



Ya salió el libro ALATEEN UN DIA A LA VEZ

El nuevo libro (sólo en inglés) ha sido escrito por los miembros de Alateen y para éstos y les habla en términos con los cuales ellos pueden identificarse con lo relatado. Las experiencias personales, recopiladas durante un periodo de varios años, captan la lucha de vivir con el problema del alcoholismo y la fortaleza, esperanza y compartimiento que los miembros de Alateen han encontrado con el programa.

Carole K., Secretaria de Alateen del personal, explica cómo sucedió esto: "La Conferencia aprobó el proyecto en 1977."

"Hacer que los adolescentes escribieran sus ideas y pensamientos para el libro costó algún trabajo. Hicimos peticiones en *Alateen Talk*, el *FORUM*, *Dentro de Al-Anon* y en todas nuestras otras publicaciones", manifiesta Carole. "Timmy, que fue la primera secretaria de Alateen, y yo fuimos a diferentes congresos de Alateen. Les hacíamos saber con anticipación a los organizadores que íbamos a asistir a ellos y les pedíamos que animaran a los miembros de Alateen a que contaran sus experiencias."

Pasajes como el siguiente ponen de relieve el alcance del compartimiento: "El programa me ayudó a darme cuenta de que los problemas de nuestro hogar causados por el alcoholismo afectaban a toda la familia. Cuando comencé a comprender simplemente lo profundamente afectada que había sido mi madre, dejé de odiarla."

Y: "Sigo siendo un soñador, pero está bien porque ahora sé diferenciar lo que es realidad y lo que es quimera." En otro relato se dice: "Siempre estaba dispuesto a culpar a todo el mundo de todas las cosas que no estaban de acuerdo con mis ideas. . . Ahora estoy aprendiendo a dejar de echar la culpa a otras personas".

El libro *Alateen Un día a la vez* es similar en presentación al libro *Un día a la vez en Al-Anon*. Tiene una página de introducción, 366 lecturas diarias, y un índice de temas.

Lo realmente extraordinario del libro, dice Carole, es que "los miembros de Alateen han escrito este libro ellos mismos. La reunión de los textos y la preparación para publicación del libro consistió a menudo en tomar una frase de una carta y combinarla con un relato de otro miembro. Con la ayuda de nuestro personal y de un redactor que trabaja independientemente, antiguo miembro de Alateen y actual miembro de Al-Anon, el libro se perfeccionó y se puso a punto para su publicación.

Carole continúa: "Las experiencias al comienzo se concentraban mayormente en el amor y el Poder Superior y solamente un sentimiento general de aceptación mutua. Con el tiempo, aparecieron más y más aspectos del programa, tales como los Pasos."

En lugar de terminar cada página con un *Recordatorio para hoy*, como en el libro "Un día a la vez en Al-Anon", hay una sección final llamada "Temas para meditar". A diferencia del libro de Al-Anon, estas secciones no contienen citas de las Escrituras ni de filósofos, sino cortos resúmenes de ideas de Alateen.

La siguiente cita del 3 de enero, página 3, es típica: "Ser un adolescente no es fácil. Tampoco lo es vivir con un alcohólico. Cuando ponemos estas dos cosas juntas podemos tener un problema doble. Pero hoy, con la ayuda del programa, estoy aprendiendo a hacerle frente."

Otra cita del 8 de febrero, página 39: "Está bien que uno se enoje, pero lo importante es no perder los estribos".

Contener la ira puede ofender a otras personas, así como a uno mismo. Exteriorizarla de forma saludable nos da la oportunidad de calmarnos y disfrutar de la vida." Al igual que el libro *Un día a la vez en Al-Anon*, este nuevo libro de Alateen está destinado al uso personal. "Sí, puede hablarse de él en las reuniones", comenta Carole, "pero no debe ser la única fuente de temas para la reunión. Creo que va a tener una gran cantidad de lectores, aparte de los de Alateen. Va a servir a los miembros más jóvenes de la familia que todavía no han ingresado en el programa; va a ayudar a los padres que deseen compartir el programa con los adolescentes que no creen haber sido afectados, y va a ser muy útil para los hijos adultos de alcohólicos."

"Nosotros no moderamos ninguna opinión", continúa diciendo Carole. "Algunas páginas son tristes. Lo que hemos hecho es cambiar algunas expresiones

(Continúa en la página 4)

Hijos adultos: los nuevos vástagos de Al-Anon

En un programa lleno de paradojas, no es sorprendente que el año pasado, en que la hermandad Alateen cumplió 25 años, los grupos Al-Anon de hijos adultos de alcohólicos estuvieran en su etapa inicial en los Estados Unidos y el Canadá.

"Ellos siempre estuvieron presente", como dice justamente un miembro, "lo que pasa es que simplemente ahora hay más." Entre los hijos adultos de alcohólicos que llevan años asistiendo a grupos de Al-Anon hay miembros que pueden haber comenzado a asistir a causa de los efectos de la bebida de su cónyuge. Entre otros hijos adultos de alcohólicos se hallan los miembros de Alateen que ya dejaron de ser adolescentes.

Muchos adultos hijos de alcohólicos

que ahora asisten a Al-Anon ya no están en contacto frecuente con un alcohólico o posiblemente no tienen ningún contacto con él. Como dice un antiguo miembro de Alateen, ahora en Al-Anon, "yo afronto mis problemas cuando llegan. Estos miembros están afrontando las consecuencias de la enfermedad del alcoholismo, que durante años no fue atendida".

También asisten a los grupos Al-Anon de hijos adultos muchos miembros que se han recuperado en AA de sus propios problemas de bebida, para darse cuenta después que necesitan Al-Anon para que les ayude a recobrar de los efectos profundamente arraigados de la bebida del padre o la madre.

(Continúa en la página 4)

El Servicio Mundial por dentro

Seminario de Servicio Regional (SSR)

Nordeste de Estados Unidos

Esta Región comprende los estados de: Connecticut, Delaware, Indiana, Maine, Maryland, Massachusetts, Michigan, Nueva Hampshire, Nueva Jersey, Nueva York, Ohio, Pensilvania, Rhode Island y Vermont.

Durante los días 10, 11 y 12 de junio de 1983 miembros de Al-Anon y Alateen interesados en el servicio tendrán la oportunidad de compartir sus experiencias de servicio en la universidad de Tufts en Medford, en las afueras de Boston, Massachusetts.

El costo de un cuarto para dos, la inscripción y seis comidas es de US\$75.00. Para los que no se queden en la universidad de Tufts, hay una cuota de inscripción de US\$20.00 exigida por la universidad. Pueden pedirse las comidas solamente haciendo las reservaciones con cuatro semanas de anticipación. Simplemente indiquen su selección en el formulario de inscripción en la parte correspondiente a las comidas. Pueden pagar éstas al llegar a la universidad de Tufts.

(Desayuno, US\$2.93; almuerzo, US\$4,15; y cena, US\$6.25).

Último día de inscripción: 1 de mayo de 1983.

Oeste del Canadá

Esta Región comprende las provincias de: Manitoba, Saskatchewan, Alberta y Columbia Británica y su territorio de Yukón. Este SSR se llevará a cabo durante el fin de semana del 30 de septiembre y 1 y 2 de octubre en el hotel Regina Inn, en Regina Saskatchewan.

Último día de inscripción: 15 de agosto de 1983.

Si desean más información, escriban a la OSM. También pueden ponerse en contacto con su Servicio de Información o su Delegado. Aunque los SSR se celebran en regiones determinadas, todos los miembros están invitados a asistir a ellos.

Instituciones

¿Quién está a cargo de una reunión de instituciones?

Ningún miembro en particular está a cargo de una reunión

de Al-Anon. Cualquier miembro experimentado de Al-Anon o Alateen puede presidir una reunión de un grupo de instituciones.

¿Cómo hacer esto de forma sencilla?

Utilizando las experiencias compartidas de miembros que llevan años participando en el servicio de Instituciones. Escriban y soliciten una copia gratis del volante "Reuniones de grupos de Instituciones Al-Anon y Alateen" (S-22). Todo grupo debiera tener una copia disponible por si le piden a un miembro que preste sus servicios como voluntario en un centro de tratamiento, un hospital, una institución penal, etc.

Cooperación con los profesionales (CCP)

Muchos de nuestros mejores deseos de servir surgen al observar nuestras experiencias personales. Considerando las siguientes preguntas y afirmaciones Uds. pueden iniciar un proyecto de Cooperación con los Profesionales (CCP)

1. ¿Se han reunido Uds. con los profesionales que dirigen su escuela, iglesia o, institución?
2. ¿Alguien de su grupo desea que ellos (médicos, abogados, profesores, etc.) puedan comprender lo que es Al-Anon y Alateen?
3. ¿Por qué envían ellos a los alcohólicos, familiares de los adictos a drogas etc., a nuestras reuniones?
4. ¿Por qué no nos envían ellos a los familiares de los alcohólicos?
5. Mi hijo tiene problemas en la escuela y ellos no le comprenden.
6. Mi médico (jefe, sacerdote, etc.) nunca comprendió lo que yo estaba pasando.

El servicio de CCP es una forma de explicarles a ellos (los profesionales) lo que es Al-Anon y cómo esta hermandad puede ayudarles en su labor. Si nosotros queremos que ellos nos comprendan, tenemos que comunicarnos con ellos. Muchos profesionales desean ayudar, pero no saben cómo hacerlo. El servicio de CCP tiene los medios para comunicarles a ellos nuestro mensaje de esperanza. ¿Qué ha hecho su grupo? Cuéntenos sus experiencias para que así otros miembros puedan ser informados.

El personal de la OSM se despide de Nell Wing, Archivista de AA.

En un espíritu progresivo de cooperación, Nell Wing visitó recientemente la OSM para despedirse afectuosamente del personal, con motivo de su jubilación como archivista de la Oficina de Servicio General de AA (OSG), después de 35 años en este empleo. Ella expresa francamente su amor por ambas hermandades y nunca se cansa de relatar historias sobre Lois y Bill (cofundadores de Al-Anon y AA).

Sentada a la mesa con el personal de la OSM, saboreando el café y las galletas, Nell, con su humor habitual, contó anécdotas de sus comienzos en la OSG

como secretaria de Bill, lo que comprendía multitud de labores tales como telefonista y "vigilante" en la Conferencia. Desde 1973, ella ha participado principalmente en el establecimiento y organización de los Archivos de AA. Al hacer esto, ha pasado muchos fines de semana con Lois en su casa, "Stepping Stones", en Bedford Hills, Nueva York (E.U.A.). Nell ha ayudado mucho a todo el personal de la OSM a investigar las experiencias de AA y particularmente ha ayudado a Margaret O'B., archivista de la OSM, cuando la OSM comenzó sus propios archivos, en 1978.

Antes de marcharse Nell, Margaret le enseñó los Archivos de la OSM que recientemente habían sido puestos en otro lugar de la oficina. Margaret se



mostró radiante cuando Nell, con los ojos lagrimosos y el rostro sonriente, expresó su admiración. Se invitó a Nell, que piensa quedarse en la zona de Nueva York, a que visitara la OSM cuando quisiera.

Necesidad de ver, oír, ser sensible y comunicarse.

Como dice Sonia Sánchez, la poetisa latinoamericana, hay cosas más tristes que Ud. y yo, algunas personas ni siquiera son sensibles ni se comunican.

¿No es verdad que somos afortunados en nuestra hermandad? Nosotros realmente nos comunicamos. Nos comunicamos emocional y espiritualmente al comunicarnos la filosofía de Al-Anon.

Algunas personas necesitan que las publicaciones aprobadas por la Conferencia sean sensibles al tacto (o puedan escucharse) para poderlas leer. Para esos miembros, la OSM tiene una lista, que puede solicitarse, de folletos y libros (sólo en inglés) y cassettes para los que tienen impedimentos visuales. Este material puede comprarse o tomarse prestado.

La OSM está aumentando constantemente sus instrumentos audiovisuales para los miembros que tienen impedimentos visuales o para los que prefieren escuchar a leer. El folleto "Alcoholismo, contagio familiar", que contiene muchos elementos básicos del programa, ha sido impreso en letra grande (sólo en inglés). El año pasado este folleto también fue grabado, leído por cinco actores, en un cassette de una hora de duración (sólo en inglés) que puede solicitarse a la OSM. El precio es US\$6.00.

Para considerar la producción de otras publicaciones en forma de cassette, necesitamos sus sugerencias. Por favor, escríbannos y dígnannos qué publicación desearían escuchar.

"Lois W. y los pioneros" (sólo en inglés) fue otra cinta magnetofónica producida en 1982 que encantará y conmovirá a todos los miembros. Copias de este juego de dos cassettes, cuya duración total es de dos horas, están disponibles al precio de US\$10.00 cada juego. Los cassettes de *Reuniones para principiantes* son seis reuniones simuladas de 15 minutos cada una, y cuesta US\$10.00 el juego de tres cassettes. Estas piezas forman parte de una lista siempre creciente de todo el material de Al-Anon para que los miembros vean, escuchen y se comuniquen.

Vean el número de junio de Al-Anon en las Instituciones. Este número del boletín que generalmente se envía solamente a los grupos de Instituciones, se enviará a todos los grupos.



Cuando ingresé en Al-Anon, mi hija tenía cuatro años y yo vivía con un alcohólico activo propenso a la violencia. Durante los primeros meses en el programa, más de un miembro nos encontraría a mí y a mi hija en los escalones de la puerta de su casa, después de haber salido apresuradamente de la mía. Una noche, después de despertar a una amiga de Al-Anon, arropamos a mi hija tranquilamente en la cama y, mientras la tetera silbaba en la cocina, conversamos. Con los ojos llorosos le dije: "¿Cómo podré pagarte alguna vez lo que estás haciendo por mí?". "Es fácil", contestó ella, "simplemente transmite el mensaje."

Con estas palabras grabadas en mi

Salón de la Junta: Notas de la reunión

Por Hank G.

"Después de la Conferencia, la Junta de Administradores (Custodios) de Al-Anon debería ser nuestro grupo más influyente de servidores mundiales", se manifiesta en el manual de "Los Doce Conceptos de Servicio de Al-Anon", en la página 14.

Para cumplir con este importante deber, la Junta de Administradores se reúne trimestralmente para estudiar la labor de todos los otros comités de la OSM y considerar los asuntos que afecten a Al-Anon en su totalidad.

En su reunión de enero, entre el momento de silencio a las 10 de la mañana y la despedida a las 3 de la tarde, tuvo lugar una estimulante discusión entre los asistentes, muchos de los cuales presentaron diferentes puntos de vista.

En la agenda figuraba el análisis de la declaración financiera anual de 1982. Las perspectivas sombrías presentadas en la reunión de octubre se aclararon con la ayuda de los miembros y grupos de Al-Anon y Alateen que se dieron cuenta de la necesidad y contribuyeron más que nunca en 1982.

Como la OSM no puede esperar hasta la reunión trimestral de la Junta para ocuparse de los innumerables detalles que aquélla necesita para funcionar, se delegan las responsabilidades del Comité Ejecutivo que se reúne mensualmente y toma medidas que se someten a la Junta para su estudio. Después del estudio de las medidas del Comité Ejecutivo y, en la

memoria, durante años he tratado lo mejor que he podido de transmitir el mensaje de Al-Anon. Actualmente, como miembro del personal de la OSM, no se me permite ocupar puestos de servicio fuera de mi grupo. Sin embargo, siempre he tratado de mantenerme activa en el grupo, apadrinando recién llegados, haciendo de coordinadora de programa, sirviendo los refrescos, dando la bienvenida, etc.

Recientemente, alguien a quien yo apadrinaba apareció en mi puerta un domingo por la tarde con sus cuatro pequeños. Con los ojos llenos de lágrimas dijo: "¿Cómo puedo pagarte?" Creo que todos pueden adivinar lo que respondí.

¿Tienen Uds. una historia que deseen relatarnos sobre cómo transmitir el mensaje? Si es así, envíenla a la OSM. Será tomada en cuenta para publicarla en Dentro de Al-Anon o en otra publicación de la OSM

Sandra F.

Directora de Dentro de Al-Anon

parte correspondiente a la nueva sección administrativa, se discutió la inclusión en el folleto de los Doce Conceptos de un escrito relacionado con los Seminarios de Servicio Regional y la cooperación con los profesionales; la posible extensión de la Junta de Administradores; la asistencia de participantes que no tengan voto a la CSM de 1983 y detalles de una encuesta que se ha propuesto para la hermandad.

Nunca hay una reunión administrativa de Al-Anon que no tenga sus momentos conmovedores y en este sentido la reunión de enero de la Junta no fue una excepción. Cuando Virginia M., Presidenta del Comité de Nombramientos, anunció que Henrietta S., Tesorera, terminaba su segundo término como miembro voluntario de la Junta, todos aplaudieron en agradecimiento a sus servicios. Muchos de Uds. recordarán a Henrietta (ya jubilada) como la primera empleada asalariada de la OSM y Secretaria General durante 25 años. Pueden escucharse sus recuerdos en los cassettes recientemente producidos, Lois W. y los pioneros (sólo en inglés). Aunque con la reunión de abril se pondrá fin a su término en la Junta, todos convinieron en que Henrietta continuará siendo un rostro familiar y bienvenido en la OSM.

Expongan nuestras publicaciones

Ud. puede hacer que los miembros conozcan todas las publicaciones aprobadas por la Conferencia de Al-Anon exponiendo en su grupo un muestrario de todas las piezas.

Vida de Servicio

Norma McG

La vida matrimonial de Norma comenzó sin alcoholismo manifiesto. Ella y su esposo disfrutaron de siete años de bebida social relativamente sin problemas. Norma, que mide sólo 5 pies 3 pulgadas, tiene ojos azules y cabello rubio platino, corto y rizado, reconoce que siempre se ha sentido impulsada a gobernar. Cuando surgieron los problemas de bebida, ella rehusó admitir que había *problemas de dirección*.

Cuando el problema de bebida empeoró, ella tomó la decisión de aceptar un empleo, cuando su niño más pequeño tenía apenas tres meses, dejando a Paul al cuidado de sus cuatro hijos. Aunque trabajaba todo el día, ella seguía ocupándose de todo cuando estaba en casa. Recuerda haberse quedado en vela toda la noche la víspera de una navidad para asegurarse de que todos los juguetes estuvieran colocados debidamente, mientras Paul dormía debajo del árbol. Finalmente, su resentimiento llegó a tal punto que renunció a su empleo. Después de esto, la familia subsistió pobremente y a duras penas, con ayuda económica. Cuando ella intentó ingresar a Paul en un hospital, su médico le advirtió que ningún hospital admitiría a un alcohólico. El le dijo: "Sería providencial que Paul resbalara escaleras abajo y se rompiera una pierna y así sería admitido". Creyéndose completamente sin esperanza, Norma recordó las palabras de una pareja que había conocido hacía algún tiempo y que había hablado de algo llamado AA. Cuando habló con estos miembros se llenó de esperanza al hablar ellos del alcoholismo como una enfermedad. Paul ingresó en AA, pero ella continuó tratando de dirigir todo, hasta los asuntos de él de AA. Con el tiempo, un miembro conocedor le sugirió a ella otro grupo, Al-Anon. Ella se resintió al principio en estas reuniones porque quería hablar de los defectos de su marido y no de los de ella. Lentamente, ella acudió a su Poder Superior y comenzó a aprender. Ni una recaída en la bebida, después de 10 años de sobriedad, la abrumó.

En diferentes ocasiones Norma llegó a ocupar todos los cargos en el grupo, incluyendo el de madrina de Alateen. Después siguió la ruta de toda la estructura del servicio: RG, RD, Delegada Suplente y Delegada del grupo 14 de Delegados del Servicio Mundial.

Cuando Norma fue elegida Administradora Regional por el Nordeste de los Estados Unidos, Hank, Presidente de la Junta, reconociendo su talento para la organización, la nombró Presidenta del Comité Ejecutivo y, después, del Comité de Guías, en el que actualmente presta sus servicios.

La inclinación a *dirigir* que le causó tantos contratiempos en su hogar hace años, finalmente se utilizó de forma constructiva.

Hijos adultos (viene de la página 1)

Estos miembros en particular han hecho una petición urgente de publicaciones sobre los hijos adultos de alcohólicos. Linda McF., secretaria de publicaciones, les manifestó; "Sólo podemos publicar *sus* experiencias si *Uds.* nos las relatan a nosotros." Y así lo hicieron!. Cartas, manuscritos, artículos para el FORUM y cintas magnetofónicas llegaron en abundancia. "Deseamos aún con entusiasmo recibir más historias de *Uds.*, pero indudablemente toda publicación existente aprobada por la Conferencia es para todo el mundo", añade ella.

Una reimpresión de ocho páginas de artículos del FORUM sobre los hijos adultos de alcohólicos también está disponible ahora (sólo en inglés) para contribuir a satisfacer la necesidad de publicaciones. Planes futuros incluyen la extensión del folleto "Hijos adultos de alcohólicos" y la inclusión de un capítulo para hijos adultos en la segunda edición de "AL-ANON SE ENFRENTA AL ALCOHOLISMO" (sólo en inglés).

Con más grupos inscribiéndose, compuestos principalmente de hijos adultos, un miembro de Wisconsin (E.U.A.) repite una pregunta que se hace a menudo: "¿Son los grupos especiales de hijos adultos de alcohólicos un beneficio para Al-Anon en su totalidad?" Hay muchas opiniones sobre este tema. Algunas opiniones se han publicado en números recientes de *Dentro de Al-Anon*. El tema se ha suscitado igualmente en el Comité de Guías de la OSM y en la Conferencia de Servicio Mundial. El hecho sigue siendo que cada vez están formándose más grupos de Familia Al-Anon de hijos adultos e inscribiéndose en la OSM con el acuerdo de que seguirán las Tradiciones y mantendrán sus puertas abiertas para todos.

Puede que ellos sean los nuevos vástagos de Al-Anon, pero no hay duda de que han sido profundamente afectados y nos alegra que hayan encontrado un hogar en Al-Anon.

Calendario de Al-Anon y Alateen

MAYO

6-8 Ontario (Canadá)—XIX Congreso Anual de AA. Participación de Al-Anon y Alateen. Sheraton Brock Hotel. Niagara Falls, Ontario, Canadá. Escriban a: Publicity Chairman, P.O. Box 294, St. Chatherines, Ontario L2R 617, Canadá.

13-15 Idaho (E.U.A.)—Asamblea de primavera de la zona de Idaho. O'Connor Field House, Caldwell, ID. Escriban a: Spring Assembly, Box 27, Caldwell, ID 83605

13-15 Nuevo México (E.U.A.)—III Congreso Anual de Al-Anon y Alateen. Sede: Hobbs Motor Inn, Escriban a: Registration, Box 2285, Hobbs, N.M. 88240

20-21 Misuri (E.U.A.)—Congreso de Zona de Al-Anon. Ramada Inn. Sedalia, Misuri 65301

28 Toronto (Canadá)—Día Al-Anon de Toronto.

JUNIO

3-5 California (E.U.A.)—Conferencia del Norte de California. Holiday Inn. Redding, CA. Escriban a: Lisa Brandt, 6792 Digger Pine Ln, Anderson, CA 96007

3-5 Maryland (E.U.A.)—Conferencia de 1983 de MD/DC. Washington College. Chestertown, Maryland

3-5 Nueva York (E.U.A.)—Congreso de primavera de Nueva York. Siena College. Loudenville, Nueva York

3-5 Ohio (E.U.A.)—Conferencia Al-Anon del estado de Ohio. Bowling Green State University. Bowling Green, OH. Escriban a: Box 6054, Toledo, OH 43614

3-5 Winnipeg (Canadá)—V Conferencia Anual de Al-Anon y Alateen de Manitoba Biscount Gort Inn. Winnipeg, Manitoba, Canadá.

9-12 Ohio (E.U.A.)—Conferencia Internacional de Jóvenes de alcohólicos Anónimos. Reuniones de Al-Anon y Alateen. Escriban a: I.C.Y.P.A.A., P.O. Box 37206, Cincinnati, OH 45222

10-12 Kansas (E.U.A.)—XI Conferencia Anual de Al-Anon y Alateen de Kansas. Bethany College. Lindsborg, KS. Escriban a: Kansas Area Conference, Box 3711, Wichita, KS 67201

10-12 Pensilvania (E.U.A.)—XI Congreso de Al-Anon de Pensilvania. Gettysburg College, Gettysburg, PA. Escriban a: Registration 250 King Air Circle, Washington, PA 15301

Alateen (viene de la página 1)

para que pueda traducirse fácilmente. No se utilizaron modismos típicos de los adolescentes, para que todos puedan comprender."

El nuevo libro "ALATEEN, un día a la vez" está encuadrado con una cubierta roja, adornada con una salida de sol en dorado. El amanecer representa un nuevo día y un nuevo comienzo: un día a la vez.

DENTRO DE Al-Anon

Dirección para correspondencia: P.O. Box 182, Madison Square Station, New York, NY 10159-0182

Publicado cada dos meses por Al-Anon Family Group Headquarters, Inc. 1 Park Ave., New York, NY 10016.

©Al Anon Family Group Headquarters, Inc., 1978. Suscripciones: Solamente para los grupos. Estados Unidos, Canadá, México y Puerto Rico 10 copias bimestrales por \$6.00 anuales. España, Centro y Sur América 10 copias bimestrales por US \$7.00 anuales.

Este boletín presenta noticias, guías y comentarios de los voluntarios, miembros del personal y lectores que comparten experiencias de crecimiento espiritual individual y de grupo mediante el servicio.