esposa en Al-Anon, en otra ciudad; yo desconocía por completo qué era eso. En nuestros encuentros familiares salió el tema de los grupos a los que ambas mujeres asistíamos, pero yo aún así no encontraba mi lugar; hasta que un día mi amiga me acerca folletos de Al-Anon para que distribuya entre las señoras que tenían problemas de violencia y alcoholismo. En mi ciudad todavía no había un grupo de Al-Anon, pero sí de AA, con quienes me había contactado.

Cuando comencé a leer los folletos, ¡Oh, sorpresa! Me los devoraba por la información y las experiencias que leía. Llamé a mi amiga y organicé una convocatoria de gente para escuchar sobre el tema, y es así que el 29 de abril de 1999 comenzamos con el Grupo "Volver a Empezar", nombre que salió de todas las que asistíamos. Recién me di cuenta de que estaba rodeada de alcohol y que nunca lo había visto.

Fue y es muy dura mi recuperación, porque mis familiares jamás se reconocieron y reconocen como alcohólicos, pero el problema existía, existe y existirá, pero yo sigo por mí y para acompañar a quienes no puedo dejar, que son mis familiares de sangre.

En todos estos años he prestado infinidad de servicios, hoy soy coordinadora del distrito, me encanta, y con ellos he crecido muchísimo.

Mi tan amada Oración de la serenidad, y el programa en su conjunto, me acompañan en cada minuto de mi vida y hace que estos servicios me den paz, alegría, y que los pueda transmitir a lo largo de las distintas actividades diarias.

Gracias, infinitas gracias, hoy estoy cumpliendo un servicio de guardia y como no vino nadie el Poder Superior me iluminó para poder transmitir mi mensaje de eterno agradecimiento a Al-Anon.

Yo voy, por los años que Dios, Poder Superior, me dé de salud en Al-Anon, con alegría, que sí se puede y que empiece por mí.

¡¡Felices 50 años Al-Anon en Argentina!!!

*Mirta S.*

DISTRITO RAFAELA



## Reflexiones



SON NUESTRAS ACTITUDES, NO NUESTRAS RELACIONES, LO QUE NOS PUEDE DEJAR ATRAPADOS EN EL PASADO...

Extraído de *Descubramos nuevas opciones*, pág. 171

## Necesito a Alateen y Alateen me necesita

Al poco tiempo de ingresar a los grupos Al-Anon me invitaron a una Jornada Alateen, para festejar los 40 años de Alateen en el mundo. Fui por curiosidad, yo todavía no entendía nada sobre el programa; allí encontré muchos adolescentes que trabajaban con mucho entusiasmo y alegría en Mesas de trabajo sobre Pasos, Tradiciones y Lemas. Me impactó la fuerza y alegría de esos jóvenes, entonces pensé que a mí me gustaría tener un poquito de esa energía, pues yo estaba muy triste. Gracias a mi curiosidad y a mi Poder Superior comencé pronto a hacer servicio y pregunté a mi madrina qué necesitaba para trabajar por Alateen; me respondió que tenía que tener conocimiento y práctica de los principios del programa Al-Anon.

Concurrí durante un año al Comité Alateen del distrito para aprender cuáles eran las responsabilidades de una madrina Alateen. Cuando me avalaron, primero en mi grupo madre y luego en el Comité Alateen del distrito, estaba con mucho miedo, me parecía que no iba a saber qué hacer con los jóvenes. Comencé el servicio acompañada con una colaboradora y ahí entendí la diferencia: la madrina necesita tener el programa incorporado para poder ofrecer a los jóvenes, y ellos encontrar sus propias soluciones.

Este es el servicio que más me ayudó en mi recuperación, tuve que concentrar toda mi atención en practicar el Anonimato, la Paciencia, la Tolerancia; escuchar y sobre todo ser muy responsable y tener buena comunicación con mi compañera y los jóvenes, y así formar un buen equipo de trabajo.

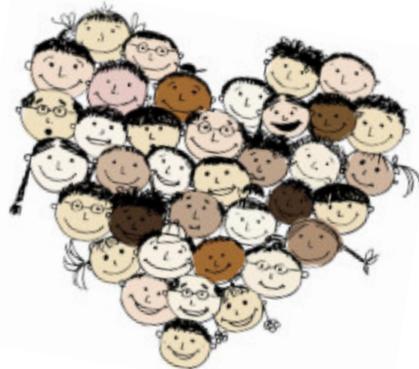
¡Pasaron tan pronto esos tres años! Yo quería seguir pero debía dejar ese espacio para que otro miembro tuviera la experiencia de la cual yo estaba contenta; me ofrecieron otro espacio para seguir trabando por Alateen y seguir aprendiendo que sin madrinas no pueden funcionar los grupos Alateen. Hay otros espacios para trabajar por este servicio tan importante y necesario.

Personalmente creo que en este servicio se manifiesta el Amor incondicional del que nos habla el programa; lo mejor que podemos hacer es compartir esta filosofía de vida con los jóvenes que estén afectados por el beber de otra persona.

Cuando me comprometo en la labor del servicio, me doy cuenta de que hay miles de grupos y muchachos alrededor del mundo que procuran practicar el mismo programa que yo. Si todos nosotros tratáramos de ayudarnos mutuamente, seríamos mucho más fuertes.

Necesito a Alateen y Alateen me necesita. Hoy podemos tener un mundo mejor. Juntos podemos lograrlo. (Alateen: un día a la vez, pág. 58)

Ex madrina agradecida



## 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 febrero a octubre de 2016.

- **Distrito Alte. Brown y Grupos:** Nueva Esperanza.
- **Distrito Capital y Grupos:** Calidez (HA), Compartir, Construyendo Puentes, Redentor, Villa Crespo, Mediodía, Sólo por Hoy, Belgrano, Loreto (HA), Luz de Patricios, Palermo, Buenas Compañías, Vivencias, Vivir hoy, Vida, Mensaje, Serenidad, Libertad, Unidad, Luz de Esperanza (Alateen).
- **Distrito Centro Este Entre Ríos y Grupos:** 20 de Enero, Villa Elisa, Paraná, Nueva Vida, 5 de Enero, Santa Teresita, Convivir (Chajarí), Esperanza (Gualeday).
- **Distrito Centro Oeste y Grupos:** San Miguel, Merlo, Despertar, Ituzaingó, Lujan, Barrio Argentino, Hacia Adelante.
- **Distrito Córdoba y Grupos:** Centro, Aurora, Amanecer, Renacer, Esperanza, Solo por Nosotros, Fe (padres), Alegría.
- **Distrito de la Costa y Grupos:** Dar y Compartir, Gral. Madariaga.
- **Distrito Gral. Paz y Grupos:** Lugano, Volver a Empezar, Liniers, Valor, Aceptación, Esperanza, Revivir, Génesis, Floresta, Agronomía, Albariño (Villa Luro), Salud, Gratitude.
- **Distrito Integración y Grupos:** De Corazón, Aprendiendo a Vivir, Alberti, Pertenecer, Puerto, Comprensión, Un Camino de Luz.
- **Distrito Noroeste y Grupos:** Villa Tesei, Castex, Martín Coronado, Hurlingham, El Sol.
- **Distrito Norte y Grupos:** Acassuso, Munro, Becar, Olivos (HA), San Isidro, San Fernando, Serenidad, Villa Ballester, Alegría, Florida.
- **Distrito Nuevo Camino y Grupos:** Milagros del Siglo XX, Monte Grande, Peldaño, Tristán Suárez, Florecer.
- **Distrito Rafaela y Grupos:** Sendero de Luz, Serenidad, Volver a Empezar (Brikmann), Volver a Empezar (Esperanza), Nace un Nuevo Día, Volver a Empezar (Sunchales).
- **Distrito Río de la Plata y Grupos:** Serenidad, Fe, La Plata, Convivencia, San Marcos, Solo por Hoy, Esperanza para Hoy, Luz de Esperanza, Mediodía.
- **Distrito Rosario y Grupos:** Casilda, Centro de Vida, Fuente de Amor, Luz del Sur, San Francisco Solano, Socorro, Viamonte.
- **Distrito Sudoeste y Grupos:** Brisa, Crecimiento, Despertar en Al-Anon, Esperanza, Luz y Esperanza, San Justo, Unión y Gratitude, Unión y Serenidad, Sendero de Esperanza. Los Doce Pasos de Libertad (HA) Morón.
- **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 esperanza, Esperanza (Santiago d/Estero), Serenidad.
- **Distrito Unidad y Grupos:** Don Torcuato, Encuentro, Escobar, Fortaleza

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.

(Gral. Pacheco), Volver a Vivir, Mi Lugar, Reencuentro, Amor y Esperanza, Un Día a la Vez).

- **Distrito Villa María y Grupos:** Sabiduría, Amor y Fe.

### **Grupos del Interior:**

- **Grupo Pcia. de Buenos Aires:** Valor para Cambiar (Banfield), Pío XII (Necochea), Pequeño Milagro (Mercedes), Quietud (San A. de Areco), Centro (Bahía Blanca), Nueva Luz (Bahía Blanca).
- **Grupo de Chubut:** Fortaleza (Puerto Madryn).
- **Grupo de Formosa:** Esperanza y Alegría.
- **Grupo de Jujuy:** Catedral.
- **Grupo de Misiones:** Reencuentro (Posadas).
- **Grupo de Neuquén:** Amor, Don Bosco (S. C. de Bariloche), Amor.
- **Grupo de Salta:** Oasis, Semilla de Amor.
- **Grupo de Santa Fe:** Esperanza (Ciudad).
- **Grupo de Tucumán:** Esperanza.
- **Distrito en Formación Cuyo:** Centro (Mendoza), Iluminación (San Luis), Esperanza (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. El número de nuestra Cta. Cte. del Bco. Galicia es 4117-5038-6. 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 depósito o transferencia bancarios, nos aclaren inmediatamente a través de fax, e-mail o llamada telefónica, lo siguiente:

- En qué banco fue hecho.
- 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)**