

La gratitud se manifiesta a través de las contribuciones

Noviembre es “mes de gratitud”, y en reuniones de Al-Anon se habla frecuentemente sobre la gratitud. Todo grupo Al-Anon y Alateen celebra por lo menos una reunión al año sobre este tema, en la que los miembros expresan el porqué están agradecidos.

Al expresar gratitud, expresamos nuestros sentimientos, recíprocos y hacia nuestro grupo. Contribuimos en las reuniones compartiendo nuestra experiencia, fortaleza y esperanza mutuamente y pasando la cesta de mano en mano. Ambas formas dan a conocer el apoyo que se presta a Al-Anon en su totalidad.

Cada noviembre, los Grupos de Familia Al-Anon alrededor del mundo reciben uno de los tres llamamientos anuales de la OSM. Esta gratitud invisible que sentimos se pone de manifiesto con cada contribución enviada a nuestra OSM. En algunas cartas que nos llegan, piden disculpas indicando que el grupo está luchando por subsistir y que por ello sólo pueden enviar un par de dólares; esto también es gratitud puesta de manifiesto, ¡ya que todo dólar cuenta!

En la OSM, hay muchos que contribuyen tiempo y talento a la labor de servicio de Al-Anon. Casi todo paquete de recién llegado que recibe su grupo, es preparado por un puñado de miembros voluntarios de Al-Anon y Alateen, que vienen cada semana a la OSM para ayudarnos. Ellos, junto con el comité de voluntarios de la OSM, Representantes de Grupo, Representantes de Distrito, Delegados, y otros que prestan sus servicios en las Zonas, constituyen ejemplos de gratitud puesta de manifiesto.

Como tan aptamente declarara un integrante del clero, “Prefiero ver que oír un sermón”. Toda contribución a la OSM ya

sea en dinero o en tiempo es un testimonio del cariño y gratitud que sentimos por nuestra hermandad.

En 1954, Lois W. y Anne B., nuestras cofundadoras, redactaron un boletín, (innominado al principio, pero un antecesor de The FORUM —Al-Anon y Alateen en Acción— de los Grupos de Familia Al-Anon), para comunicarse con los grupos y difundir extensamente una variedad de mensajes. En uno de estos primeros boletines (enero 1954), apareció el siguiente extracto concerniente a las contribuciones. Esto es tan pertinente hoy día como lo fue entonces:

THE AL-ANON FAMILY GROUPS
P.O. Box 1475, Grand Central Annex
New York 17, N.Y.

Enero, 1954



Estimados amigos:

En una carta reciente de uno de nuestros correspondientes insinuaba que varios de los miembros de su grupo sentían que no estaban recibiendo el valor de su dinero desde la Comisión Directiva Central. Esta es una reacción muy natural, pero se estriba, pensamos nosotros, en un concepto erróneo de lo que es y lo que realiza nuestra Comisión Directiva Central.

Nuestras contribuciones voluntarias no se hacen principalmente para beneficio de los mismos grupos contribuyentes. En realidad ellos son parte de la labor del Duodécimo Paso de cada grupo, que es llevar el mensaje a las demás personas.

Efectivamente, los servicios de nuestra Comisión Directiva Central son para beneficio de nuestros grupos establecidos. Pero de mayor importancia es la labor de ayudar a empezar nuevos grupos, dar esperanza y ánimo a los parientes y amigos de alcohólicos aislados y desesperados, de mantenernos en mutua comunicación, de proporcionar la oportunidad para el intercambio de ideas y experiencias, de producir publicaciones, de conseguir buena publicidad a través de revistas y demás medios de divulgación, a fin de facilitarnos a todos la forma de luchar juntos hacia nuestra meta común.

Aunque A.A. pudo crecer sin su Fundación, y los Grupos de Familia sin su Comisión Directiva Central, es fácil ver que el progreso sin estos servicios sería inmensurablemente más lento y muy confuso.

Durante los años previos a la apertura de nuestra Comisión Directiva Central, surgieron espontáneamente unos 20 Grupos de Familia en los Estados Unidos y Canadá. Estos primeros grupos desempeñaron una tarea precursora espléndida. Pero en los tres años desde que abrió la Comisión Directiva Central, nuestro crecimiento ha sido excepcional. El número de grupos ha aumentado de 20 hasta más de 500, algunos en tierras tan distantes como Inglaterra, Irlanda, Australia, Sudáfrica y Finlandia.

Sin la Comisión Directiva Central, ¡cuántos de nosotros estaríamos aún sintiéndonos desdichados y confundidos, que de sólo imaginarlo resulta aterrador!

Ahora imagínense esto — las Tradiciones ilustradas



El Comité de Publicaciones lleva ya varios años trabajando en la confección de una versión ilustrada de las Doce Tradiciones. “Bueno — dirán ustedes—, ¿por qué se han demorado tanto?” Las respuestas serían tantas y tan diversas como el número de miembros que han estado trabajando en el proyecto desde que la CSM de 1976 votó para su aprobación. Sin embargo, todas las respuestas tienen un denominador co-

mún: ha sido muy difícil representar las palabras en imágenes.

¿Qué configuración tendrá un principio? ¿Cómo percibe el miembro de Al-Anon o Alateen la cooperación, la participación, la unidad? Y si las percibimos, ¿podemos concordar en la forma en que las hemos representado de manera diáfana, fácil de comprender y atractiva? Bueno, la respuesta es SI, pero sólo después de mucho pensar y muchas decisiones. Un comité luchó por años en cuestiones de estilo, otro con el contenido, y aún otro con la presentación de ideas positivas en vez de las negativas.

En 1986, un miembro de Al-Anon de
(continúa en la página 3)

IMPORTANTE

Favor de anunciar a su grupo:

- Se pide a todos los grupos de todas partes del mundo que contribuyan con la OSM este mes de noviembre.
- Se ha nombrado un nuevo Director de *The FORUM*.
- El folleto ilustrado sobre las Tradiciones está casi terminado (sólo en inglés).

Para más información sobre estos artículos y demás noticias sobre Al-Anon y Alateen en el mundo, léanlas en este número de DENTRO DE AL-ANON.

El Servicio Mundial por dentro

Cooperación con los Profesionales (CCP)

Hace poco más de un año que la película titulada *Al-Anon Speaks For Itself* (Al-Anon habla por sí mismo) quedó lista para su distribución. Tiempo suficiente para determinar, mediante los comentarios hechos por la hermandad y por los profesionales, que la película ha colmado nuestras expectativas y metas; y sigue siendo una película alentadora y bonita. Los miembros nos cuentan que se sienten renovados en espíritu y compañerismo, y los recién llegados sienten que han visto la esencia del programa Al-Anon.

En la película, miembros de Al-Anon y Alateen comparten porciones de sus relatos en cinco segmentos: 1) La manera que era; 2) Asistiendo a una reunión; 3) Mejorando; 4) Comprendiendo el programa; 5) Tener éxito en la vida.

Aquéllos que han utilizado la película en la labor de servicio en CCP han expresado lo valioso que es este instrumento y los profesionales nos han brindado sus comentarios sobre lo útil que resulta. La película ha sido utilizada de distintas formas, a saber:

Los miembros

- la han mostrado en grupos, Distritos y Asambleas;
- han invitado a profesionales para una presentación en reuniones abiertas;
- la han llevado a escuelas o la han puesto a disposición de escuelas secundarias y de estudios superiores hasta universidades;
- han mostrado la película a profesionales en sus oficinas y organizaciones.

Los profesionales

- han presentado a Al-Anon a sus clientes y pacientes a través de la película;
- la han utilizado en sesiones y en programas de adiestramiento de servicio.

Como la videopelícula tiene dispositivos especiales para

los impedidos del sentido auditivo, ésta puede servir también a éstos. Entre los contactos para llegar a las organizaciones que se ocupan de estos asuntos figuran: la Asociación para sordos e impedidos del oído, los grupos de autoayuda y entidades a cargo de incapacitados del oído.

Efectivamente, hay muchas otras formas de utilizar esta película, y esperamos que los miembros escriban a la Secretaría de CCP en la OSM y compartan con nosotros sobre esto.

Al-Anon Speaks For Itself (Al-Anon habla por sí mismo), de 15 minutos de duración, está disponible en videopelículas de ½" VHS (AV-10), en Beta II (AV-11) al precio de 25 dólares cada una; de ¾" U-matic (AV-12) por 50 dólares; y en película de 16 mms. (AV-13) por 125 dólares.

Seminario de Servicio Regional (SSR)

Recientemente se presenció el servicio en acción en el SSR del Noroeste de E.U.A. celebrado en Omaha, Nebraska, del 7 al 9 de agosto de este año. Si bien las quince Zonas comprendidas en la Región del Noroeste atrajeron a 251 participantes, la fiebre de servicio atrajo a 282 concurrentes procedentes de dieciocho Zonas fuera de esta Región, incluyendo del Canadá y Australia. Miembros de mucho tiempo al igual que aquéllos que contemplan integrarse a la labor de servicio se reunieron a fin de compartir su fortaleza y esperanza, y para divertirse y confraternizar.

Aquéllos que no hayan podido sumarse a nosotros en Omaha para el SSR del Noroeste de E.U.A., marquen en sus calendarios el próximo SSR en Canadá Oriental, que se celebrará en Halifax del 10 al 12 de junio de 1988 en la Universidad St. Mary. Vigilen la llegada de su correspondencia y busquen un volante y formulario de inscripción para que obtengan más información sobre esto.

Las Zonas en el Sudoeste de E.U.A. ya han empezado a remitir sus ofertas para el SSR del Sudoeste de E.U.A. que se celebrará en el otoño de 1988. La selección del lugar se realizará en la reunión del Comité de SSR en octubre.

Alateen celebra su 30º aniversario este año, y los miembros de Al-Anon y Alateen pueden expresar su gratitud por su recuperación a través de la labor de servicio en Alateen. Alateen depende de la activa participación de ambos, Al-Anon y Alateen, trabajando hombro con hombro. Nuestra recompensa es el placer y la satisfacción derivados de ayudar a los más jóvenes de nuestra familia y de nuestras amistades a experimentar un día más resplandeciente y un futuro más lleno de esperanza a través de Alateen. Cada uno de nosotros puede contribuir algo a Alateen, como una forma de transmitir lo que hemos recibido a través del programa. El tiempo dedicado en nombre de Alateen es un obsequio muy especial para ofrecer a nuestros miembros de Alateen.

He aquí unas cuantas ideas aplicables tanto a miembros de Al-Anon como de Alateen: (El servicio de Alateen en la OSM siempre se alegra de recibir ideas de los lectores).

Los miembros de Al-Anon pueden:

- Apadrinar o "Apadrinar con un padrino" a un grupo Alateen.

- Diseminar el mensaje de Alateen inclusive entre nuestros miembros de Al-Anon, para dar a conocer a tantos como sea posible la existencia de Alateen.
- Incluir a miembros de Alateen en funciones de Al-Anon a nivel de Distrito, Intergrupo y de Zona.



- Invitar a un orador Alateen a nuestro grupo Al-Anon.
- Cooperar con los Profesionales, Instituciones y organizaciones de Información Pública que prestan servicios a la juventud para ponerlos al corriente del programa Alateen.

- Tener publicaciones de Alateen disponibles en sus reuniones Al-Anon, o ayudar a un grupo Alateen a conseguir publicaciones apoyando sus esfuerzos de recaudar fondos.

Los miembros de Alateen pueden:

- Leer y compartir publicaciones de Alateen con otros miembros de Alateen, y en particular con el recién llegado.
- Enviar relatos escritos y dibujos para los boletines ALATEEN PARA TI y AL-ANON Y ALATEEN EN ACCION.
- Efectuar una REUNION AMBULANTE de Alateen (véase la guía G-22) para grupos Al-Anon y nuevos grupos Alateen, sesiones de Distrito o Intergrupo, escuelas e instituciones, o para profesionales que trabajan con jóvenes.
- Llevar el mensaje de esperanza de Alateen al recién llegado.
- Convertirse en Padrino de Alateen al hacer la transición a un grupo Al-Anon. Nuestros miembros Al-Anon y Alateen saben que la gratitud es un sentimiento que se profundiza y expande cuando se comparte con los demás.



En previos números de *DENTRO DE AL-ANON*, se pusieron de relieve diversas cuestiones expuestas por distintos grupos. En una reciente encuesta de los lectores de *DENTRO DE AL-ANON*, éstos solicitaron mayor información acerca de grupos y expresaron particular interés en información acerca de hijos adultos en Al-Anon. Procuramos ser complacientes, así que he aquí el Reflector de Grupo reactivado presentando a un grupo de hijos adultos.

Un promedio de 40 a 50 miembros asisten al Grupo Al-Anon de Hijos Adultos de Alcohólicos en Branford, Connecticut, E.U.A., que se reúne los martes por la noche a las 8. Una hora antes comienza una reunión para principiantes. Los miembros en este grupo parecen ser más jóvenes que los miembros promedio de un grupo Al-Anon, oscilando la mayoría entre los 25 y los 45 años de edad. El grupo utiliza la apertura y cierre habituales de Al-Anon; comienza con la Oración de la Serenidad y se leen el Paso y la Tradición correspondiente al mes.

Leslie C., que remitió pormenores, afir-

mó que una de las mejores reuniones se había basado en "Hagamos un inventario de grupo". Añadió asimismo que, en general, las reuniones más eficaces "son aquéllas que enfocan los Pasos y temas del programa y no las que presentan los defectos del día".

Hay un mínimo de dos a cinco miembros nuevos en cada reunión, lo que contribuye al éxito y la vitalidad de este grupo. Pero esto puede ser asimismo un cuchillo de doble filo, ya que hay pocos miembros que llevan tres o más años en el programa. Otro problema radica en que suele ser difícil mantener la reunión en prelación y evitar que los miembros se distraigan o desvíen del tema. Por esa razón, en casi toda reunión se exhorta a concurrir a otras reuniones Al-Anon. Es más, una reunión reciente se dedicó exclusivamente a platicar sobre la importancia de asistir a otras reuniones.

Otra situación que este grupo enfrenta es que suele haber bastantes miembros que acuden a otros programas basados en los Doce Pasos. "Los miembros más antiguos —señala Leslie— tratan gentilmente de dirigir la atención del grupo a esta intrusión de otros programas y filosofías, cuando ocurre". Al preguntárseles a los miembros las razones por las que acudían a una reunión Al-Anon para hijos adultos, las respuestas eran conocidas:

• Oigo relatos similares a los míos.

- Disfruto de la compañía de más gente joven.
- Aprendí mecanismos más positivos especialmente para enfrentar la ira y para aprender a sentirme satisfecho de mí mismo.
- El alcoholismo es una enfermedad degenerativa y dolorosa y quisiera detener su propagación, primeramente a mí y luego a mi familia.
- Encuentro que en las reuniones de hijos adultos logro enfocarme más en mí misma, mientras que en otras reuniones Al-Anon obtengo más bien una perspectiva de mi efecto en los demás.
- Había aprendido que la forma de sobrevivir en el mundo "real" consistía en aprender a complacer y controlar a los demás, y Al-Anon me ha ayudado a superar esto.
- Empecé a venir a reuniones porque necesito ayuda para enfrentarme a un padre que se está convirtiendo en un extraño, y que cuando me aparto, creo que estoy abandonando a un hombre ahogándose.
- Tras años de terapéutica, pensé que lo tenía todo bajo control, pero lo que estoy aprendiendo aquí es que no tengo que ser responsable de los demás.
- Esta hermandad sincera y sin prejuicios es como un salvavidas en estos momentos.

The FORUM cambia, pero la esencia permanece

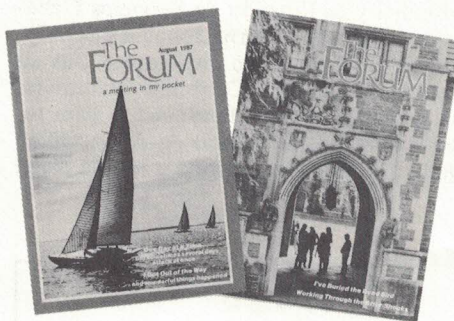
Tras haber servido cuatro años, Fran H. ya no es la editora de *The FORUM*. Antes de convertirse en editora, Fran sirvió fielmente como miembro voluntario del comité editorial de *The FORUM*. Fran fue la segunda editora asalariada, a tiempo completo, desde que *The FORUM* fue expandido a una revista de 24 páginas en mayo de 1978.

Ella forma parte de una línea ilustre de editores comenzando por nuestra querida Lois misma, quien desarrolló el predecesor de *The FORUM* que primero se llamó *The Newsletter* (El Boletín), después se le llamó *The Family Group FORUM* (El Foro de los Grupos de Familia). Posteriormente, Lois fue sucedida por Margaret D., quien editó *The FORUM* por más de veinte años.

En *The FORUM* del mes de agosto en la sección "Compartiendo con ustedes", bajo el encabezamiento de "La Esencia de Al-Anon", Fran escribió lo siguiente:

"Durante mis peores momentos, aprendí que era importante obligarme a mí misma a llamar a alguien, a encontrarme con otro miembro para dar un paseo por el parque, compartir un taza de café. Ello

siempre me hizo sentir mejor, como que nuevamente formaba parte de la especie humana. Es importante permanecer conectados con nuestro grupo para que se-



pan que necesitamos de su apoyo. Mediante la efusión de cariño llegamos a conocer lo primordial de Al-Anon. Nuestra necesidad es el catalizador; recibimos el afecto del grupo y nos sanamos. A su vez, podemos responder con amor al próximo miembro que se halle sufriendo. Nos ayudamos mutuamente a salir de la desesperación. Somos buenos samaritanos los unos con los otros."

Fran aportó su propio toque de devoción a la revista. Al desearle, todos, a ella la serenidad que nuestra hermandad ofre-

ce, es reconfortante saber que *The FORUM*, con sus muchos artículos escritos por Fran, seguirá siendo un legado para nuestros miembros. Pero Fran, al igual que las previas editoras estarían prontas a señalar, la esencia de *The FORUM* es su reunión mensual en papel.

Ahora imagínense esto — . . .

(viene de la página 1)

Nueva York (N) se convirtió en el tercero y último caricaturista. El Comité de Publicaciones literalmente escribió unos guiones para cada dibujo o caricatura, y la ardua labor continuó. Ya casi terminado, el manuscrito ahora contiene material redactado de la revista *The FORUM* de 1983-1984. Muestra cómo un grupo de miembros, incluso hasta los más negativos de ellos, utilizan los principios y estructuras sugeridos de las Tradiciones a medida que tratan de recuperarse de los efectos del alcoholismo en sus vidas.

Estén atentos a la llegada a su grupo de los anuncios y hojas de pedido para finales de este año.

Vida del Personal

Gloria P.

Gloria P. ha sido Administradora (Custodio) Regional por Canadá Occidental desde 1985. Es una mujer alta, esbelta, con radiantes y claros cabellos rubios, que se desenvuelve con un aire de silenciosa dignidad. Gloria se crió con una madre alcohólica (que fue reclusa), y sirvió en el ejército femenino canadiense de 1942 a 1946. Ha dedicado la mayor parte de su vida adulta a la gestión de negocios y a actividades voluntarias. Gloria vino por primera vez al programa el Día de las Madres de 1971, después que su esposo terminó su tratamiento de tres semanas. Su motivo principal de venir era averiguar *por qué* su esposo había finalmente optado por la sobriedad. ¡Cómo fue capaz de parar de beber —después de 25 años— con sólo tres semanas de rehabilitación!

Cuando Gloria descubrió a Al-Anon, ya tres de sus cinco hijos habían sido lesionados en graves accidentes ocasionados por el beber de otra persona. Su matrimonio se deterioró algo con el transcurso de los años, pero no era una situación intolerable. Ella se había acostumbrado a la presencia del alcohol en su hogar, y había aprendido también a soltar las riendas. La nueva sobriedad de su esposo, sin embargo, la obligó a confrontar arraigados sentimientos de agravio y rencor.

Gloria fue introducida a la labor de servicio en su primera reunión, y debido a su propio caso, la atrajo en particular la labor de Información Pública. Recordó sesiones previas a Al-Anon, en que profesionales le dijeron que se diera por dichosa; que como quiera que sea disfrutaba de una cómoda vida a nivel de clase media, que su esposo no la maltrataba físicamente. Sin embargo, a medida que la enfermedad fue progresando los problemas que socavaban el matrimonio fueron empeorando. Había pensado en la separación, pero eso no era

lo que ella quería. “¿Adónde voy con cinco muchachos?”, se preguntaba. Actualmente ella afirma que no estaba obsesionada con el beber de su esposo, sino con la persona que estaba obsesionada con la bebida.

A través de Al-Anon, se asomó la realidad. Gloria le dijo a su esposo cuanto calificativo hay, excepto alcohólico; en Al-Anon se utiliza esta palabra. Por fin, Gloria se encaró frente a frente con la enfermedad. A pesar de haberse criado en un hogar afectado por el beber de otro, ella no se había percatado de que su esposo era también alcohólico. El bebía y habían tenido dificultades, pero la negación impedía que ella viera la conexión. Al-Anon eliminó esa negación.

A medida que Gloria se fue desprendiendo de su esposo, él reaccionó por no comunicarse. Ella sabía que tenía que llenar el vacío en su vida con nuevas actividades, y el servicio se volvió el sustituto. Sus cuatro hijos, que todavía vivían en la casa, dice ella, la apoyaron mucho. No perdieron su sentido del humor y, “me salvaron de acabar en un manicomio”.

Para Gloria, el servicio y la recuperación marchan al unísono. En unos cuantos meses, Gloria llegó a ser funcionaria de grupo, luego RG, RD, y voluntaria en Servicios Centrales, donde desempeñó por seis años cargos de coordinadora y Coordinadora de I.P. Se tomó una excedencia de la labor de servicio durante cinco años para concentrarse en su trabajo a tiempo completo, y posteriormente fue nombrada gerente interina de la oficina del Comité de Información Pública Nacional en Canadá, de 1983 a 1984.

En 1985 Gloria fue elegida Administradora Regional, un puesto que la expuso a experiencias en Al-Anon totalmente nuevas, incluyendo la Conferencia de Servicio Mundial y la Reunión de Servicios Generales Al-Anon Internacional (RSGAI). Gloria sigue llena de entusiasmo tras su segunda CSM. Ve la Conferencia como un proceso que sirve de fundamento para todos los Grupos de Familia Al-Anon. Opina que es vital que se atienda a lo que dicen

los Delegados, y que se reconozca el valor de sus aportaciones. “¡Ellos tienen tanto que contarnos —observa ella y agrega—, y de ello surgirá la unidad!”

Gloria piensa seguir prestando sus servicios a la hermandad en cualquier forma que pueda. “Siento que pertenezco aquí. Es un buen lugar para mí; un lugar acogedor”.

Calendario de Al-Anon y Alateen

OCTUBRE 1987

10-12 - Colombia, So. América. — VII Congreso Nacional de Al-Anon y Alateen. Escriban a: Edificio Santander, Of. 503, Villavicencio, Meta, Colombia.

16-18 - California Sur — 36ª Convención A.A., Al-Anon y Alateen. Escriban a: Publicity Chairperson. P.O. Box 986, Lucerne Valley, CA 92356.

16-18 - Kansas — Segunda Convención Anual de A.A. Nuevos Horizontes. Participación de Al-Anon. “El Rancho Viejo”, Arkansas City, KS. Escriban a: Loubelle. Box 1519, Evanston, Wichita, KS 67219.

23-25 - Illinois — 1987 Convención Estatal de Al-Anon/Alateen. Participación de A.A. Pheasant Run Resort, Rt. 64, St. Charles, IL 60174. Escriban a: IL Al-Anon/Alateen State Convention, P.O. Box 1721, Aurora, IL 60507.

23-25 - Oklahoma — Decimoquinta Convención Al-Anon/Alateen. Participación de A.A. Fountainhead Resort Hotel, HC-60 P.O. Box 453, Checotah, OK 74426. Escriban a: Area AFG Convention, P.O. Box 371, Inola, OK 74036.

24 - Vermont — Primera Conferencia Al-Anon/Alateen. Participación de A.A. VT Technical College, Randolph Center, VT. Tel. (802) 456-8782.

30-31 - Hawaii — Vigésima Sexta Conferencia HI de A.A. Participación de Al-Anon y Alateen. Sheraton Waikiki Hotel, Honolulu. Escriban a: Al-Anon Conference Chairman, P.O. Box 61031, Honolulu, HI 96839-1031.

30-1 Nov. - Canadá — Vigésima Octava Convención Bilingüe de A.A. Participación de Al-Anon/Alateen. Palais des Congres, Montreal, Quebec. Escriban a: Joan F., 4550 Prince of Wales, Montreal, Quebec, CCAn. H4B 2L3.

NOVIEMBRE

6-8 - California — Conferencia Alateen Northern CA. Newark-Fremont Hilton. Escriban a: Jillian R., 724 Peralta, Berkeley, CA 94707.

27-29 - Bermuda — Convención Anual de A.A. Participación de Alateen. Hamilton Princess Hotel, con vista del puerto de Bermuda. Escriban a: Bermuda Convention, P.O. Box WK 178, Warwick WKBX, Bermuda.

DENTRO DE Al-Anon

Dirección para correspondencia: P.O. Box 862, Midtown Station, New York, N.Y. 10018-0862, U.S.A.

Publicado cada dos meses por Al-Anon Family Group Headquarters Inc., 1372 Broadway, New York, N.Y. 10018, U.S.A.

© Al-Anon Family Group Headquarters, Inc., 1987. Suscripciones anuales. Estados Unidos, Canadá, México y Puerto Rico: Individuales, US\$2.00. Para los grupos, 10 copias bimestrales, US\$6.00. Para el resto de los países: individuales, US\$3.00. Para los grupos, 10 copias bimestrales, US\$7.00.

En este boletín aparecen noticias, guías y comentarios provenientes de miembros de Al-Anon voluntarios, del personal y lectores que comparten sus experiencias de crecimiento espiritual individual y de grupo a través del servicio.

