

Comprensión

269

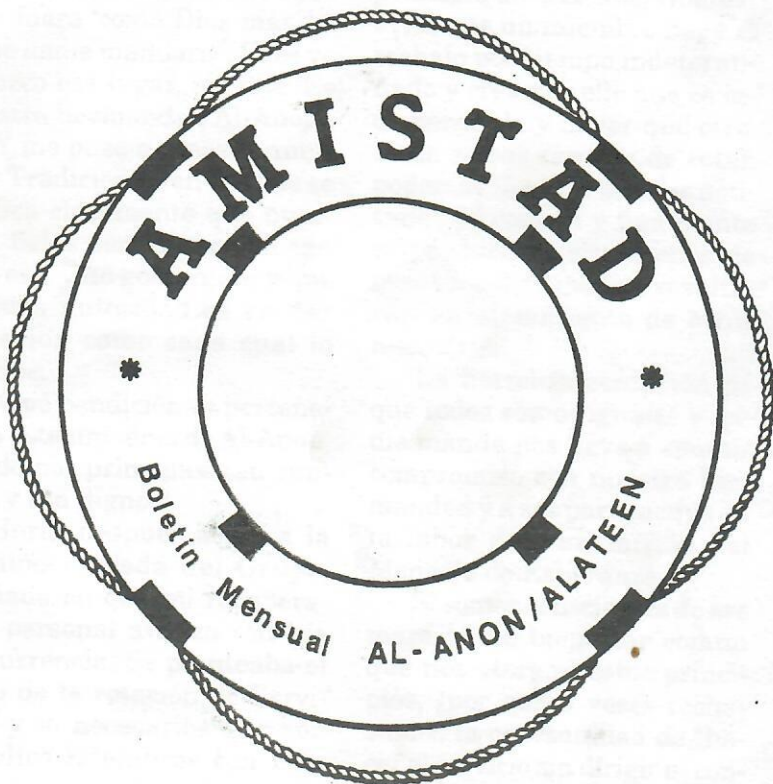
Febrero de 2001

AÑO DEL PADRINAZGO Y DEL AHIJADO

AL-ANON / ALATEEN

50 años en el mundo

35 años en la Argentina



Declaración de Al-Anon

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

Que empiece por mí

Febrero de 2001

EDITORIAL

Servir sin controlar

Escuchando música en un tiempo de descanso, oí algunos versos hermosos y uno de ellos decía: "Qué fantástico sería que todo fuera 'como Dios manda' y que nadie mandara". Pues yo conozco ese lugar, me dije. Es nuestra hermandad Al-Anon.

Y me puse a repasar nuestras Tradiciones, en las que se explica claramente que nuestros fieles servidores son tan sólo eso, y no gobiernan, y que nuestra autoridad es un Ser Superior, como cada cual lo concibe.

¡Qué bendición es pertenecer a este universo de Al-Anon, regido por principios tan simples y tan dignos!

Horas después asistí a la reunión cerrada del Grupo, confiada en que mi recuperación personal avanza con esa concurrencia. Se planteaba el tema de la rotación de Servicios, y lo necesarios que son aquellos miembros con más experiencia en los mismos, co-

mo guía para los que recién comienzan. Ocasionalmente, comprobé que utilizar este principio de "fieles servidores" evita que un miembro haga el trabajo por tiempo indeterminado y crea por ello que es indispensable y mejor que otro. Si no somos capaces de rotar, podemos llegar a asumir actitudes de control y finalmente se producirán situaciones de manejo del grupo que resultarán en alejamiento de otros miembros.

La hermosa sensación de que todos somos iguales y nadie manda nos lleva a asumir compromiso con nuestra hermandad y a ser parte activa en la labor de transmisión del Mensaje de Esperanza.

Si somos conscientes de ese maravilloso bienestar común que nos otorgan estos principios, ¿por qué a veces rechazamos la oportunidad de "hacer el servicio sin dirigir ni controlar"?

**Ayuda
memoria**

**Jornadas de Casa Abierta en su O.S.G.:
último viernes de cada mes, a las 17 hs.
¡Acércate y participa!**

RINCÓN DE NUESTRA OSG

Compartamos nuestra Casa Abierta

En el Boletín Amistad del mes de enero se publicó el diagrama de las reuniones de Casa Abierta a realizarse en nuestra OSG, los últimos viernes de cada mes a las 17 hs.

Ya hace años que la Oficina y los distintos Comités "abren las puertas" a todos los compañeros que quieren conocer cuál es y cómo se realiza el trabajo de los Comités Permanentes y de la OSG.

Es una oportunidad de acercarse y conocer nuestra "casa" y las distintas actividades que desarrollan los

servidores que, con tanto amor y vocación de servicio, colaboran en la misma.

No siempre nos sentimos acompañados, pero también podemos comentar que hay compañeros que gracias a su llegada a esta Casa Abierta, han iniciado su servicio en la hermandad.

También queremos recordarles que continuamos preparándonos para el 3er. Seminario de Servicio Regional, que se realizará el 21 y 22 de abril del 2001, en la Casa Santo Domingo Savio, sita en Cisneros 855 de la localidad de Ramos Mejía.

Recordatorio

Agradeceremos que, en casos de compra de literatura o aportes, cuando realicen una transferencia por giro postal o a través del Banco de Galicia a la cuenta 109/6 - 175/5, nos lo comuniquen por fax.

REUNIÓN CON LOS REPRESENTANTES DE DISTRITO EL 08/11/2000 EN LA OSG

La reunión se llevó a cabo con la presencia de los Distrito de: Almirante Brown, Río de la Plata, Centro Oeste, Mar del Plata, General Paz, Capital, Sudoeste y Sur, miembros de la OSG y del Comité de Conferencia. Se leyó y analizó el Cuarto Concepto. Se resaltó la importancia de que los servidores cumplan su función formando un equipo de trabajo en un clima propicio, con excelente comunicación.

CENTRO OESTE: Tienen dos reuniones mensuales. Leen el Concepto y la Tradición correspondientes al mes. Visitan los grupos. Tienen Comité Alateen y un Grupo Alateen.

CAPITAL: Comenzaron a visitar los grupos la RD y Sub-RD. Explican que es la OSM, la OSG, cómo se inició el Distrito y toda otra información importante. Información Pública e Instituciones están tra-

bajando con las escuelas y tienen reuniones con los padres. En cada reunión de Distrito les dan una cartita a los RG y el día de la reunión van una hora antes. Hacen guardias en los Hospitales Fernández, Clínicas, de Niños. Charlas y difusión en el Clínicas y Durand. Destacan la importancia de una persona encargada de la literatura para su difusión. Organizaron un taller de Coordinación en la Iglesia del Carmelo.

NORTE: Tienen cuatro reuniones de Distrito, y cinco si hay quinto lunes. El RD asiste a todos los comités. La venta de literatura en el Distrito está funcionando muy bien, se realiza en otra aula. Organizaron por separado un Taller de Oradores para reuniones abiertas y cerradas. Tienen una Guardia Institucional de Alateen en Florida. Consideran que deben usar la

Recordatorio

**La próxima reunión con los Representantes de Distrito se realizará el 13 de marzo a las 16 hs en la OSG.
Se tratará el Noveno Concepto.**

creatividad al servicio de Al-Anon para generar proyectos.

SUR: Tienen dos reuniones. Visitaron varios grupos, tienen Comité Alateen y tres grupos Alateen.

GENERAL PAZ: Recorre los grupos con la Delegada y otro miembro. Tienen veinticinco grupos y asisten al Distrito once a catorce grupos. Igualmente les envían el Boletín Amistad a los grupos que no asisten a Distrito y todo el material que envía la OSG con una notita. Tienen dos grupos que algunos días no funcionan. Funciona el Comité Alateen y un grupo Alateen y una guardia en el Hospital Pirovano. Venden literatura y visitan escuelas, radios barriales, distribuyen afiches en los barrios, etc.

MAR DEL PLATA: Realizan dos reuniones de Distrito. El Comité Alateen visitará los grupos. Están reorganizando los Comités de Instituciones e Información Pública. Tienen un grupo institucional. Tuvieron charlas en el Hospital Regional con veintiocho médicos.

Se habló de los miembros problema y del estudio de los Conceptos y las Tradiciones para resolverlos. Se recordó el último Encuentro de la Re-

gión Centro en Rafael Castillo el 3 de diciembre.

CENTRO OESTE: Tienen dos reuniones mensuales. Leen el Concepto y la Tradición correspondientes al mes. Visitan los grupos. Tienen Comité Alateen y un Grupo Alateen.

ALMIRANTE BROWN: Tiene dos reuniones mensuales y escasa concurrencia en los grupos. Continúan con la Campaña en las Escuelas y el proyecto de impulsar Alateen, del que ya se abrieron dos grupos.

SUDOESTE: La Representante de Distrito trabaja con la Delegada y Subdelegada. Siempre visitan los grupos y se acercan con amor y comprensión. Tienen Comité Alateen y un grupo Alateen. Van a las escuelas, comisarías, salitas y otros. Consideran positivo premiar a los servidores.

RIO DE LA PLATA: El distrito cuenta con el Comité Alateen y dos grupos Alateen. Necesitan madrinas. El 18 de noviembre se realizó la reunión del Comité Permanente Alateen. Los miembros necesitan tomar conciencia de la necesidad de servicio y el cumplimiento de la Séptima Tradición.



INFORME RISGA 2000

Entre los días 4 y 5 de octubre del 2000 se desarrolló en Essen, Alemania la 10ª Reunión Internacional De Servicios Generales Al-Anon (R.I.S.G.A) bajo el lema "El futuro de Al-Anon nuestra responsabilidad".

Las estructuras participantes fueron: Alemania, Argentina, Australia, Bélgica, Brasil, España, Estados Unidos y Canadá, Finlandia, Francia, Holanda, Islandia, Italia, Noruega, Nueva Zelanda, Polonia, Reino Unido e Irlanda, Sudáfrica y Suiza.

El propósito de esta Reunión es compartir experiencias de las diversas Oficinas de Servicios Generales alrededor del mundo por medio de sus Delegados, propender el fortalecimiento de las Estructuras de Servicio, conjuntamente con la Unidad entre las mismas por medio de la aplicación de las Tradiciones. También se la puede concebir como una Reunión de Conciencia de Grupo a nivel mundial. Asimismo, esta Reunión está dedicada a propiciar el objetivo primordial de Al-Anon hacer llegar el mensaje a los familiares y amigos de los alcohólicos.

Durante el transcurso de la R.I.S.G.A se trabajó con gran intensidad. Los temas asignados con anterioridad a las diferentes Estructuras, fueron tratados en las siguientes reuniones plenarias:

- Evolución de nuestras Estructuras - Italia
- Comunicación entre Estructuras - Argentina
- Tecnología y nuestras Tradiciones - Australia
- El futuro de Al-Anon: nuestra responsabilidad - Noruega
- Servicio a los Profesionales - Canadá
- Servicio a los Grupos y Areas - Reino Unido e Irlanda
- Comunicación desde la Estructura - Islandia
- Nuestra Estructura de Servicios 11º Concepto - España
- Internet - Brasil

En próximos Boletines seguiremos informando sobre los temas tratados.

INFORME DE LA CUSTODIO REGIONAL DE LA REGIÓN NORTE

1) **Encuentros regionales los dos años intermedios a los seminarios:** Según lo votado en la ciudad de Concepción del Uruguay, no se realizará un único encuentro, sino que, dada la gran extensión y los costos que el traslado implica para cada miembro que deseara asistir, cada Distrito participará y/u organizará encuentros abarcando zonas próximas, de libre elección (Ej.: Litoral, Noroeste, Cuyo, Sierras Pampeanas) invitando, claro está, a toda la Hermandad. Esto permitirá la asistencia de más miembros de cada lugar, dado que hasta el presente asistieron sólo 1 o 2 miembros de las provincias más alejadas, o ninguno. Así también, los dineros de cada distrito podrían destinarse a servicios de apoyo en grupos dispersos en sus zonas de influencia, en vez de costear gastos de sus Delegados a lugares tan distantes.

2) **El Seminario:** Será la oportunidad que todos los distritos y grupos de toda la Región Norte expongan a sus pares y a miembros de la OSG sus inquietudes y logros y, la OSG, a través de sus miembros asistentes, expondrá sus servicios y su función para beneficio de la hermandad. El intercambio de experiencias de servicio fortalecerá nuestra recuperación, unidad y servicio.

3) **Asamblea de elección del Custodio Regional:** Se realizará el día previo al inicio del Seminario. La decisión está sustentada en la conveniencia económica en dinero y tiempo para los distritos, evitando doble gasto en el traslado de sus Delegados. Las instancias previas a la Asamblea pueden realizarse vía telefónica, fax, e-mail o correo, dado que hoy resulta simple y más económica la comunicación rápida y eficaz de asuntos administrativos. El día previo, creímos da lugar para entrevistas con los candidatos y la posterior elección, si los Delegados hacen de la comunicación el medio para que los Conceptos estén presentes.

A los Delegados y Representantes, gracias por participar; a los que delegaron tal representación, gracias por apoyar la labor de aquéllos.

A todos, cualquier inquietud, duda o sugerencia sera bien recibida y respondida. *La participación es la clave de la armonía.*

Diana D.

C.R. de la Región Norte



COMITÉ DE PRESUPUESTO

Estimados Tesoreros de Distritos:

Les recordamos que la reunión se realizará el viernes 2 de marzo a las 16 hs en nuestra OSG, Av. Pte. Roque Sáenz Peña 825, 5º piso.

Además les informamos las fechas de las próximas reuniones planificadas para este año:

- Primer viernes de junio (1/6/2001)
- Primer viernes de septiembre (7/9/2001)

- Primer viernes de diciembre (1/6/2001)

Para mantenernos comunicados, sería de suma utilidad tener algún teléfono de ustedes donde podamos llamarlos para cualquier tema relacionado con este Servicio. Por favor, comuníquense con nosotros a la OSG, Tel.: 4326-3389.

Muchas gracias y hasta pronto.

*Haydeé R.
Tesorera*

✶ **“Nos interesa tu participación”.
¡Gracias por compartir tus experiencias!**



Cuando llegué a Al-Anon mi estado anímico estaba totalmente destruido. Me sentía sola y desorientada. Me sorprendió el cariño de la gente, el valor que me transmitían y que a pesar de lo que les pasaba estaban bien.

A medida que transcurría el tiempo y a pesar de mis altibajos, sentía que mi vida mejoraba. Comencé a entender a los demás.

Creo que mis cambios comenzaron a notarse cuando logré entender la literatura. ¡Es tan completa!

Uno de los folletos que más me ayudó fue *Un carrusel llamado Negación*.

Beatriz V.

Grupo “Aprender a Vivir”

COMITE DE SEMINARIOS DE SERVICIO REGIONALES (CSSR)



Un Seminario de Al-Anon es Servicio en acción

2001 - 50 aniversario de Al-Anon en el mundo y 35 en la Argentina... ¿Te gustaría conocer a la fundadora de Al-Anon en la Argentina? ¿Deseas compartir con tu Custodio Regional? ¿Conocer a los Custodios (Administradores)? ¿Compartir tus experiencias con los Coordinadores de Comités Permanentes? ¿Vivenciar la experiencia de las Delegadas Internacionales, del Secretario General, de los miembros que colaboran silenciosamente en nuestra OSG?

El 21 y 22 de abril de 2001 tendrás la hermosa oportunidad de compartir durante reuniones plenarias, talleres, almuerzos, cena y pausas con todos los miembros presentes. No te lo pierdas, es una oportunidad excelente que se llevará a cabo en el Seminario de la Región Centro, en la Casa Santo Domingo Savio, Cisneros 855, Ramos Mejía. Contaremos además con un Salón para Alcohólicos Anónimos.

Para inscribirte tenés tiempo hasta el 31 de Marzo 2001.

Informate con **Norma**: 4690-1592, **Rita**: 4628-9099 o **Francisco**: 0220-494-7080, de lunes a viernes de 21 a 22 hs. o en la OSG todos los viernes de 15 a 17,30 hs.

Recordatorio

El 4 de marzo 2001 se reunirá la Región Centro, a las 14,30 hs, en Juncal 320, Merlo, para presentar los Currículum de los candidatos a Custodio Regional. La Asamblea de Elecciones se realizará el 25 de marzo.

Recordatorio

Agradeceremos que cuando realicen una transferencia por giro postal indiquen siempre y muy claramente a qué debe acreditarse dicho importe, sea compra de literatura, aportes, etcétera.

XVI Conferencia de Servicio Nacional

Informes de la relación entre el Delegado y el Distrito que representa

CENTRO OESTE: Es su primer año. El Delegado anterior visitó la Secretaría de las Adicciones, en Merlo, la Secretaría de la Mujer, la Minoridad y la Familia. Se pasó el mensaje en el Consejo Deliberante, donde consideraron que Al-Anon es de interés comunal, obteniéndose un permiso de la Municipalidad de Merlo para visitar el hospital y otras dependencias municipales. Se confeccionó una lista de radios para dar el mensaje y se hicieron visitas a los grupos para acercar el informe de la XV Conferencia, incentivarlo y apadrinar a los servidores. El nuevo Delegado recorrió los grupos que antes pertenecían a Gral. Sarmiento. Actualmente funcionan tres. El distrito trabaja bien, se siente acompañado y apadrinado por el Delegado saliente. Están dedicados a la organización del próximo Seminario.

ROSARIO: La Delegada viene por primera vez. Fue elegida para reemplazar a la compañera que renunció hace un mes. Presentó el informe del Delegado anterior, que asistió a dos reuniones del Dis-

trito Rosario, una reunión de trabajo del Distrito, la difusión a través de la gacetilla. Los RD motivaron a sus grupos y prepararon canasta de preguntas. Informó sobre la Campaña en las escuelas, la Servi-Respuesta, Campaña del Billeto, suscripción al Boletín Amistad, la creación del Comité de Servicio a la Sociedad y otros temas destacados que se trataron. La Delegada está apadrinada por los Delegados salientes.

ALMIRANTE BROWN: Cuando volvió de la XV conferencia visitó a los grupos de su Distrito y dio el informe en forma verbal, recibiendo el apoyo de sus compañeras. Está muy feliz con su servicio de Delegada, entendiendo la responsabilidad que significa tener voz y voto.

Los grupos hicieron un gran esfuerzo para que estuviera presente en la Conferencia. La carpeta se compartió con todas las compañeras. La Campaña en las Escuelas se realizó en los Colegios privados y estatales; confía intensificarla el próximo año.

Seguiremos informando en próximos Boletines.

COMITE DE PUBLICACIONES

¿Sabías que...?



Muchas veces se destaca la importancia de la Literatura para ayudar en nuestra recuperación, pero muchas menos se habla de la forma en que esa ayuda se manifiesta.

Cuando abrimos una página al azar o bien buscamos en el índice el tema que nos aqueja para encontrar una opción diferente y más sana...

Cuando mi padrino no está disponible y trato de encontrar serenidad para afrontar una situación difícil...

Cuando tengo la tranquilidad de poder acudir a nuestra Literatura en cualquier momento, más allá de las 2 horas de la reunión...

Cuando encuentro en sus páginas la comprensión del programa de vida que significa Al-Anon...

Cuando sugerimos en base a la literatura y no sólo en cuanto a mi experiencia personal...

Cuando puedo compartir con un compañero desesperado una lectura que condense decenas de sugerencias para cambiar una actitud negativa en positiva...

...puedo comenzar a entender la importancia de TENER literatura disponible en todo momento.

Uno de nuestros lemas nos dice: PIENSA.

Hoy, piensa de qué manera te ayuda nuestra literatura, si cuentas con suficiente material de lectura personal y en qué forma la difundes para que otro compañero pueda conocerla y disfrutarla como tú lo haces.



MESA DE TRABAJO DE AL-ANON HIJOS ADULTOS

RECORDATORIO

La Mesa de Trabajo Al-Anon Hijos Adultos se reúne los 4tos. sábados de cada mes en la OSG de 10 a 12 hs.

¡¡Te esperamos!!!!!!

CANASTA DE PREGUNTAS

La decisión tomada a conciencia por la OSG de suprimir el gasto mensual de S.O.S., ¿deja sin cobertura médica a sus miembros?

Respuesta: Toda emergencia médica en Capital Federal es asistida gratuitamente por SAME. La OSG suprimió el gasto de cobertura de una asistencia privada porque los mismos servicios pueden ser obtenidos por medio de esa entidad.

Vivir hoy



Un día llegué muy mal emocionalmente a los grupos Al-Anon. El convivir con un alcohólico me había desequilibrado de tal manera que no le daba el valor suficiente a mi propia vida.

Empecé a trabajar en mí aquellos cambios que me proponía el programa; no me fue fácil, pero me he encontrado a mí misma, he tratado de dejar el pasado atrás y vivir el hoy, sin vivir acelerada y sin proyectarme para el mañana.

Mi vida seguía su curso, con una mediana recuperación, hasta que un día fui operada de urgencia. Eso me hizo reflexionar que con más razón tengo que valorar el día de hoy y disfrutar de todo lo que tengo y es lo que mi Poder Superior me brinda día a día.

Sara

Grupo «Luz y Esperanza» de González Catán

Reflexiones



EL VALOR ES EL MIEDO QUE HA DICHO SUS ORACIONES.

Extraído de *Relatos de hijos adultos*



Comité del Archivo Histórico

La pregunta que se podrá leer a continuación fue tomada de: "Dentro de Al-Anon" (Vol. 11, N° 3, abril-mayo 1988) y dice así: ¿Ha descubierto últimamente alguna historia interesante?

En Al-Anon no hay historias ni más ni menos interesantes. ¡Son todas interesantes!! Desde una carta que pueda llegar de Australia o Japón (por citar algunos países) con hechos que van a marcar historia, como otras con la iniciación de nuevos grupos, que como primer paso se las archiva para que con el correr del tiempo se conviertan en una parte de la historia.

Es el Archivo Histórico el que, custodiando nuestros orígenes, mantiene viva la trayectoria de Al-Anon.



HERMANDAD AL-ANON



¿Todavía no encontraste ayuda? Sí que la tienes...

Yo la encontré y se llama Al-Anon.

Esposo... hermano... amigo... lo importante no es cómo se llame, sino que acudas pronto y con total confianza, porque allí estarán dispuestos a escucharte y comprenderte.

En Al-Anon aprendí a ver siempre el lado bueno de las cosas y de las personas, y que el convivir con un alcohólico es difícil pero no imposible, obteniendo así una mejor calidad de vida.

Si te encuentras en una situación similar, no demores en llegarte a Al-Anon, verás que en HERMANDAD todo se logra más fácilmente.

• *Martita*

Grupo Aurora - Córdoba

Reflexiones



EL AMOR NO PUEDE EXISTIR POR LARGO TIEMPO SIN UNA DIMENSIÓN DE JUSTICIA.

Extraído de 3 enfoques de Al-Anon de la otra parte de la familia

XVI Conferencia de Servicio Nacional

Reunión con los Representantes de Grupos que no forman Distrito y Distritos en formación

MENDOZA: La Representante asiste por segunda vez. Después de la última Conferencia, visitó todos los grupos llevando el informe y contestando las preguntas de sus compañeros. Decidieron empezar a reunirse para lograr la unidad de los grupos y trabajar para formar el Distrito en formación, de acuerdo con las sugerencias del Comité del Interior. La Jornada realizada en Mendoza, a la cual asistieron miembros de la OSG, del Comité del Interior y otros miembros, les dio el impulso para concretar el proyecto. Tuvieron muchos logros como la autorización de Rentas de Mendoza para instalar el afiche de "La familia rota" en los protectores de pantalla de todas las computadoras; un programa radial de dos horas de consultas telefónicas; un miembro Al-Anon Hijo Adulto está aprendiendo el lenguaje de las señas para llegar a los colegios de sordomudos.

Estuvieron en una Jornada con los Grupos de San Juan, que los motivó para enviar una Representante; se

publicaron notas en periódicos sobre Al-Anon Hijos Adultos y Alateen. Se abrió un nuevo Grupo Alateen donde funciona el grupo Renacer. Tienen muchos proyectos, entre ellos el afiche en los protectores de pantalla.

CORRIENTES: Tiene un solo grupo en Corrientes Capital, con una asistencia de cinco miembros, y están trabajando bien. La Representante hace un año que concurre. Lleva respuestas a sus inquietudes y ofrecimientos de Padrinazgo. Agradece el recibimiento y manifiesta que se sintió muy bien.

NEUQUEN: El Representante del Grupo Amor, de Neuquén, informó que participaron de una reunión abierta en el Grupo formado en Loncopué, a 400 km de Neuquén. Este Grupo tiene una antigüedad de 5 meses y una concurrencia de 20 miembros. Estuvieron en una reunión informativa en el grupo Serenidad, situado en Melipán, en la periferia de Neuquén. Hicieron

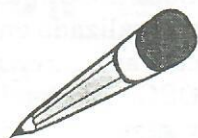
difusión en una escuela de esa localidad, entregaron material a 700 alumnos y avisaron a sus padres de una reunión informativa, a la cual asistió sólo una persona. Se abrió otro grupo en la localidad de Fernández Oro, escribirán a la Oficina para su registración. Están tratando de abrir un grupo en el otro extremo de la ciudad de Neuquén.

El Grupo Amor suspendió

la Campaña en las Escuelas por falta de servidores, en TV un miembro del Grupo dio testimonio y sus compañeros no lo vieron. Trataron de formar un taller de oradores. La canasta no está demasiado bien. Participaron en los Seminarios y presentaron el tema "Conciencia" en la Reunión Plenaria del Comité de Publicaciones. El representante asistió durante tres Conferencias.

En el próximo Boletín seguiremos informando

**"Nos interesa tu participación".
¡Gracias por compartir tus
experiencias!**



Cuando llegué a Al-Anon realmente no me daba cuenta en el estado físico, emocional y espiritual en el que me encontraba. ¡Estaba desesperada!, buscaba respuestas.

Enseguida noté que necesitaba mucha ayuda, que sola no podía luchar contra un enemigo poco visible, como es el alcoholismo. Me di cuenta de que me estaba transformando en el mismo monstruo contra el que luchaba.

Comencé a pensar con humildad, tratando de vivir un día a la vez, dejando decidir al otro y tomando mis propias decisiones, erradas o no.

Concurría a los grupos y dejaba allí todo mi dolor; abriéndome sinceramente pude ver mis verdaderos defectos.

Como libro de lectura permanente tengo *Valor para cambiar*. Pero el primero que me ayudó a entender fue *Comprensión del alcoholismo*.

Carmen S.
Grupo Don Torcuato

Nuestro RG Líder en Servicio



Querido RG:

Tu Servicio es cla-

ve para la comunicación y unidad de nuestra Hermandad.

Unos meses atrás, pediste a los miembros Al-Anon de tu Grupo que respondan y envíen la SERVI-RESPUESTA. Ahora, en cambio, la oportunidad será sólo para ti.

Pronto llegará un formulario dedicado especialmente a tu servicio. Sólo será completado por los RG.

Con esas respuestas, podremos conocer tu tarea, tus inquietudes y tus ideas. Podremos mejorar la comunicación del Grupo con todo Al-Anon.

Los demás miembros, que no hacemos tu Servicio, agradecemos desde ahora el tiempo y la sinceridad que vas a brindar con tus respuestas. Otra vez, el Grupo avanzará gracias a tu trabajo.

Todos esperamos que llegue la SERVI-RESPUESTA DEL RG.

¡¡BIENVENIDA!!!

“Nos interesa tu participación”.
¡Gracias por compartir tus experiencias!



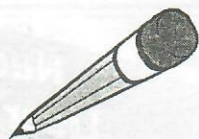
Asistí a una reunión abierta a la que invitaban por radio y escuché los testimonios. Cuando terminé, se acercó a mí un orador para hablarme. Así llegué a mi primera reunión de Al-Anon. Estaba bastante alterada. Hace más de un año que concurro, si bien no lo hago en forma continua por mi trabajo, pero sé que necesito de las reuniones.

Con mis cambios de actitudes me siento más serena, aunque a veces retrocedo bastante y me vuelvo agresiva. Me ayuda mucho escuchar a mis compañeras de grupo, a las que estoy muy agradecida por la paciencia y el cariño con que me tratan siempre. La literatura que más me ayuda es *Un Día a la Vez y Valor para Cambiar*.

Angélica

Grupo Santa Rita - Chilecito, La Rioja

**“Nos interesa tu participación”.
¡Gracias por compartir tus
experiencias!**



Llegué a mi primera reunión angustiada, en estado de confusión, descreimiento, inseguridad, bronca. A pesar de estar separada del enfermo alcohólico, algo dentro de mí no funcionaba.

Me impulsó a seguir concurriendo el ser escuchada sin que nadie me criticara y las pautas que el programa me daba, que me hacían ver que había posibilidades de recuperarme. Porque si mis compañeros podían por qué yo no.

Mis cambios más notables fueron la tolerancia, saber escuchar y hacerme escuchar y no odiar más a los “borrachos”: entiendo la enfermedad y apoyo y acompaño.

Logré ese cambio comenzando por aceptar el Primer Paso y trabajando, al principio, con los Lemas, a fondo. Pude así desterrar el rencor, el temor y hacer positivas las situaciones. Reencontrarme con mi Ser Superior.

La Literatura que me ayuda es: *Un día a la vez, Valor para cambiar, Viviendo con un alcohólico sobrio, Pasos y Lemas.*

Dora G.
Grupo Tesei

LOS EDITORES SE RESERVAN EL DERECHO DE NO PUBLICAR
TEXTOS QUE NO CREAN CONVENIENTES PERO
SE MANTENDRAN EN ARCHIVO.
LAS PUBLICACIONES VAN POR ORDEN DE RECEPCION.

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 BOLETIN SE PUEDE FOTOCOPIAR PARCIAL O INTEGRALMENTE.

Solicitud Suscripción Boletín AL-ANON

Fecha

--	--	--



1. Datos personales

Nombre:

Domicilio para enviar por correo:

Localidad: CP: Provincia: Tel.:

2. Planes de suscripción

Enviar por correo

- ☐ Boletín Amistad (12 números) \$ 18
- ☐ Publicadas Alateen (4 números) ... \$ 10
- ☐ Paquete: Boletín Amistad (12) +
Publicadas Alateen (4) +
Boletín Al-Anon a la Comunidad (1) \$ 20,50

Retiro OSG

- ☐ Boletín Amistad (12 números) \$ 10
- ☐ Publicadas Alateen (4 números) ... \$ 2
- ☐ Paquete: Boletín Amistad (12) +
Publicadas Alateen (4) +
Boletín Al-Anon a la Comunidad (1) \$ 12,50

3. Forma de pago

- ☐ Efectivo
- ☐ Cheque bancario N° Banco:
- ☐ Giro postal N° Sucursal:
- ☐ Transferencia Bco. Galicia: N° de boleto: Sucursal:
cta. cte. 109/6 175/5

IMPORTANTE: Fotocopiar esta solicitud, completarla y, junto con el pago, enviarla a la OSG. Los cheques o giros deben extenderse a la orden de Oficina de Servicios Generales. Si Ud. paga por transferencia del Banco de Galicia, enviar, junto con la solicitud, la fotocopia de la boleto de depósito por correo o vía fax a Avda. Pte. Roque Sáenz Peña 825, 5º piso, Of. 502 (1363) Buenos Aires. Fax: (011) 4326-0704.



Oficina Servicios Generales AL-ANON para la República Argentina

**Avda. Pte. Roque Sáenz Peña (Diagonal Norte) 825
5º Piso, Of. 502 (1363) Buenos Aires, Argentina
Tel. (011) 4326-3389 • Fax (011) 4326-0704
(1000) Casilla Correo Central 3246
e-mail: alanon.ar@pmail.net**