



## CONTENIDO

- Editorial:
- Saludos de fin de año
- Duodécimo Paso
- Compartiendo Fortaleza y Esperanza
- Comité de Seminario
- Comité de presupuesto
- Espacio Alateen
- Aniversario de Grupos
- Novedades
- Agenda
- Recursos Útiles
- Links de Interés

## EDITORIAL

Falta poco para comenzar otro año y en este tiempo de espera siempre nos sugieren hacer un balance del año transcurrido y pensamos que, en este camino recorrido, estuvimos muy acompañados por el grupo, nuestros padrinos, nuestros compañeros de servicio, Conferencia, Talleres, SS Regional, Comités, el personal de la OSG y la Junta de Custodios.

Y mirando hacia atrás este camino transitado, nos damos cuenta de que siempre nos llevó de la mano nuestro Poder Superior, nos mostró que podíamos renovar nuestra Fortaleza y Esperanza, para poder estar dispuestos a pasar el mensaje a quienes todavía están sufriendo.

Cuando den las doce, tomémonos de las manos imaginariamente, y digamos la Oración de la Serenidad para que Al-Anon/Alateen siga creciendo en Unidad y haya menos familias que sufran.

Desde la Junta de Custodios, queremos dejar nuestros deseos para que el año que se inicia, nos colme de Ilusión, Alegría y Entrega en el Servicio.

Feliz 2025!!!



## DUODÉCIMO PASO

**Duodécimo Paso:** *"Habiendo logrado un despertar espiritual como resultado de estos Pasos, tratamos de llevar este mensaje a otras personas, y practicar estos principios en todas nuestras acciones".*

Darnos a conocer es esencial para cumplir con el propósito primordial de la hermandad, enunciado en la Quinta Tradición, y esto incluye tanto a los grupos Al-Anon como Alateen.

Muchos podrían preguntarse ¿por qué siendo miembros adultos de Al-Anon debemos hacer el Paso Doce de Alateen? Podría decir que Alateen es nuestro futuro, pero nada es más efectivo para responder esta pregunta como la misma literatura, herramienta esencial para dar a conocer los principios del programa y compartir experiencia, fortaleza y esperanza;

*"...en Alateen descubrí que el alcoholismo es una enfermedad. Comprenderlo y aceptarlo me ayuda a dejar de sentirme culpable cada vez que mi mamá me echa la culpa por su forma de beber. (...) también aprendí que el alcoholismo es una enfermedad familiar (...) ahora, gracias al programa, puedo entender mejor a mis padres y se ha afianzado la relación entre nosotros..."*

Extraído de Un día a la vez en Alateen, pág. 325.

*"...la labor del Duodécimo Paso consiste en difundir el programa. Es como comerse una naranja. Si simplemente me la como y tiro las semillas al rato volveré a sentir hambre, pero si planto las semillas crecerán otras matas de naranja y habrá naranjas para mí y para los demás".*

Extraído de Un día a la vez en Alateen - 20 de diciembre - pág. 355.



*Transmitiendo un mensaje de esperanza*



Grupos de Familia  
**AL-ANON/ALATEEN**  
*Esperanza para familiares y amigos de alcohólicos*



## COMPARTIENDO FORTALEZA Y ESPERANZA

### Esto no me va a ayudar

Cuando llegué a Al-Anon pensé "*esto no me va a ayudar*" estaba equivocada, a pesar de que mi familiar sigue bebiendo, mi vida cambió totalmente.

Muchas veces mi frustración y mi enojo me hacen pensar que su actitud es caprichosa y no un síntoma de la enfermedad. Sé que muchas partes del programa me cuestan pero hay otras que ya pude comenzar a ejercitar.

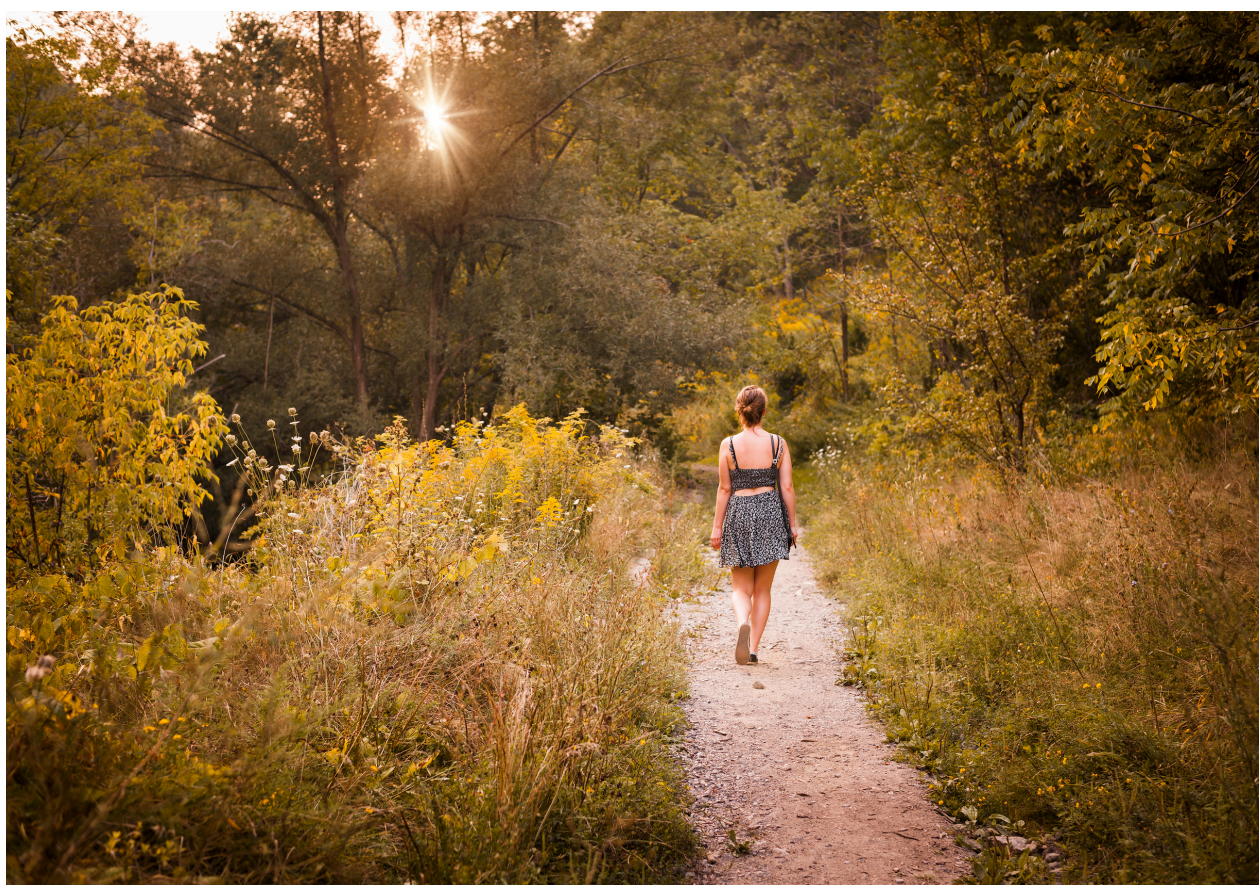
Ya no está cada uno encerrado en su cuarto evitando las discusiones.

Practicar el programa me dió el valor para hacer un viaje sola, reunirme con amigos, me animo a hacer cosas que me gustan como tejer, tener momentos en familia de charlas y risas, tranquilidad, una relación hermosa con mi hija, y la oportunidad de conocerme y sanar heridas de mi infancia.

Tengo esperanzas de que mi esposo también comience su propio camino de recuperación.

¡Qué suerte que yo pude comenzar el mio!

**Norma, Distrito Sudoeste.**



# COMITÉ DE SEMINARIO DE SERVICIO REGIONAL

Extracto del Resumen del  
**26° Seminario de Servicio Regional - Región Sur - Híbrido**  
9 y 10 de noviembre 2024  
Mar del Plata

***"Con participación, fe y esperanza, la Región Sur se une en el servicio"***



No se puede sostener la recuperación sin servicio ya que nos beneficiamos en nuestro progreso, como resultado de la permanencia y pertenencia, para que Alanon/Alateen siga funcionando siempre. Para la recuperación de cada uno de sus miembros y para ofrecer ayuda a los que lleguen a buscarla. Nos identifica con el grupo, nos estimula a involucrarnos, a salir del aislamiento y nos da herramientas para poder afrontar la enfermedad.

Los Grupos son los elementos constitutivos de nuestra hermandad. Asumen la responsabilidad final y la autoridad de Al-Anon. En Al-Anon todos los miembros participan en una alianza de trabajo. No se le quita valor a nadie. No hay superiores ni inferiores. La plena participación lleva a la armonía porque hay menos oposición y aislamiento, cuando todos tenemos la posibilidad de contribuir con nuestra voz y voto.

En una sección del seminario se trabajó el primer concepto "La responsabilidad y autoridad fundamentales de Al-Anon corresponden a los Grupos de Familia Al-Anon/Alateen", donde se muestran dos tipos de responsabilidad y autoridad explicadas en los Conceptos: fundamental y delegada". Trata de la autoridad y responsabilidad fundamentales, el derecho a tener la última palabra. El Cuarto Concepto "La participación es la clave de la armonía." Es el principio básico de participación.

Por otra parte, se mencionó la función de la OSG. Esta tiene que ver con el undécimo concepto, "La Oficina de Servicio Mundial, está compuesta de comités selectos ejecutivos y miembros del personal" que prestan servicio a nuestros grupos. Coordinando y llevando a cabo diversos aspectos del servicio Al-Anon. Nos demuestra como la dependencia de la estructura se complementa, así como también los principios de organización, que ponen el servicio a disposición de todos.

Otro tema tratado fue cómo la virtualidad ayuda a lidiar con los sentimientos de aislamiento de aquellos que necesitan. Las reuniones de recuperación virtuales permiten que ingresen miembros dentro y fuera de la ciudad, así como de otras provincias y países. En cuanto al Comité de difusión, con el tema "El dilema de la difusión en una región extensa con solo dos distritos", trabajó sobre un objetivo principal "difundir Al-Anon/Alateen virtualmente en zonas donde no hay grupos".



A esto poder sumar a posibles miembros de la Región Sur, sobre todo en la zona de Provincia de Buenos Aires, Chubut, Río Negro, Neuquén, La Pampa, Santa Cruz y Tierra del Fuego, donde Al-Anon /Alateen, no existe. El objetivo es que crezca el número de miembros virtuales y que luego se formen grupos con aquellos que se animen a abrirlos. En la página de Al-Anon/ Alateen se encuentran los materiales disponibles para realizar difusión virtual y presencial.

El Comité de archivo histórico, llevó a cabo el tema "Nosotros contra ellos" donde se mencionan algunos tipos de conflictos que pueden surgir al hacer servicio. Las herramientas del programa que pueden hacer frente a estas situaciones son la Primera tradición, 6° y 7° conceptos y la segunda y tercera garantía. ¿Mi grupo, mi distrito utiliza las tradiciones y/o conceptos cuando surge este tema de Nosotros contra Ellos?

El Comité Alateen desarrolló el tema de acceso limitado, porque y para qué. Se le llama Acceso Limitado ya que estos grupos funcionan en escuelas o lugares de acceso limitado a causa del lugar. Esto surge en marzo del 2011 donde se comienzan a estudiar las Guías de Seguridad y de Acceso Limitado para Alateen. En abril, se entregan a los directivos de la escuela carpetas con folletería y se concreta fecha para una reunión informativa. Se les orienta sobre la importancia del anonimato a los directivos y docentes, los cuales se interesan en este proyecto.

El Distrito Mar del Plata presentó el tema "Luces y sombras de la pandemia y el después". En el camino perdimos la asistencia de muchos compañeros que, por diversos motivos, no podían participar en las reuniones virtuales, sin embargo, ganamos la presencia de otros que, por vivir en lugares apartados, o donde no existían grupos Al-Anon, habían quedado fuera de las reuniones presenciales. Nos faltó el abrazo y el apretón de manos durante la Oración de la Serenidad, pero siempre nos acompañaron las voces y las palabras de los compañeros que nos ayudaron a transitar esta etapa tan diferente e incierta.

**¡Gracias a todos los que hicieron posible este 26° Seminario, lleno de Amor y Gratitude!**

*— a — a —*

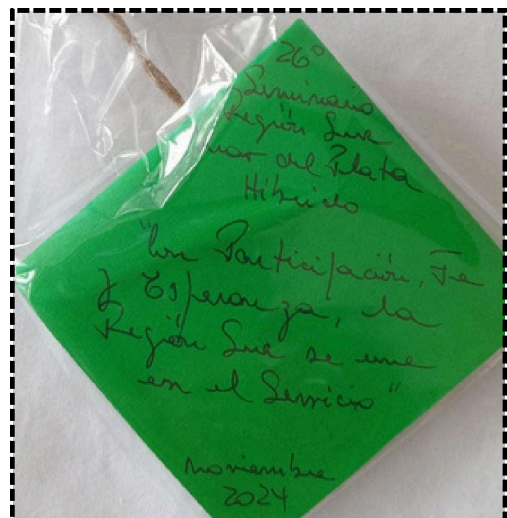
**JUNTOS PODEMOS LOGRARLO**

**Coordinación del Comité Anfitrión del SSR**



**S  
e  
ñ  
a  
l  
a  
d  
o  
r**

**recuerdo del  
26° Seminario**



Grupos de Familia  
**AL-ANON/ALATEEN**  
*Esperanza para familiares y amigos de alcohólicos*

## COMITÉ DE PRESUPUESTO

El comité de presupuesto realizó su última reunión del año el día viernes 29 de noviembre, donde se llevó a cabo la presentación del Taller llamado "El valor de mi recuperación" a cargo del servicio de tesorería del Distrito General Paz. En un muy interesante trabajo, las servidoras compartieron como nuestra recuperación va pasando por distintas estaciones. Luego se dieron a conocer los porcentajes anuales de la tesorería de la OSG, con los saldos mensuales y el total anual 2024, así como la carta de petición.

Durante la reunión se destacó que este año, desde el Comité de Presupuesto, se decidió otorgar una partida de \$24.000 al Comité Digital con el fin de realizar publicidad paga en las redes sociales para hacer visible AL-Anon/ Alateen a las personas que aun no nos conocen. Como resultado hemos recibido un gran numero de mensajes consultando donde encontrar Al-Anon / Alateen.

O.S.G.-2024- Ingresos y Egresos -Saldos Mensuales y total anual												
desde el 1° de Enero al 31 de Diciembre de 2024												
	Enero	Febrero	Marzo	Abril	Mayo	Junio	Julio	Agosto	Septiembre	Octubre	Noviembre	Diciembre
Ingresos Mensuales	\$1,385,126	\$1,752,668	\$2,251,788	\$2,257,862	\$3,768,401	\$2,799,075	\$4,085,863	\$4,836,470	\$3,414,803	\$2,553,468		
Egresos Mensuales	\$886,156	\$1,365,105	\$1,761,067	\$2,290,416	\$3,316,369	\$3,080,289	\$4,140,519	\$3,552,320	\$2,976,283	\$3,732,452		
SALDO MENSUAL	\$498,970	\$387,563	\$490,721	-\$32,554	\$452,032	-\$281,214	-\$54,656	\$1,284,150	\$438,520	-\$1,178,984		
Ingresos totales	\$29,105,524											
Egresos totales	\$27,100,976											
Saldo total acumulado año 2024	\$2,004,548											

## CARTA DE PETICIÓN

En la página siguiente encontrarán el texto de la última carta de petición de este año, enviada por el Comité de Presupuesto. Según el Manual de Servicio, se sugiere leer la misma en dos reuniones consecutivas para ofrecer a cada miembro la oportunidad de realizar un aporte extraordinario y apoyar la valiosa labor del Duodécimo Paso.

*"La Carta de Petición trimestral o cuatrimestral de la OSG le brinda a cada uno de los miembros la oportunidad de participar en la labor del Duodécimo Paso más allá del nivel de grupo. La carta se les envía a cada grupo en los meses de marzo, junio, septiembre y diciembre. Se solicita que dicha carta se lea en dos reuniones consecutivas y seguidamente se haga un aporte especial. Esta es nuevamente una oportunidad para que los miembros contribuyan en gratitud por lo que Al-Anon y Alateen les ha dado". Extracto del Manual de Servicio pág. 35 (versión digital)*



## CARTA DE PETICIÓN

Hola a todos los queridos miembros de Al-Anon/Alateen de la Argentina esperando y deseando que se encuentren bien y agradecidos de formar parte de esta gran hermandad, respetando nuestra Séptima Tradición de ser económicamente autosuficiente, solicitamos que a través de esta carta de petición, un aporte extra para el objetivo de seguir cubriendo los gastos de nuestra O.S.G. ya que en el mes de diciembre pagamos aguinaldos a nuestras tres empleadas de la OSG, y practicando con la labor de nuestro duodécimo paso en acción, que es llegar con nuestro mensaje a todas aquellas personas que sufren. Y para que nadie se quede fuera de esta petición y necesidad sugerimos leerla en tres reuniones consecutivas para cumplir el objetivo de que la comunicación sea clara y eficaz.

Y para seguir sosteniendo el funcionamiento primordial de nuestra oficina con los sueldos de nuestras tres empleadas remuneradas, como está aclarado en el undécimo concepto.


Desde ya muchísimas gracias por esta conciencia bien informada y por los aporte les enviamos un cálido abrazo desde la O.S.G. de Argentina.

11° Concepto de Servicio: *"La Oficina de Servicios Mundial está compuesta de comités permanentes, ejecutivos y miembros del personal"*. (Texto extraído del libro Senderos de recuperación pag. 314.)


**A vuestra disposición y para servirles los saludamos cordialmente .**

**Marcelo P. Daniel B.**

**Tesorero y Sub-tesorero**



" PENSAR EN LA SÉPTIMA TRADICIÓN MERAMENTE COMO DINERO ME IRRITA. PENSAR EN LA SÉPTIMA TRADICIÓN COMO PROTECCIÓN PARA MI CRECIMIENTO ESPIRITUAL ES PRUEBA DE HUMILDAD Y NOS LIBERA. ESTA TRADICIÓN FUE ESCRITA PENSANDO EN MÍ Y EN AL-ANON EN SU TOTALIDAD. AHORA SÉ QUE NO SÓLO PUEDO DAR DINERO Y SERVICIOS SINO QUE TAMBIÉN PUEDO RECIBIR MILAGROS EN ABUNDANCIA " ( TEXTO DEL LIBRO "SENDEROS DE RECUPERACIÓN "PÁGINA 197)




Grupos de Familia  
**AL-ANON/ALATEEN**  
Esperanza para familiares y amigos de alcohólicos

**CANALES PARA CONTRIBUIR**  
"AL-ANON SE MANTIENE A SÍ MISMO POR MEDIO DE LAS CONTRIBUCIONES VOLUNTARIAS DE SUS MIEMBROS." 7ª TRADICIÓN.

**DEPÓSITO O TRANSFERENCIA: BANCO FRANCÉS**  
**CUENTA CORRIENTE PESOS: 329-309915/9**  
**CBU: 0170329820000030991596**  
**ALIAS: BARCO.TIEMPO.ATRIL**  
**CUIT: 30-57486279-1**

**DESDE LA APP DE MERCADO PAGO**  
**ALIAS: alanon.2022**



**ESCANEA Y PAGÁ.**

ENVIAR COMPROBANTES A:  
**osg@alanon.org.ar**

## ESPACIO ALATEEN

### El camino de Alateen

Como Madrina Alateen, este año viví momentos muy emocionantes y de mucho orgullo, cuando dos adolescentes del Grupo Luz de Esperanza, escribieron dos poemas para presentar en el marco de la Jornada Alateen realizada en Septiembre en la zona de Capital. Ellos eligieron el lema "Un faro en la oscuridad" y los poemas fueron inspirados en el lema y en el programa de Alateen.

Estoy muy feliz de haber formado parte de esa Jornada y de que el Ser Superior me permita conocer a tan adorables y talentosos miembros de Alateen.

Maria Ester V.

Madrina Alateen- Distrito Capital



### Luz de Esperanza

Las estrellas amaron a la luna  
al verla brillar más que ellas,  
tal vez porque desde su planeta  
las ayudó a ver su propia belleza.

Los barcos tan perdidos que  
estuvieron,  
como aquellas perlas de luz,  
entre la cólera del viento  
y las tormentas del sur.

Batieron sus almas con fuerza  
en medio de esa crueldad.  
Se cuenta que se hallaba  
el faro como guía entre tanta  
oscuridad.



Los marineros siguieron la luz,  
los hizo ver que no fue su culpa,  
las tormentas aparecen por un  
llamado,  
reviviendo males que nunca fueron  
curados.

Siguen contando su ayuda,  
les dicen a otros que navegar,  
que temen por aguas profundas:  
aquel lugar donde sus miedos no  
juzgan.

Por el día, todo se ve iluminado,  
miran ahora el pacífico mar,  
el faro no ilumina,  
pero se recuerda su valor.  
Estuvo allí y estará para otros  
que estén en tormentas  
su hoga buscando.

Cata K. de Mar del Plata.





## ESPACIO ALATEEN

### En el refugio de Alateen

En las sombras del rincón de un salón,  
donde las palabras vuelan libres,  
buscamos paz, con el corazón  
herido por historias y cicatrices.

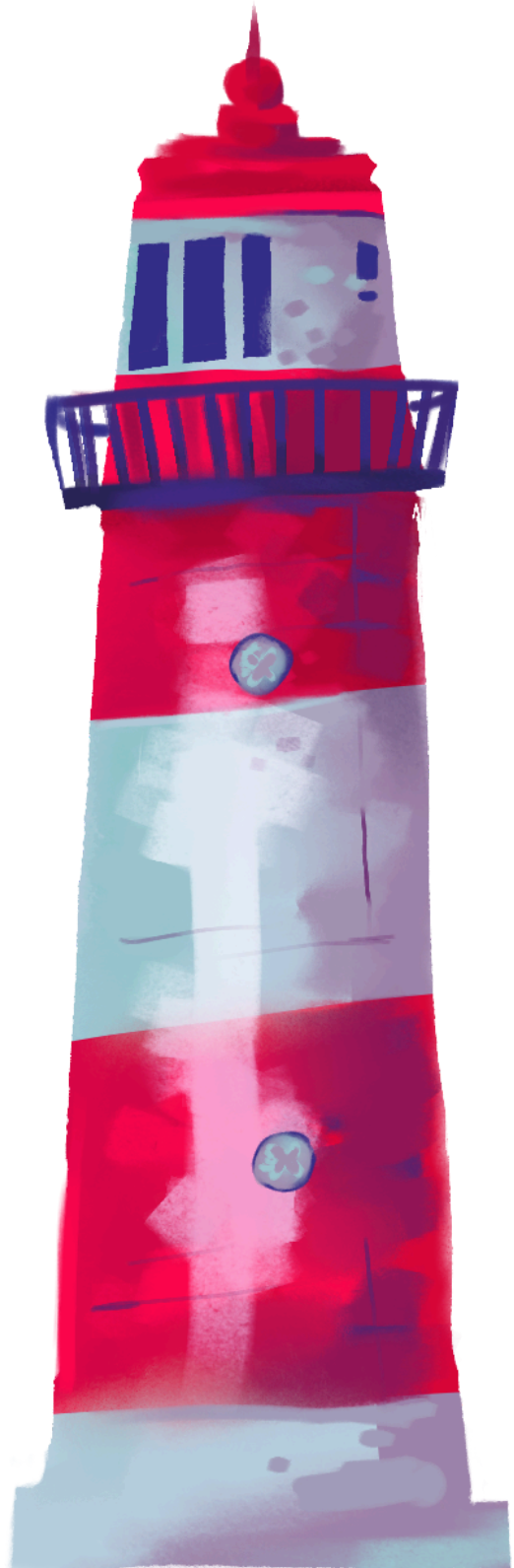
Aquí, entre amigos, sin temor,  
compartimos nuestras penas y  
temores,  
somos faros en la oscuridad,  
buscando la luz entre nuestras voces.

Cada sesión es un pequeño rincón,  
donde los gritos se tornan susurros,  
y en cada abrazo de comprensión  
hallamos la fuerza para seguir.

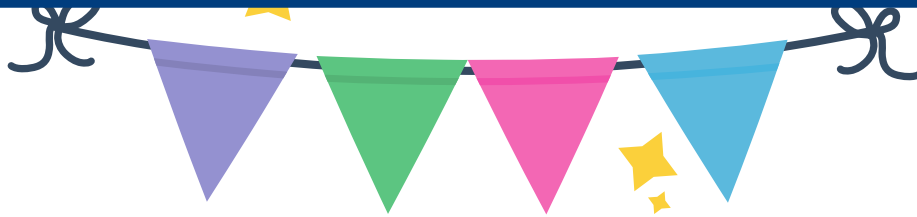
Nos entendemos sin juicios ni miedos,  
nuestros sueños se entrelazan, crecen,  
en este espacio donde somos sinceros,  
juntos, nos ayudamos a ser libres.

Así seguimos, paso a paso,  
donde la esperanza es un faro  
brillante,  
En Alateen, nuestro abrazo  
es un refugio, un hogar constante.

Ami D. de Córdoba.



## ANIVERSARIO DE GRUPOS



En esta edición del Boletín Amistad, saludamos afectuosamente a los grupos que han celebrado su aniversario N° 1, 5, 10, 25 y 50.

### 1° Aniversario

- 15 de diciembre, Grupo Santos Lugares del Distrito Noroeste  
Provincia de Buenos Aires.

### 5° Aniversario

- 31 de julio, Grupo Un día a la vez del Distrito Mar del Plata  
Provincia de Buenos Aires

### 25° Aniversario

- 11 de diciembre, Grupo Revivir del Distrito General Paz  
Ciudad de Buenos Aires

### 50° Aniversario

- 13 de marzo, grupo San Justo del Distrito Sudoeste  
Provincia de Buenos Aires
- 15 de agosto, Grupo Esperanza del Distrito Tucumán  
Provincia de Tucumán

*¡Felicidades!*

**Si tu grupo cumple 1, 5, 10, 25 o 50  
años de fundación, podés avisarnos  
y lo publicamos en el próximo  
Boletín Amistad.**





## NOVEDADES

El pasado 24 de noviembre se realizó el primer encuentro pre-seminario para comenzar a organizar el Seminario de la Región Centro.

*¡Preparate que el próximo año se viene el Seminario 2025!*



**El próximo Boletín Amistad se publicará en Marzo.**

## AGENDA

**Próxima reunión abierta  
Invita el Distrito Virtual Renacer  
Jueves 26 de diciembre  
de 19 a 21 hs.**

A través de Zoom

Link de acceso:

[https://zoom.us/j/95744042218?](https://zoom.us/j/95744042218?pwd=4dFh0eSKK8CqMj81m1L0a7b6aUUAUw.1)

[pwd=4dFh0eSKK8CqMj81m1L0a7b6aUUAUw.1](https://zoom.us/j/95744042218?pwd=4dFh0eSKK8CqMj81m1L0a7b6aUUAUw.1)

ID de reunión: 957 4404 2218

Código de acceso: 123123

## RECURSOS ÚTILES

### Contacto de la Oficina de Servicios Generales

Adolfo Alsina 1441. 1er piso of. 102.  
Ciudad de Buenos Aires.

Nº de telefono: 011-4382-9229

Nº de WhatsApp: +54 9 11 32564729

(solo mensajes texto y audio)

Dirección de mail: [info@alanon.org.ar](mailto:info@alanon.org.ar)

### Contacto para publicar en el Boletín Amistad

Si tenes ganas de compartir un mensaje de fortaleza y esperanza con toda la hermandad ¡y te animas a escribir! podés enviar tu testimonio al mail del Comité de Publicaciones: [c\\_publicaciones@alanon.org.ar](mailto:c_publicaciones@alanon.org.ar)

## LINK INTERESANTES



Al-Anon:

[https://www.instagram.com/alanon\\_argentina/](https://www.instagram.com/alanon_argentina/)

Alateen:

[https://www.instagram.com/alateen\\_argentina/](https://www.instagram.com/alateen_argentina/)



Al-Anon;

<https://www.facebook.com/AlanonArgentina/>

Alateen:

<https://www.facebook.com/alateenargentina/>



Página de miembros

<https://miembros.alanon.org.ar/>

Contraseña para miembros: Serenidad24  
(con "S" mayuscula)

**Oficina de Servicios Generales**

Adolfo Alsina 1441 - 1er piso Of. 102. Ciudad de Buenos Aires (1088) - Tel: (01) 4382-9229  
Lunes a viernes de 9 a 13 hs. - WhatsApp informativo: solo texto y audio +54 9 11 32564729  
info@alanon.org.ar - alanon.org.ar

---

Los editores se reservan el derecho de no publicar textos que no crean convenientes pero se mantendrán en archivo. Las publicaciones van por orden de recepción.

Las colaboraciones presentan puntos de vista y la opinión de sus autores a título personal y no son atribuibles a Al-Anon como un todo.

ESTE BOLETÍN SE PUEDE FOTOCOPIAR PARCIAL O INTEGRALMENTE CITANDO LA FUENTE.