

*Compendio 271*

Abril de 2001

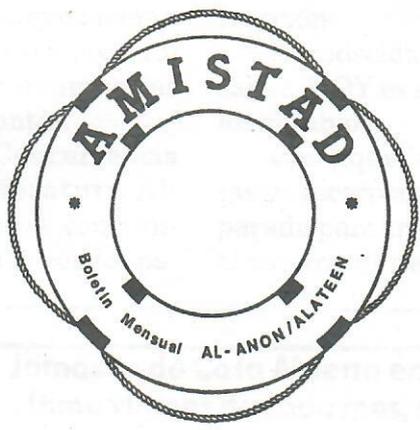
**AÑO DEL PADRINAZGO Y DEL AHIJADO**

**AL-ANON / ALATEEN**

50 años en el Mundo



35 años en la Argentina



**Declaración de AL-ANON / ALATEEN**

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

**Que empiece por mí**

## EDITORIAL

## Valor para cambiar...

Muchas veces escuchamos que las crisis son el momento propicio para encontrar nuevos caminos.

Estas oportunidades de realizar cambios pueden asustarnos y paralizarnos, o pueden darnos toda la energía necesaria para dar el salto salvador.

En una de esas situaciones me pregunté dónde podía encontrar esa energía, qué elementos podían ayudarme a descubrirla, y poco a poco, fui revisando las herramientas con que podía contar.

Encontré "Concurrencia al Grupo", "Literatura Al-Anon en compañía constante", "Comunicación con los pa-

drinos", "Aceptación de realidades", "Esperanza y confianza en la Fuerza Superior", "Disponibilidad para cambiar", "Tolerancia conmigo mismo", "Vivencia de un día a la vez".

Con todas estas ayudas en mi bolsillo, un día salí a la calle para mis tareas diarias... Toda la vereda estaba levantada y cantidad de obreros trabajaban en su reconstrucción.

Agradecida, recibí el mensaje... HOY es el momento de los cambios.

Con aquellas herramientas ya incorporadas estoy preparada para trabajar e iniciar el camino de reconstrucción.

**Ayuda  
memoria**

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

**Abril: Comité de Archivo Histórico**

**Mayo: Comité de Nominaciones**

**(Este año se realizará el viernes 8 de Junio, a las 17 hs, en lugar del 25 de mayo, por ser feriado.)**

## RINCÓN DE NUESTRA OSG

### *La participación es la clave de la armonía*

Durante este mes de abril, los días 21 y 22, se llevará a cabo el 3<sup>er</sup> Seminario de Servicio Regional. Creemos que será una excelente oportunidad de poner en práctica el Cuarto Concepto, compartiendo estas jornadas con nuestros compañeros en este camino de recuperación y hacer realidad la participación tan necesaria en nuestra estructura de servicio y pilar de nuestra recuperación, poniendo en práctica el principio de PERTENECER.

Pertenecer a una hermandad que nos pide participación a través del servi-

cio y como parte de nuestro camino de recuperación personal.

En este encuentro tendremos también la oportunidad de conocer y conocernos todos los que compartimos responsabilidad en el servicio en la Oficina de Servicios Generales.

Esperamos que el Poder Superior nos guíe y nos ayude a conocer e integrarnos a nuestra Hermandad a través de un profundo trabajo en los distintos temas propuestos, sintiendo que ejerceremos como miembros de Al-Anon, nuestro derecho de PARTICIPACIÓN.

### **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.

11/5

## Memorandum de un Alateen a sus padres

1. No me echen a perder. Yo sé muy bien que no puedo tener todo lo que pido. Sólo que estoy haciendo la prueba.
2. No teman a ser firmes conmigo. Yo lo prefiero, esto hace que me sienta seguro.
3. No me permitan formar hábitos. Yo dependo de ustedes para detectarlos en sus comienzos.
4. No hagan que me sienta más pequeño de lo que soy, esto sólo hace que me comporte estúpidamente "grande".
5. No me castiguen ni aleccionen delante de la gente. Pondré más atención si me hablan serenamente y en privado.
6. No me protejan de las consecuencias. Algunas veces necesito aprender el camino doloroso también.
7. No me hagan creer que mis errores son pecados. Esto cambia mi sentido de estimación.
8. No se disgusten demasiado porque digo "los odio". No los odio a ustedes, sino al poder que tienen para prohibirme o impedirme algo.
9. No pongan demasiada atención a mis pequeños achaques. Algunas veces estos se roban la atención que yo necesito.
10. No me regañen. Si lo hacen tendré que protegerme haciéndome el sordo.
11. No me hagan promesas temerarias. Recuerden que cuando las promesas no se cumplen, siento que me desplomo.
12. No olviden que no puedo explicarme a mí mismo tan bien como quisiera. Esto se debe a que no siempre estoy muy seguro.
13. No sometan mi sinceridad a esfuerzos excesivos. Me repugna y me asusto con facilidad cuando digo mentiras.
14. No pospongan una respuesta cuando hago una pregunta. Si lo hacen, verán como dejo de preguntarles y busco la respuesta en cualquier parte.
15. No me digan que ustedes son perfectos o infalibles, pues cuando descubro que no es así, una profunda depresión emocional se apodera de mí.
16. Nunca piensen que rebajan su dignidad al disculparse conmigo. Una disculpa sincera me hace sentir hacia ustedes un afecto sorprendente.
17. No olviden lo rápido que estoy creciendo. Puede que les sea difícil aceptarlo y mantenerse en paz conmigo, pero inténtenlo, se los ruego.
18. No se olviden que yo no puedo progresar sin amor y comprensión, pero creo que no necesito decirlo, ¿no es así?

Extraído de *Al-Anon/Alateen en acción*, de julio de 1973



## Comité del Archivo Histórico

Los días 21 y 22 de abril de 2001 se realizará el Tercer Seminario de Servicio Regional,

Región Centro.

El Comité de Archivo Histórico participará con "La historia de Al-Anon" y se aprovechará la oportunidad para explicar en forma clara para qué sirve el Archivo Histórico, cómo se trabaja en él, a qué se lo considera histórico, cómo se recopilan datos y que una forma de obtenerlos es por medio de entrevistas grabadas y/o escritas, tareas que venimos cumpliendo desde hace tiempo.

Invitamos con mucho amor a nuestros hermanos en Al-Anon a este Tercer Seminario, considerando que "un Seminario de Al-Anon, es Servicio en Acción" y hacemos extensiva la invitación a la reunión de Casa Abierta a realizarse el viernes 27 de abril, en nuestra Oficina, a las 17 horas.

---

## Despertar espiritual



Me asomé a la ventana y observé como jugaban mis hijos en el patio. De repente me sentí embargada por una hermosa sensación de paz y serenidad. Sentí que tenía mucho para agradecerle a la vida. La sonrisa luminosa de mi hijita más pequeña, la tierna seriedad de mi hijo Francisco, el amor incondicional de mi hija de corazón, la firmeza de carácter de mi hijo mayor. Poco a poco en mi mente aparecían cosas y más cosas para agradecer, mi esposo, que empecé a valorar y disfrutar desde el mismo momento que pude poner su enfermedad en manos de mi Poder Superior, y abocarme a la recuperación de mi enfermedad emocional.

Agradecer por mi madre, mis hermanos, mis amigos, mi Grupo Al-Anon. Me sentí tan plena ese día, tan cerquita de Dios. Recordé cuántas veces desde que comencé en Al-Anon me he preguntado que se sentiría con el Despertar Espiritual. De repente me di cuenta de que no era tan complicado como me lo había imaginado, sino que está al alcance de nuestra mano. Sólo hay que ponerse a disposición de nuestro Poder Superior y poder estar abierto y receptivo para recibir lo que Él nos transmite.

Gracias Al-Anon por darme el valor de intentar cambiar.

*Graciela*

Grupo Pío XII - Necochea

28/5/01

## UN PADRE SE RECUPERA EN AL-ANON



Mi nombre es Pedro; hoy, gracias a nuestro Poder Superior, soy un integrante más de este maravilloso grupo, formado por hombres y mujeres que luchan día a día con una maléfica enfermedad, que llegó a nuestros hogares provocada por EL ALCOHOL, líquido maldito que no sólo daña a quien lo toma sino que también destruye el hogar dejando a sus integrantes heridos física, mental y espiritualmente; no distingue a hombres de mujeres y niños, todos se enferman de tal manera que llegan hasta destruir lo máspreciado: LA FAMILIA.

Cuando mi hijo fue atrapado por este mal comprendí que mi esposa y yo también habíamos enfermado a tal punto que, de no haber tenido grupo, podría haber matado a mi hijo, porque mi hogar llegó a ser un caos, peleas, amarguras desilusiones y muchas lágrimas, todos caímos en un pozo oscuro, sin posibilidades, hasta que el Poder Superior puso en nuestro camino a un alcohólico recuperado, que con su sabiduría en el tema supo orientarnos a mi hijo hacia AA y a mi esposa y a mí a Al-Anon.

Hoy todo ha cambiado, en mi hogar hay paz y felicidad a partir de un cambio de actitudes, como nos propone el programa de Al-Anon que se compone de Pasos, Lemas, Tradiciones, necesarios para cambiar las equivocadas actitudes que nos habían llevado a crear un campo de batalla dentro de nuestro propio hogar.

En Al-Anon nos enseñan que nada podemos hacer contra el alcohol, pero sí podemos hacer mucho para cambiar nuestra propia vida y poder sobrellevar este flagelo que nos afecta y es capaz de hacernos llegar a cometer actos de locura.

¡Gracias Al-Anon!

*Pedro*

Al-Anon Paraná, Entre Ríos

### **Recordatorio**

**La próxima reunión con los Delegados se realizará el 30 de mayo, a las 16 hs, en la OSG.**

**Se tratará el Tercer Concepto.**

## Servi-Respuesta: resultados e inquietudes



Queridos  
amigos de Al-  
Anon/Alateen:

Como ustedes saben,

el año pasado enviamos a toda la hermandad la **SERVI-RESPUESTA**. Estamos trabajando en la realización de un folleto con toda la información recibida. Mientras tanto, a partir de este mes iremos publicando algunos de los resultados que, a nuestro criterio, son importantes para analizar, tanto en forma personal como en una reunión de Grupo. Y aquí invitamos a la participación, reflexionando sobre el siguiente tema:

• **Tiempo de antigüedad en Al-Anon/Alateen:** El mayor porcentaje se encuentra comprendido entre los miembros de 1 a 5 años (32%), seguido por los miembros con menos de 6 meses (19%) y luego los miembros con más de 10 años (18%). Hay un porcentaje que llama la atención: sólo un 16% de los miembros manifestó tener

una antigüedad en Al-Anon/Alateen entre 5 y 10 años. De acuerdo con datos anteriores, en este lapso (entre 5 y 10 años) el porcentaje debería ser mayor.

Nuestra inquietud es la siguiente: ¿Qué pasa en este período? Después de 5 años en recuperación, ¿los miembros sentimos que el programa no es tan efectivo como al comienzo, y por eso lo abandonamos? ¿Qué papel juega el servicio a partir de esa antigüedad de Al-Anon?

Una vez tratado este tema en el Grupo, les agradeceremos compartan sus experiencias en los Distritos y/o Grupos cercanos.

• **Servi-Respuesta del RG:** En mayo estaremos distribuyendo los formularios a todos los grupos, con y sin Distrito.

## COMITÉ DE PUBLICACIONES

Desde este mes de abril, y coincidiendo con la realización del Seminario de Servicio Regional, tenemos dos novedades para compartir con todos los miembros de la Hermandad.



La primera es la portada del Boletín que nos acompañará este año 2001, aniversario de Al-Anon en el mundo y en la Argentina. Queremos destacar especialmente que la misma es una creación de un miembro Al-Anon de Neuquén, realizada en un acto de amor y participación.

También presentamos la nueva tipografía que identificará, a nivel nacional, el nombre de Al-Anon /Alateen. Esta propuesta es la concreción de la moción surgida en la Conferencia, en la Reunión Plenaria del Comité de Publicaciones, a raíz de la presentación de diversos bosquejos por parte del Representante de Neuquén, "para crear una identidad visual única y definitiva en el material de difusión a nivel nacional".

La misma representa la unión de las palabras AL-ANON/ALATEEN para reforzar la sensación de pertenencia de Alateen a Al-Anon, así como el abrazo, el sustento, que Al-Anon debe brindar a Alateen.

Se recalca especialmente que esta identificación visual única es estrictamente a nivel nacional, y no para ser usada en las publicaciones de LAC (Literatura Aprobada por Conferencia) que, como es habitual en todo el mundo, deben seguir las pautas de copyright (derechos de autor) dictadas por la OSM.

En forma paulatina la iremos incorporando en todas las comunicaciones internas y externas realizadas por la OSG, así como en carpetas, carteles o comunicaciones de Distritos, Seminarios Regionales, etcétera.

### Reflexiones

**ALATEEN PREPARA A LOS JÓVENES PARA UNA VIDA MÁS FRUCTÍFERA Y SERENA.**

Extraído de *¿Cómo puedo ayudar a mis hijos?*

# Creando CONCIENCIA

Y La primera conciencia que tuve que tomar fue que estaba afectada por el convivir con mi familiar alcohólico.

Tomé conciencia: que pertenecía a una hermandad mundial que se llama Al-Anon.

Tomé conciencia: de que mi salud física y mental podría mejorar a través de la práctica del programa que Al-Anon me sugiere.

Tomé conciencia: de la responsabilidad que yo tenía con mi participación en el servicio.

Tomé conciencia: de que Al-Anon es único, no depende de otros, sino de nosotros mismos.

Tomé conciencia: de lo maravillosa que es la pertenencia, pues ya no estaba sola.

Tomé conciencia: de que muchos de los logros en mi vida sólo me costarían monedas en la canasta.

Tomé conciencia: de que soy una parte importante en la unidad con el acatamiento a las Tradiciones.

Tomé conciencia: de que puedo ser un fiel servidor con liderazgo en el Servicio.

Tomé conciencia: de que la continuidad del mensaje y el fortalecimiento de la hermandad depende de lo que cada uno de los miembros haga por Al-Anon.

Tomé conciencia: de que ayudando me ayudo a mí mismo.

Tomé conciencia: de lo invaluable que es la ayuda del Padrino en la recuperación y en el servicio.

Tomé conciencia: de que entre todos podemos más.

*Miembro de Al-Anon agradecido*



## 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!!!!!!*

## ✉ GRACIAS AL-ANON ✉

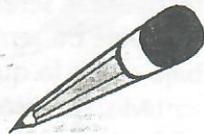
X ¡Gracias Al-Anon/Alateen por existir! Gracias a la Hermandad hoy puedo ver el mundo realmente como es. Puedo vivir mejor, quererme más y también querer a los demás, pero de manera distinta, sin querer manejar toda situación, vivir y dejar vivir como dice uno de nuestros Lemas, recibir a un recién llegado llena de esperanza y de fe, vivir sólo por hoy, hacer servicio en esta Hermandad que me dio todo sin pedir nada a cambio.

Allí encontré un amor incondicional, que hoy hace que pueda expresar esta vivencia en nuestro Boletín, para llegar a algún miembro que lo necesite y sepa lo que es Al-Anon.

Vuelvo a expresar: "Gracias Al-Anon por existir". Al-Anon es un aprendizaje diario, cada día aprendemos algo que hace que vivamos mejor. Cada miembro nuevo nos hace recordar cómo llegamos y de esa manera notar la diferencia, cuánto cambiamos, cómo crecimos, quiénes somos hoy y por qué.

*Beba*  
Ramos Mejía

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



Llegué a mi primera reunión de Al-Anon muy mal, mental y emocionalmente. Seguí concurriendo porque me gustó su filosofía de vida y a través de la literatura pude aprender mucho.

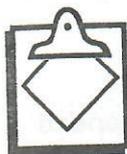
Pude cambiar aspectos de mi carácter especialmente hacia el alcohólico. El cambio lo logré gracias a mis compañeros de Grupo, practicando los 12 Pasos y soltando las riendas y entregándoselas a Dios.

La literatura que más me ayuda son los Lemas y la Oración de la Serenidad.

*Irma*  
Grupo Esperanza y Serenidad  
Mburucuyá, Corrientes

### **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.**



## Cambio de dirección

### DISTRITO MAR DEL PLATA

Informa que la nueva dirección del Distrito es **Dorrego 2279, casi Av. Colón**, en la Parroquia Cristo de la Paciencia.

Días de reunión: Lunes y Miércoles de 19 a 21 horas.

Estamos contentos con el cambio. Ahora nos reunimos en planta baja y en el centro de la ciudad. Un lugar confortable y de fácil acceso. Esperamos que nos visiten en la nueva casa.

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



Hasta que conocí los grupos, me sentía deprimida, angustiada, asustada y dolorida. En Al-Anon le encontré sentido a mi vida, recuperé la serenidad y la espiritualidad.

Dejé de sentirme víctima; cuando siento resentimiento, trabajo sobre lo que me pasa y desaparece.

Mis cambios tienen que ver con la práctica del programa, mejorar mi relación con un Dios bondadoso, no con ese otro dios juez y castigador que tenía antes de llegar a Al-Anon.

Me ayuda mucho leer *Los Doce Pasos* y *las Doce Tradiciones*, *Valor para cambiar*, *Cómo ayuda Al-Anon a familiares y amigos* y *Un día a la vez*.

*Ileana*

Grupo Amanecer



## COMITÉ DE PRESUPUESTO

Les recordamos que la próxima reunión con los Tesoreros de Distrito se realizará el 1<sup>er</sup> viernes de junio a las 16 hs, en las oficinas de nuestra OSG.

# SECRETARIA ANIVERSARIOS

16/4/99 - 25 años  
Grupo Al-Anon "Fe y Esperanza"  
Lomas de Zamora - Distrito Sur

\*

Para ellos...

## ¡¡FELICIDADES!!

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

---

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



Cuando ingresé por primera vez a Al-Anon mi estado anímico era de total desesperación; estaba descontrolada. Necesitaba ensayar una última alternativa para hallar una respuesta mágica.

Seguí asistiendo por la confianza que me transmitió el grupo, sobre todo la calma y tranquilidad de espíritu que demostraban a través de la experiencia vivida, sugiriéndome paciencia y valor.

Hoy mi vida cambió. Puedo sentirme capaz de comprender, aceptar y alcanzar la serenidad que acompaña los actos de mi vida. Mis logros fueron gracias a mi Poder Superior, "mi Grupo" que me comprendió y contuvo, me marcó el camino y me sugirió conocerlo, meditar y servir.

La literatura que más me ayuda es *Un día a la Vez, Valor para Cambiar y Grupos de Familia Al-Anon*.

*María N.*  
Casilda - Santa Fe

---

*Reflexiones*



**MANTUVE LA MENTE RECEPTIVA Y LA BOCA CERRADA Y ASÍ  
PUDE CAMBIAR MIS PROPIAS ACTITUDES.**

Extraído de *A los padres de los alcohólicos*

# COMITÉ ALATEEN

El 9 de marzo se llevó a cabo la reunión del Comité Alateen con las Coordinadoras de los Distritos, con la presencia de todos los Coordinadores de la Zona Centro.

Se anunciaron dos Jornadas para la difusión de Alateen y para intercambiar experiencias en los servicios de Padrinos y colaboradores de Alateen. La primera en el Distrito Sur, con fecha a confirmar, dentro del mes de mayo y la segunda, a realizar por el Distrito Capital, el próximo 22 de septiembre.

Los Distritos Río de la Plata y Sud-Oeste se ofrecieron para preparar carteles, tales como: "Alateen es responsabilidad de Al-Anon", "Alateen es Al-Anon", o similares, para el Seminario de Servicio Regional del mes de abril.

Se volvió a insistir en la cooperación de Al-Anon proveyendo literatura Alateen en el Aniversario de los Grupos.

La reunión fue muy provechosa y la participación de los miembros total y amena. Se trataron todos los temas presentados por los Distritos.

\* \* \*

Leemos en las páginas de *Dentro de Al-Anon*:

"Ponga en marcha Operación Alateen. Alateen es el porvenir de Al-Anon. Qué bien que todos los Grupos se ocupen y preocupen del futuro de Alateen en los albores del nuevo siglo. Operación Alateen nos advierte: Alateen es Al-Anon; y para que Alateen siga existiendo se necesita un esfuerzo de los Grupos".

Extraído de *Forum*, septiembre de 1999

---

## Reflexiones

**NUESTRA LIBERTAD DE EXPRESIÓN, TAN IMPORTANTE PARA NUESTRA RECUPERACIÓN, SE APOYA EN LA SEGURIDAD DE SABER QUE LO QUE COMPARTIMOS EN LAS REUNIONES SE MANTENDRÁ EN ESTRICTO SECRETO.**

Extraído de *Aquí se habla Al-Anon*

*Queridos Hermanos  
en Al-Anon/Alateen*

*Con motivo de la conmemoración de los 50 años  
de Al-Anon en el mundo y 35 en Argentina, nuestra  
OSG ha confeccionado un broche recordatorio para  
los miembros de la Hermandad.*

*Pensamos que el tenerlo será una forma de expresar  
nuestra gratitud y pertenencia a Al-Anon/Alateen.*

*Será presentado en el 3er. Seminario de Servicio  
Regional "Región Centro".*

*También estará a disposición en la OSG y  
a través de los Distritos.*

*El valor de este broche es de \$5.-*

**COMITE DE FESTEJOS**

---

## AL RECIÉN LLEGADO



Además de lo que seguramente leerás en los folletos que te hemos entregado, nuestro grupo desea decirte lo siguiente:

Todos los que estamos aquí hemos llegado como vos, doloridos, confundidos, sin saber qué hacer ni a quien recurrir y casi sin esperanza.

Aquí encontramos un lugar donde pudimos hablar de nuestra dolorosa situación, recibiendo la comprensión y el afecto que sólo pueden dar las personas que, como nosotros, han pasado por la misma desesperación.

Del programa de Al-Anon aprendimos (y todavía seguimos aprendiendo) métodos prácticos y un sentido espiritual, que nos capacita para ayudar a nuestro querido alcohólico y a nosotros mismos.

Al-Anon no te exige nada. Lo único que se necesita es concurrir a nuestras reuniones. Si no podés venir a todas, no importa. Vení a las que puedas. Te esperamos con los brazos abiertos.

*Bety*  
Grupo Vida

## Comité de Servicio a la Sociedad

(a prueba)

¡Qué alegría poder compartir, en este año 2001, un acontecimiento tan importante para Al-Anon/Alateen: el aniversario de los 50 años de Al-Anon en el mundo y los 35 en la Argentina!

Durante todo el año estaremos unidos en el servicio, llevando el mensaje con entusiasmo y amor alrededor del mundo.

En la Argentina, en cada ciudad y pueblo, en los Distritos y en los grupos, cada miembro de la Hermandad puede ser un mensajero de Al-Anon/Alateen, llevando el mensaje a los que lo necesitan y a los que no lo conocen.

Queremos contarles que no hemos dejado de reunirnos mensualmente, trabajando en los nuevos proyectos para este año y en todo lo referente a Servicio a la Sociedad.

Esperamos con entusiasmo el 21 y 22 de abril para vivir el Tercer Seminario de Servicio Regional, donde podremos compartir e intercambiar experiencias.

Cada Seminario de Servicio es una nueva esperanza para el crecimiento de Al-Anon/Alateen.

Queremos agradecer especialmente a Zulema S., nuestra querida fundadora de Al-Anon, con la que tenemos la felicidad de compartir estos acontecimientos.

---

## Camino a Mar del Plata



¡Qué alegría sentí cuando subí al tren, camino a Mar del Plata, con mucha expectativa de conocer cómo sería un Seminario!

La emoción de encontrarme con amigos y conocer a otros. Escuchar a cada uno con un matiz de voz diferente y aprender de sus experiencias. Compartir dos días de trabajo, tomando mate, café y momentos de sano humor.

Grupos allá lejos, 1, 2 o 3 en una provincia, señalado en un mapa con el triángulo de Al-Anon: Recuperación, Unidad y Servicio.

Sentí que me llamaban, vi la dificultad de la distancia, el amor a la Hermandad. Di y recibí, y en el pecho sentí una gran emoción, gratitud y compromiso.

RD - Distrito Norte



## COMITE DE CONFERENCIA

### *Iniciación de los Distritos Crecimiento de la Hermandad*

#### **La división del Distrito Oeste - Formación Distrito Noroeste**

En 1984, la necesidad de dividirse impulsó a los grupos del Distrito Oeste a formar los tres nuevos Distritos que venían funcionando como sectores.

En marzo de 1984 fue la 1ª Reunión del Distrito Noroeste y se designaron los servidores del mismo. Esta división ayudó mucho a los Grupos, pues era más fácil recorrer los mismos para informar sobre la 1ª Conferencia, a la que habían concurrido dos Delegadas. Otro de los factores que ayudó fue el hecho de ser pocos grupos, Martín Coronado, La Salida, Volver a Vivir, Ciudad Jardín, Hurlingham, Villa Tesei, Alateen de M. Coronado, Castex y Nuevo Horizonte. Eso hizo que existiera armonía y los servidores pudieran tener más afinidad para tomar mejores decisiones.

Lo primero que se hizo fue formar los Comités de Infor-

mación Pública e Instituciones. Más tarde se formó el Comité Alateen. Se realizaban las reuniones de trabajo del Comité de Servicios del Distrito para planificar las reuniones, que eran muy dinámicas.

En la actualidad el Distrito se halla en formación, pero con fuerzas para crecer y volver a ser lo que fue en sus inicios. Las bases sólidas de los comienzos están en pie, esperamos que pronto sea un Distrito regular.

\* \* \* \* \*

El Comité de Conferencia invita a los Distritos para que elaboren los temas que presentaron en las distintas Conferencias de Servicio Nacional y no fueron tratados en las mismas.

Los trabajos serán recepcionados por este Comité y publicados en el Boletín Amistad.

Creemos que será una colaboración efectiva para dar respuesta a todas las inquietudes.

# Vivencias de miembros del grupo "Sendero de luz"



**Idelma:** Muchas veces sentí que mi problema era grave y llegué a sentirme muy poca cosa. En el grupo fui aprendiendo la mejor forma de sanar mis heridas, compartiendo problemas y experiencias y brindándome al resto de la Hermandad.

**Rosa:** A pesar de que el enfermo no llega a su grupo, siento que Al-Anon me ha brindado una nueva vida, encontrando la paz tan anhelada.

**Liliana:** Gracias Al-Anon por esta Hermandad por la que volví a recuperar la fe y la esperanza y no se disolvió la familia que es el tesoro más grande.

**Silvia:** Compartí una jornada completa con miembros de Al-Anon por primera vez y para mí fue un día especial, pleno de felicidad.

**Irene:** Hace poco que estoy en el grupo y me ayudó mucho a valorarme a mí misma y poder ayudar a los demás.

**Norma:** Considero que el grupo me ayuda, pero me cuesta poner en práctica el programa.

**Mabel:** Las reuniones son mi alimento espiritual, no falto a ninguna, además me ayuda mucho la literatura para poder poner en práctica mi crecimiento.

**Aidéé:** Hay una casita única que nos enseña a recuperarnos, se llama Al-Anon. Gracias a nuestro Ser Superior por transitar en ella.

---

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 boleta: ..... 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 boleta 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: [osg@al-anon.alateen.org.ar](mailto:osg@al-anon.alateen.org.ar)**