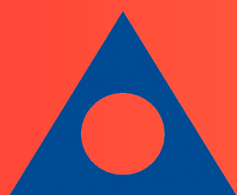
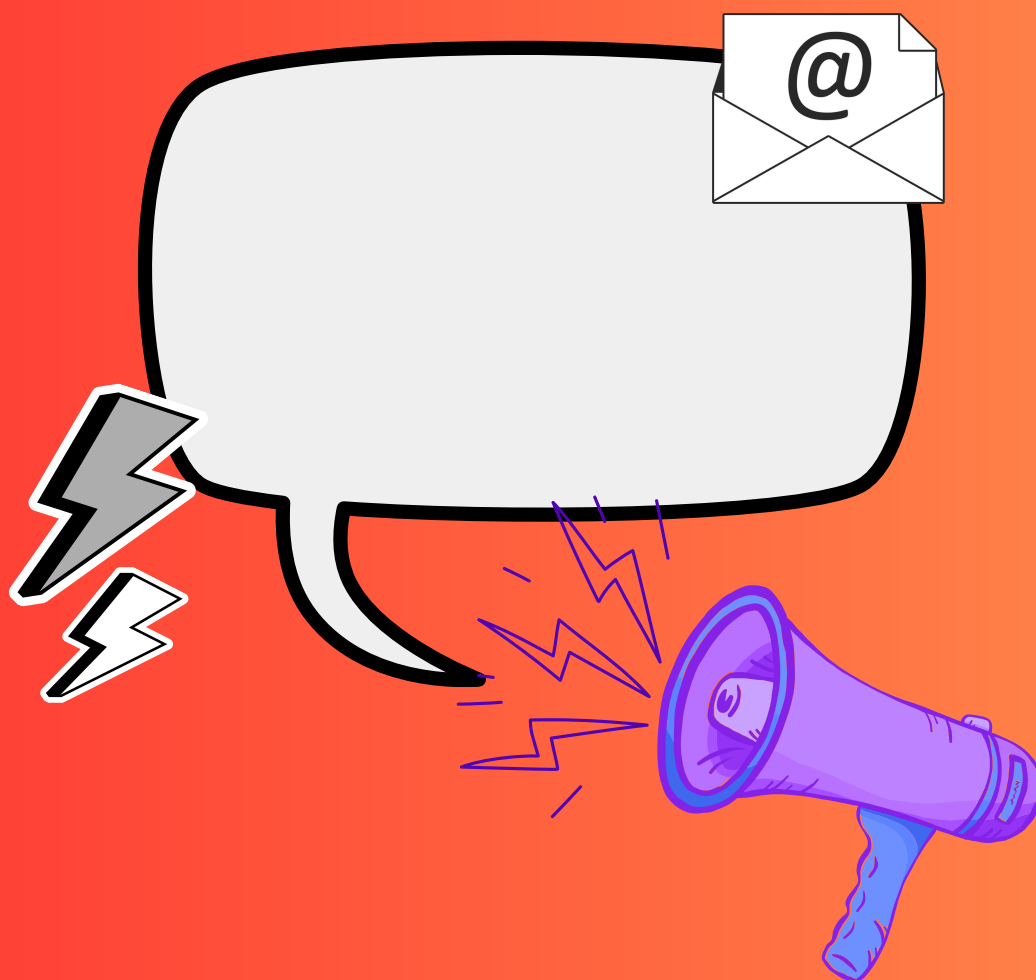


Lema CSN N°41

“Comunicación clara y amable, es comunicación Al-Anon”

Gacetilla Informativa Distrito General Paz



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



EDITORIAL

Llegó el último mes del año. ¿Hacemos un balance en el grupo? ¿Y en nuestra vida personal? ¿Cuáles fueron los logros de este año? ¿Qué objetivos quedan por concretar el próximo año? ¿Por qué cambios ocurridos este año que termina me siento agradecida? Estas son algunas de las preguntas que nos surgen al reflexionar sobre el fin y comienzo de año.

Los invitamos, si quieren, a programar en sus reuniones lecturas acerca de la gratitud, de la esperanza o del crecimiento en Al-Anon, o cualquier tema que resulte inspirador para compartir acerca de cómo nos sentimos con los finales e inicios en la vida.

Deseamos que la luz del programa siga iluminando nuestro camino de recuperación y tengamos la oportunidad de compartir esa luz con otros mediante un mensaje de fortaleza y esperanza.

Los esperamos el próximo año en el distrito para servir juntos y apoyar el crecimiento de Al-Anon/Alateen en todas nuestras acciones.

Ideas para celebrar este fin de año

Les compartimos algunas ideas que pueden implementar en sus reuniones y celebrar la vida en recuperación:

- Reunión con paquetito
- Ronda de gratitud al finalizar la reunión
- Realizar un 'balance' del grupo
- Ronda de escritura de deseos para el próximo año (los pueden leer y compartir al finalizar la reunión)
- Crear y compartir algún taller que redunde en crecimiento para el grupo

Lecturas recomendadas para vivir las fiestas en serenidad

Esperanza para hoy, pág. 327

De la supervivencia a la recuperación, pág. 36-37

Un poco de tiempo para mi, pág. 1

Cómo ayuda Al-Anon a familiares y amigos de alcohólicos, pág. 89-95 "Cuidandonos"

Alateen, un día a la vez, pág. 36

Descubramos nuevas opciones, pág. 217-218

Con amor, servidoras
encargadas de la gacetilla.

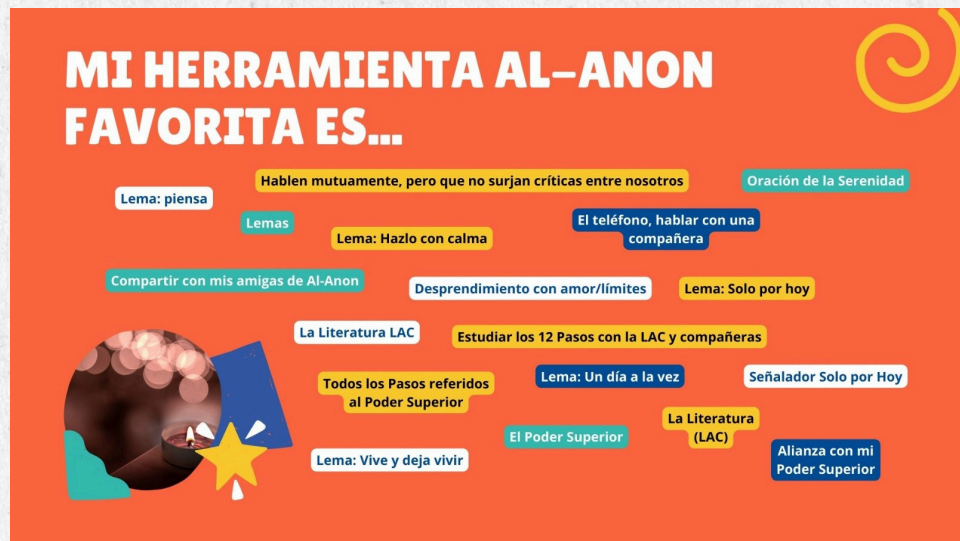
FUERZA COLECTIVA

Participar en el proyecto "Fuerza Colectiva" de nuestro distrito nos puso ¡manos a la obra!

Primero nos tocó acompañar a otros grupos en sus reuniones y allí, quienes tuvimos la oportunidad de visitarlos, comenzamos a nutrarnos. Luego fuimos anfitriones ¡que desafío! Nuestro grupo es virtual y por eso nos pusimos creativas para recibir con amor a nuestros compañeros y compañeras de otros grupos.

Descubriendo nuevas opciones, y con la sabiduría de una de nuestras compañeras, se nos ocurrió comenzar preguntando a los asistentes cuál era su herramienta favorita de Al-Anon y, para finalizar la reunión, por qué estaban agradecidos.

Con las respuestas creamos, en tiempo real, estos flyers que reflejaban lo que juntos habíamos construido durante nuestra reunión.



Fue hermoso poder ver toda nuestra experiencia, fortaleza y esperanza plasmada en estas imágenes que compartimos hoy con Uds.

RG del Grupo Volver a Empezar

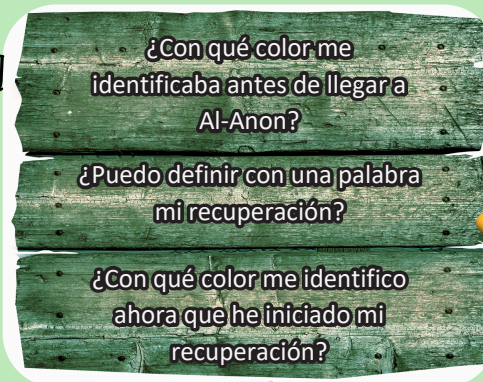


FUERZA COLECTIVA

En esta reunión recibimos la visita de miembros de grupos cercanos y compartimos nuestras historias personales para generar mayor confianza en nosotros mismos.

La lectura de diversos textos de nuestra LAC nos condujo hacia la reflexión sobre el tema del día: *Mi destino es la recuperación*. Luego de leer cada fragmento nos animamos a responder algunas preguntas disparadoras. Cada experiencia personal compartida fue valiosa, profunda, sincera y emotiva hasta las lágrimas.

Propusimos a los compañeros una dinámica grupal para que la reunión no fuera tan estructurada y "todos" tuviéramos la oportunidad de hablar. Tres preguntas, en particular, apelaron a nuestro poder de síntesis para rememorar esos instantes ingratos de nuestra vida antes de llegar a Al-Anon y nuestro sentimiento durante el tránsito hacia nuestra recuperación. Fue una hermosa construcción colectiva y la compartimos con Uds.



RG del Grupo Llevando El Mensaje

Abrimos un grupo Alateen

Siempre me sentí atraída por el servicio como madrina de Alateen pero al ser hija adulta no me sentía con la fortaleza para conectarme con esa parte de mi misma. Sentía que dentro mío estaba mi parte adolescente, aquella que se quedó en la ciudad donde nació reclamando afecto, haciendo berrinches, incluso callándose y dejándose someter.

Comencé a acercarme al Comité Alateen para acompañar a una compañera. Allí, sin querer queriendo, fui entrando en lo que ahora es mi servicio favorito: ser madrina Alateen.

Poco a poco comencé a escuchar y compartir. Muchas veces sentía que quien hablaba era mi pequeña, la que en su momento tanto había callado y aguantado, pero que ahora tenía voz.

En ese proceso me fui interiorizando, aprendiendo sobre las guías y compartiendo sentimientos.

Desde otro Distrito nos apadrinaron y comenzamos a compartir nuestras reuniones, aprendiendo aun más de sus experiencias.

Después de bastante tiempo nuestro sueño como Comité se hizo realidad: abrir un grupo de Alateen.

Cada día me conmueve, abrazo y agradezco a esa adolescente que habita en mí y disfruto de compartir fortaleza y esperanza con otros adolescentes que lo necesitan y hoy tienen ese lugar que yo no tuve.

En Al Anon y Alateen hoy tenemos VOZ y un LUGAR.

Madrina Alateen del Distrito General Paz



Distrito General Paz

Superamos las dificultades a la luz de nuestro Poder Superior

El último año fue muy difícil para nuestro grupo. Las dificultades y contratiempos se sucedieron sin respiro pero nuestro Poder Superior siempre estuvo presente iluminándonos el camino.

Ahora más tranquilos podemos disfrutar de las reuniones en nuestra nueva sede pero antes tuvimos que afrontar varios contratiempos. El primero de ellos fue que el cura párroco de la iglesia de la calle Larsen nos solicitó cambiar el día y horario de la reunión: A partir de allí los miembros habituales dejaron de asistir porque el nuevo horario se superponía con sus actividades. El grupo se sostuvo con una guardia que, semana tras semana, dos o tres compañeras voluntarias mantenían para recibir a recién llegados y evitar que el grupo se disolviera. Pero no llegaban nuevos miembros...

En las últimas reuniones del mes de octubre analizamos profundamente, en reunión de conciencia, las opciones que podíamos intentar. Y el Poder Superior nos iluminó...

Los compañeros del grupo AA que funcionó en Larsen por casi 40 años, habían trasladado sus reuniones, hacía ya más de un año, a un espacio en la iglesia de la calle Burela. Y hacia allí fueron dos compañeras para hablar con el párroco quien las recibió con mucha calidez les ofreció el espacio de los lunes de 19 a 21 h. Otra vez la mano de nuestro Poder Superior estuvo presente, porque ¡ése era el horario original del grupo! ¡Era nuestro día y horario!

Nos despedimos con tristeza del lugar donde nos reunimos durante 8 años; dejamos una carta de agradecimiento y reconocimiento por habernos acogido, no sólo a nosotros sino también al grupo Alateen Florecer.

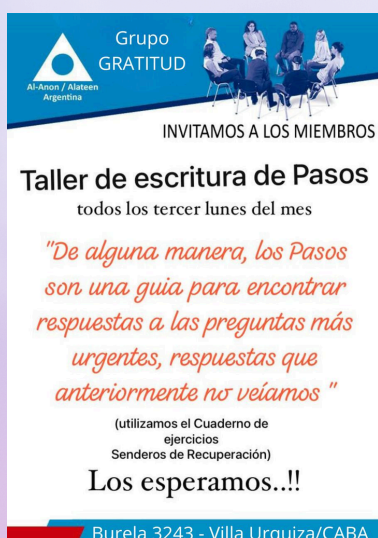
El lunes 4 de noviembre iniciamos nuestras reuniones en Burela 3243, Villa Urquiza. Ese mismo día ¡recibimos dos miembros nuevos! y nos reencontramos con miembros habituales... En lo particular siento que las reuniones presenciales son mucho más emotivas, al menos para mí.

Agradezco al programa, a mis compañeras y a mi Poder Superior por la inmensa alegría de que nuestro grupo, que no por casualidad se llama Gratitude, continúe.

El desafío nos hizo avanzar, nos fortaleció y nos mantuvo firmes en el compromiso de seguir pasando el mensaje.

Miembros del grupo Gratitude





Desde hace ya casi un año el grupo Gratitude está transitando por este hermoso camino de recuperación. Es un espacio de reflexión en el que cada miembro comparte su sentir y vivencias. Trabajamos sobre la base de las preguntas del Cuaderno de Ejercicios de Senderos de Recuperación. Escribir y compartir las respuestas con los compañeros es una experiencia muy gratificante, muy diversa, muy poderosa...

Genera todo tipo de sensaciones, sentimientos y emociones. El grupo se nutre profundamente.

Esperamos durante el año 2025 a quienes quieran sumarse para compartir sus fortalezas, caminos recorridos y esperanza.

Pero también los animamos a utilizar esta herramienta en sus propios grupos, como sabemos que se hace en Al-Anon en todo el mundo.

RG del grupo Gratitude

A medida que logramos conocernos mejor, comenzamos a crear nuestras propias raíces sanas. Aprendemos a crecer alrededor de nuestros temores y de nuestros retos. Obtenemos los instrumentos necesarios para crecer con más fuerzas y mayor confianza, llegando un poquito más arriba cada día. La vida puede convertirse en un viaje que día tras día podremos disfrutar.

Descubramos nuevas opciones, página 77.



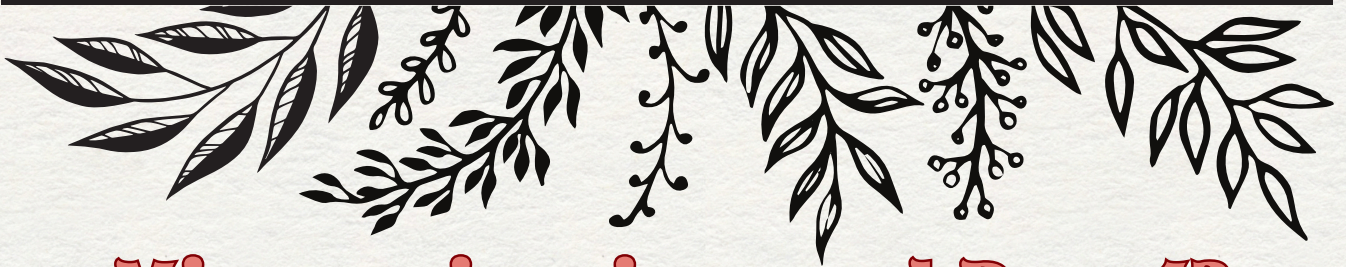
SERVICIOS VACANTES



“Hoy pido al Poder Superior no simplemente más grupos, sólo pido grupos más integrados a Al-Anon como un todo, donde la prioridad sea el bien de la mayoría, donde todo tipo de servicio sea un honor por el servicio mismo, donde el servidor se ofrezca haciendo méritos, y sepa esperar humildemente a ser elegido por sus compañeros”.

Extraído de “Mi legado” de Zulema S.





Mi experiencia con el Paso 12

Mi experiencia con el Paso 12 comenzó de manera fortuita, por una necesidad casi imperiosa de volver a creer en mí, en la recuperación y en que tenía algo valioso que aportar, luego de una separación lenta y dolorosa de una pareja que me había dejado devastada. Esa vivencia había golpeado tan duramente a mi autoestima que me hizo dudar del valor real de lo que yo aportaba a los vínculos con las personas que se cruzaban en mi camino de recuperación.



Fue en el preciso instante en el que me sentía más desesperanzada, que experimenté un primer despertar espiritual: una voz interna me dijo: "¡Sí! ¡Tu voz cuenta y sólo tenés que dirigirla hacia donde pueda sembrar esperanza!" Por primera vez advertí algo dentro de mí que me daba espacio para validar de forma rebelde y persistente, y desde mi vereda del camino, mi visión de las cosas para ayudar a otras personas.

Esa voz me interpeló nuevamente cuando un compañero del área de difusión comentó en un grupo que se necesitaban oradores para transmitir el mensaje. Casi instintivamente percibí la llamada para hacer ese servicio. Entendí que, lo que el Paso 12 sugiere, es que yo practique compartir mi mensaje de recuperación donde fuera que la recuperación me encuentre. Para eso, tenía que desarrollar sostenidamente la habilidad de sacar mi voz para afuera en todas mis acciones, en especial, cuando trato de esconderme y retomar en silencio el duelo por mi separación.

Entonces me guie por "oponer la acción contraria": en vez de recluirme y evadirme para sentir mi dolor, me anoté en un taller de oradores. Asistí para escuchar, aprender sobre las necesidades del comité y la forma de realizar el servicio; tomé nota, me apadriné y para la siguiente reunión ya había escrito un testimonio para compartir. Me sentí segura escribiéndolo. Me hice eco de la necesidad que tenía de explicar la naturaleza exacta de la enfermedad del alcoholismo, tal y como la atraviesa el hijo de alcohólico a lo largo de su vida. Qué cosas me afectaron, qué experiencias emocionales me robó el alcoholismo familiar y cómo Al-Anon me las devolvió con creces, convertidas en gratitud y cicatrización.

En esa segunda reunión me expuse, con miedo y todo, a compartir mi historia -leyéndola para controlar los nervios-, y recibí numerosas sugerencias y palabras de aliento de parte de todos los miembros, lo cual me dejó muy sorprendida. No estaba segura de que mi relato fuera a tener buena receptividad, pero así fue y ese fue mi primer regalo del Paso 12.

Luego de interiorizar las sugerencias y juntar coraje, compartí este testimonio en mi grupo presencial, en el marco de una iniciativa intergrupal en la cual se convocó a asistir a miembros de otros grupos para escuchar testimonios de varios oradores, incluida yo. Me encontré recibiendo preguntas en ese ámbito de confianza y, como me había susurrado la vocecita interna, lo importante fue redirigir la voz hacia donde pudiera sembrar esperanza. Así fue: la recepción fue muy buena, mis compañeros me abrazaron y compartieron sentirse muy identificados con lo que había relatado. Me sentí escuchada y contenida.

Tal experiencia me dejó varias enseñanzas. Primero, que no tengo que hallarme en un estado de elevación espiritual desenraizada para compartir mi historia: haber adquirido poco a poco la valentía para estar, compartir y cooperar con la conciencia de grupo de forma sostenida sobre el valor que me trajo la recuperación, **YA ES** un testimonio, una experiencia de esperanza y una oportunidad para pasar el mensaje. Segundo, que puedo llevar el mensaje hablando, escribiendo o dándole la bienvenida a los recién llegados con una sonrisa y un abrazo. Este mirar el tránsito de la propia vida, contenida y apoyada por mi grupo, me despertó una gratitud tremenda: yo quería que otras personas supieran que existe una esperanza y que para sentirla sólo hay que tener una mente receptiva y estar dispuestos. Y por último, que tengo opciones para atravesar momentos difíciles, que puedo poner mi fe en el programa y que todo va a salir de acuerdo con la voluntad de mi Poder Superior, tanto en mi vida como en la de los que me rodean.

Aposté a Al-Anon para recuperarme, una vez más, con mayor compromiso interno. Ese fue el destello de lo que puedo considerar como el siguiente despertar espiritual, la manifestación de un Poder Superior al estilo del que me transmitió Al-Anon: una agradable brisa de gratitud y sentido común, que me insta a seguir participando, inspirando y cooperando con una hermandad donde lo que yo tengo para ofrecer a los miembros y al recién llegado, siempre va a ser bien recibido.

Miembro grupo Calidez Barrio Caballito - Hijos e hijas adultas.



Me animé a Servir como Representante de Grupo

Llegué a la comunidad de Al-Anon/Alateen hace ya algunas varias 24 horas.
Y sigo viniendo porque me ayuda a lograr mi Serenidad y sano juicio...
Y continúo haciendo servicio para mi recuperación...

Luego de llevar a cabo otros servicios dentro de nuestra estructura, mi Poder Superior, una vez más, me guio hacia el servicio que estoy llevando a cabo "Sólo por Hoy": RG del reciente grupo de Hijos e Hijas en el Distrito General Paz.

Me siento feliz de poder cumplir esta actividad porque no estoy solo; los compañeros me acompañan, me guían, me apadrinan y la Voluntad del Poder Superior marca hacia dónde ir. Yo sólo estuve enteramente dispuesto a que "Empezara por Mí"; lo demás llegó por añadidura.

Los que vinieron, los que están y los que vendrán hacen que me sienta honrado de servir en el grupo Calidez Barrio Caballito, porque es la clase de grupo al que me siento honrado de pertenecer.

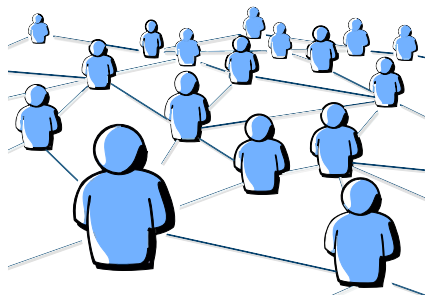
Un miembro agradecido de Al-Anon: JAG, hijo adulto

**Grupo para hijas e hijos adultos
Viernes de 19 a 21 h.
en Juan B. Alberdi 1195
-Caballito-**



PRE-COMITÉ DIGITAL

Éste es un espacio que se está formando. Lo integramos colaboradores y estamos a la espera de que surja el servidor digital de nuestro distrito.



Pero ¿Qué hace el servidor digital de un distrito?



- Se mantiene en contacto con el Comité Digital de OSG y se informa mediante lo publicado en la página web pública y de miembros. De esta forma orienta a su distrito con las novedades digitales disponibles.
- Tiene acceso al área de Miembros para publicar sus eventos internos.
- Ayuda en los procedimientos digitales que se necesiten.
- Orienta en las opciones virtuales para la tesorería.
- Tiene acceso al Facebook de Al-Anon/Alateen para publicar los flyers de reuniones y eventos de sus grupos.
- Puede publicar la difusión de su distrito y sus grupos en Facebook e Instagram y gestionar promociones de pago con la aprobación del distrito.
- Colabora con los servidores tradicionales, sugiere procedimientos y en ningún caso se superpone a las tareas de otros servidores.

Nos reunimos los segundos lunes de los meses pares a las 18 h. La próxima reunión será el 10/02/2025 y estamos preparando un taller para aprender a utilizar las herramientas digitales que tenemos a nuestra disposición.

<https://meet.google.com/uqg-kmeq-pdu>

Compartiendo mi dicha y agradecimiento infinito a Al-Anon

Esta semana fue de total aprendizaje y puesta en acción del programa. Asistí a mi primera reunión presencial y salí muy movilizada. El espacio fue muy interesante; se reflexionó acerca del tema de la intimidad. ¡Muy bueno! Yo compartí que estaba agradecida a Al-Anon y por la sobriedad de mi familiar.

Al salir de la reunión recibí un mensaje de mi familiar en el que me refería su intención de abandonar su camino de recuperación. Y, por primera vez en la vida, no enloquecí, ni lo torturé con infinitas órdenes. Cuando nos encontramos, no hubo entre nosotros reproches ni reclamos ni tampoco rabias.

Más tarde, recordé una frase de mi madrina **"es de noche, no puedo pensar bien ahora"**, así que decidí ir a dormir y descansar. Para mi sorpresa ¡pude descansar toda la noche! ¡y de corrido! Al otro día hablé con Dios, en lugar de ponerme a mí misma en un pedestal a dar consignas, solté las riendas y sentí verdaderamente que mi familiar también tenía su Poder Superior. Repetí varias veces durante el día la Oración de la Serenidad. Me sentía tranquila sin pensar en futuras catástrofes. Así fue que pude disfrutar de un fin de semana de encuentros hermosos con mi familiar.

Otro cambio que noté en mí, fue que no salí corriendo a contarle a todo el mundo lo que había pasado; también pude respetar su intimidad. Además, reconozco que hay cambios en mi familiar y que nos comunicamos mejor desde que yo modifiqué mi comportamiento.

Estos meses de Al-Anon cambiaron mi vida radicalmente. Pude reaccionar ante una crisis de una manera saludable, estuve tranquila, no atosigué ni a mi hijo ni a mi compañero.

¡Gracias Al-Anon!



Silvina, Grupo Volver a Empezar

SE REALIZÓ EL PRIMER ENCUENTRO PRESEMINARIO – 27° SSR – 2025

y nuestro Distrito sugirió este Lema

**"El servicio en Al-Anon es participación,
esperanza y gratitud"**

¿Cuántas veces el programa de Al-Anon me ha ayudado a atravesar situaciones difíciles con amor, comprensión y tolerancia?

Muchas veces. Aún cuando podría haberme derrumbado, me ayudó a descubrir qué maravillosa puede ser la vida a pesar de los inconvenientes.

Fundamento

"El programa me mostró la importancia de la participación. El servicio en Al-Anon me mantiene siempre teniendo en mente los pensamientos del programa. Me permite estar alegre mientras vivo "Un día a la vez" con mucha esperanza, amor y gratitud por todas las cosas buenas de todos los días."

En todas nuestras acciones, pág. 126

"...podemos tomar decisiones que nos ayuden a recuperarnos y a recuperar a otros miembros. La continuidad del servicio es importante para nuestro bienestar común. Hoy reflexionaré acerca de la contribución que apporto a mi grupo."

Valor para cambiar, pág. 251

"Es para mí una satisfacción tener la oportunidad de servir a mi grupo. Cuando me siento tentado de creer que esto es cosa del otro mundo, es prudente recordar que el servicio es una verdadera oportunidad de realizar cosas para los demás. Esto no me hace más importante; sencillamente, significa que la gente confía en mí para que la tarea se cumpla."

Alateen, un día a la vez, pág. 321

"Cuando alguien expresa gratitud por una reunión, puedo recordar que ayudo a que Al-Anon sea posible cuando participo en el servicio."

Un poco de tiempo para mí, pág. 325

Se votó entre todos los lemas presentados por los Distritos de la Región y el lema que recibió mayor cantidad de votos, y que acompañará las actividades del 27° Seminario de Servicio Regional será **En Al-Anon/Alateen todos podemos servir**

ÚLTIMO MOMENTO

En la reunión de Distrito del 6-12-24 se decidió, por mayoría de votos, enviar el mismo lema a la 41 CSN para que nos represente como distrito.

La Conferencia se realizará en el mes de abril. El lema más votado entre todos los presentados será el Lema distintivo de la 42 CSN.

MUDANZAS EN EL DISTRITO



Con mucho placer queremos comunicarles que el **Distrito General Paz** ha comenzado a realizar sus reuniones presenciales en Av. Díaz Vélez 4860 (frente al Parque Centenario). La próxima reunión presencial será el primer viernes de febrero (7-2-25) a las 19 h.



El grupo **Gratitud** inauguró sus nuevas instalaciones en la calle Burela 3243 (Villa Urquiza) y ahora se reúnen los Lunes de 19 a 21 h.



¿Y por qué no hacemos las reuniones en el parque?

El grupo **Albariño** se despidió del lugar que los albergó durante tanto tiempo.



Bacacay 1608 (Flores)
Miércoles de 18 a 20 h
Inauguración: 8 de enero

Nueva dirección del Grupo **ex-Albariño**
Entrada al lado del "Patio de los lecheros"

Hacer planes está bien, pero los resultados están fuera de mi alcance. Cuando trato de arreglar las cosas para que den resultados, quizás me lleve un chasco. Si suelto las riendas y le dejo los resultados a mi poder superior, Él se encargará de las cosas mucho mejor que yo.

Alateen, un día a la vez, página 184.

Distrito General Paz

DIRECTORIO DEL DISTRITO

"Asistir a las reuniones, es vital"

De la supervivencia a la recuperación, pág. 79

- **Grupo Aceptación - Villa Urquiza**

Jueves de 18 a 20 h. en Av. Triunvirato 4940 esq. Cullen - Segundo piso por escalera. No funciona días feriados.

- **Grupo Agronomía**

Miércoles de 18 a 20 h. en Av. San Martín 4460. Se ingresa por secretaria. No funciona los días feriados.

- **Grupo Amistad (Alateen) - Flores**

Martes de 18:30 a 19:30 h. en Ramón Falcón 2453 - 2º piso. Contacto:11-3275-7680 Flores-CABA

- **Grupo Esperanza - Parque Chacabuco**

Domingo de 18 a 20 h. en Av. Asamblea 1551. Funciona los días feriados.

- **Grupo Génesis - Parque Centenario**

Lunes y Jueves de 19 a 21 h. en Av. Díaz Vélez 4860. Funciona los días feriados

- **Grupo Calidez - Barrio Caballito**

Viernes de 19 a 21 h. en Av. Juan B. Alberdi 1195 - 1er Piso por escalera. Grupo de hijas e hijos adultos. Funciona los días feriados.

- **Grupo Gratitud - Villa Urquiza**

Lunes de 19 a 21 h. en Burela 3243. Entrada por la Iglesia. Funciona los días feriados.

- **Grupo Liniers**

Jueves y Sábado de 19 a 21 h. en Cuzco 220.

Fuente: Página Web de Al-Anon. Visita el sitio a través del link
https://directorio.alanon.org.ar/distrito_alanon/general-paz/

DIRECTORIO DEL DISTRITO

"Asistir a las reuniones, es vital"

De la supervivencia a la recuperación, pág. 79

- **Grupo Llevando el Mensaje (Recién Llegados) - Monte Castro**

Sábado de 18 a 20 h. en Baigorria 4260 - Salón 1. Entrada por la puerta lateral derecha. Funciona los días feriados y es accesible para personas con discapacidad.

- **Grupo Lugano**

Martes y Viernes de 18 a 20 h. en Murguiondo 4055 - Parroquia del Niño Jesús. Ingresar por el pasillo donde se encuentra secretaria parroquial. No funciona los días feriados.

- **Grupo Revivir - Virtual / Presencial Almagro**

Lunes de 20 a 21:30 hs. por Meet <https://meet.google.com/gmv-qwma-bsg>
Jueves de 19 a 20:45 h. en Quintino Bocayuva 144. Iglesia San Carlos. No funciona los días feriados.

- **Grupo Un Nuevo Comienzo - Flores**

Martes de 19 a 21 h. en Ramón Falcón 2453 - 2º piso. No funciona los días feriados.
Contacto: 11-3149-8781

- **Grupo Valor - Villa Santa Rita**

Jueves de 18 a 20 h. en Camarones 3443.

- **Grupo Volver a Empezar - Virtual**

Sábado de 10:30 a 12:30 h. por Meet. Funciona los días feriados.
<https://meet.google.com/amt-gted-zux> - Contacto:11-6416-2524



Lema CSN N°41

“Comunicación clara y amable, es comunicación Al-Anon”

Gacetilla Informativa Distrito General Paz

¡Muchas gracias a todos y todas las que colaboraron para realizar esta gacetilla!



Nos reencontramos en el próximo número:
¡en abril de 2025!



Grupos de Familia
ALANON/ALATEEN
Esperanza para familiares y amigos de alcohólicos