



Los rostros que se ven en la imagen no corresponden a miembros de Al-Anon. Tal imagen se obtuvo de un banco de imágenes.

CONTENIDO

- Recordando a nuestra fundadora
- La historia de Lois
- Nuestra LAC: Senderos de Recuperación
- Comité de Conferencia
- Testimonio: Llegue a creer
- Comité de Seminarios de Servicio Regional
- Testimonio: Una madre alcohólica en recuperación en Al-Anon
- Historias de grupos
- Comité de Presupuesto
- Comité de Difusión
- Aniversarios de grupos

EDITORIAL

Marzo ocupa un lugar especial en el corazón de nuestra hermandad. En este mes recordamos con profunda gratitud el nacimiento de dos mujeres que, con fe, coraje y espíritu de servicio, dieron origen a Al-Anon. Tal vez ellas no imaginaron hasta dónde llegaría aquella semilla de esperanza que sembraron, pero gracias a su amor y dedicación hoy millones de personas encuentran un camino de comprensión, serenidad y recuperación. Pensar en su legado nos invita a detenernos y agradecer: por cada reunión, por cada palabra de aliento, por cada mano tendida cuando más la necesitamos. La gratitud nos recuerda que no estamos solos y que, aún en medio de las dificultades, siempre hay esperanza.

En este mes tan significativo, honramos a nuestras fundadoras viviendo y compartiendo el programa, llevando el mensaje con humildad y amor a quien todavía sufre.

Con gratitud en el corazón, seguimos caminando juntos, solo por hoy.

Comité de Publicaciones OSG - Marzo 2026



TESTIMONIOS

Recordando a nuestra fundadora

En Julio de 2009 se organizó una reunión informativa abierta al público en general, convocada por el grupo de Hijos Adultos de Capital Federal. Hacía muy poco tiempo que me había unido a ese grupo — y también a Al-Anon— cuando se formó un equipo de trabajo para preparar el evento. Me ofrecí como voluntario y me asignaron el servicio en la mesa de venta de LAC (Literatura Aprobada por la Conferencia).

Mientras atendía la mesa de literatura, una servidora antigua del grupo me señaló a una señora que se encontraba allí y me preguntó si quería hacer firmar uno de los últimos libros editados para Hijos Adultos. “Podés pedirle que te lo dedique”, me dijo. Así que fui con el libro en la mano. Su dedicatoria decía:

“A la labor hermosa que están haciendo siempre, llevando el mensaje a otros, con todo mi cariño a los tan estimados Hijos Adultos”.

Cuando regresé con el libro dedicado, mi compañera me preguntó si sabía quién lo había firmado. Ante mi sorpresa, me dijo: “Ella es Zulema, fundadora e iniciadora de Al-Anon en Argentina”.

Su inmensa calidez y su enorme humildad me marcaron profundamente. En ese momento comprendí con mayor claridad el rumbo que deseaba para mi recuperación: hacer servicio desde el más absoluto anonimato.

Siempre recuerdo verla sentada en el lugar que hoy llamamos “**Rincón de Zulema**”, archivando antiguos Boletines Amistad. Cumplía su horario —como ella misma decía— y luego salíamos juntos de Alsina 1441, nuestra querida oficina, caminando hasta Avenida de Mayo, donde tomaba el colectivo o el subterráneo para regresar a su casa.

Aún hoy la sigo recordando.

Servidora y voluntaria agradecida, su sonrisa gigante iluminaba cada lugar al que llegaba.

Zulema S. fue reconocida como **Custodia Honoraria en el año 2003**.

Para seguir recordando su historia y su legado, compartimos a continuación algunos fragmentos del folleto “**La historia de Zulema**”, donde se refleja, a través de sus propias palabras y testimonios, el espíritu de servicio con el que contribuyó al crecimiento de Al-Anon en nuestro país:

“Los aplausos, las felicitaciones y el agradecimiento de todos nosotros deben ser para todos los servidores, miembros voluntarios, compañeros que desde la OSG, sus grupos, sus distritos, desde los distintos comités ofrecen su capacidad, su tiempo, sus esfuerzos, sacrificando horas de familia para hacer posible que nuestros grupos puedan contar con literatura, con el hermoso Boletín Amistad que nos une y nos informa a través de toda la República para que podamos disfrutar y transmitir el mensaje de esperanza”.

“Para mí el secreto es simple : Ayúdate que Dios te ayudará”.

“...sólo pido grupos más integrados a Al-Anon como un todo, donde la prioridad sea el bienestar de la mayoría”. - Extraído del folleto: Los comienzos de Al-Anon, y la Historia de Zulema

Un miembro agradecido - Hijos Adultos - CABA

TESTIMONIOS

HISTORIA DE LOIS AL-ANON DESDE EL PRINCIPIO

En este folleto podemos encontrar la recopilación de una maravillosa historia, una historia que marcaría nuestras vidas para siempre.

A principios de los años 1950 una mujer -esposa de un bebedor compulsivo- comenzó a reunirse con otras mujeres en su hogar. Les ofrecía un espacio sencillo: compartir un té y conversar sobre una realidad que tenían en común, ser familiares de una persona con problemas de alcoholismo.

Poco a poco, fue descubriendo algo esencial: al hablar de su propia experiencia y al escucharse mutuamente, no solo encontraba alivio para sí misma, sino que también ayudaba a otras. Comprendió que compartir lo que cada una vivía podía traer serenidad, más allá de que el familiar estuviera en recuperación o no.

Así comenzaron a reunirse familiares y cónyuges, quienes, sin proponérselo al principio, fueron dando forma a un espacio de ayuda mutua, donde cada una encontraba comprensión y acompañamiento.

En las páginas 2 y 3 del folleto, Lois comparte cómo se iba sintiendo en ese proceso. A pesar de que su familiar había dejado de beber, ella no lograba sentirse plenamente feliz; algo en su interior la seguía inquietando. Expresa, en sus propias palabras:

"Después de un tiempo comencé a preguntarme por qué no estaba tan contenta como debiera estar, cuando lo que más había anhelado en toda mi vida de casada había sucedido. Un domingo, Bill me preguntó si estaba lista para ir a la reunión con él, y estallé diciendo: '¡al infierno con tus reuniones!', y tiré un zapato con toda la fuerza que pude". (p.5)

A partir de allí, comenzó a centrar su atención en su propia recuperación. Decidió procurar su crecimiento espiritual, utilizando los mismos principios que su esposo aplicaba en su programa, iniciando así un camino de cambio en sus actitudes.

Con el tiempo, pudieron observar que, aunque muchos alcohólicos se estaban recuperando a través de este nuevo programa, la vida familiar continuaba siendo, en muchos casos, difícil. Fue entonces cuando comenzó a tomar forma la idea de crear reuniones para los familiares, similares a las que tenían quienes padecían la enfermedad del alcoholismo. Allí se encuentran los comienzos de Al-Anon.

El folleto también presenta una analogía muy significativa: la de mejorarnos a nosotros mismos como quien prepara la tierra para cultivar un jardín. De este modo, a partir de experiencias compartidas y de la aplicación de principios espirituales, comenzó a gestarse un camino de recuperación también para los familiares y amigos de alcohólicos. Un camino que, a través del tiempo, se fue transmitiendo de unos a otros, sostenido por la ayuda mutua, el servicio y el respeto por el anonimato.

Hoy, ese mismo camino continúa vigente en cada grupo, cada día, ofreciendo fortaleza y esperanza a quienes llegan a la hermandad en busca de una nueva manera de vivir.



COMITÉ DE PUBLICACIONES



NUESTRA LITERATURA

En las bases de mi recuperación

En esta oportunidad de servicio quiero compartir sobre el libro **Senderos de Recuperación**, que para mí, es el libro más usado y subrayado que tengo. Lo uso todos los meses para leer de acuerdo al mes calendario el paso, tradición y concepto que concuerda con el número de ese mes. Su lectura me hace comprensible el programa y cómo aplicarlo a mi vida. Utilizo mi cualidad de perseverancia y lo positivo de la obsesión y la tozudez para estudiar y aplicar a mi recuperación. Ocuparme de mí me permite no meterme en las vidas de otras personas cuando no me invitan, y me mantiene más centrada en mi decisión de "Hoy ser feliz" lo mejor que pueda.

*Senderos de
recuperación*



*los Pasos,
las Tradiciones y
los Conceptos
de Al-Anon*

 **GRUPOS DE FAMILIA AL-ANON**
esperanza para los familiares y amigos de los alcohólicos



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

COMITÉ DE CONFERENCIA

42ª CSN

“En Al-Anon construimos puentes de esperanza.”

Querida Hermandad:

El Comité de Conferencia trabaja con mucho entusiasmo y dedicación para la Conferencia con una nueva comisión que comenzó en junio de 2025 con nuevos servidores, ya que la Conferencia será de cuatro fines de semana, contamos con 17 delegados y con mucha alegría de que el distrito que estaba en formación ya es distrito con el nombre de Distrito Virtual de la Region Norte.

Desde el Comité de Conferencia queremos comunicarles que falta poco para la celebración de nuestra **42ª Conferencia de Servicio Nacional**, bajo el lema: *“En Al-Anon construimos puentes de esperanza”*.

Se realizara por la **plataforma Zoom** (virtual), los días:

- **Viernes 3 de abril de 2026 - Reunión Plenarias - de 16:30 a 21:00 hs.**
- **Sábado 11 de abril de 2026 de 9:00 a 14:45 hs.**
- **Domingo 12 de abril de 2026 de 10:00 a 15:00 hs.**
- **Sábado 18 de abril de 2026 de 9:00 a 14:30 hs.**

El éxito de la Conferencia depende del material que los grupos y distritos aporten y de la participación activa y compromiso de los Delegados con algo constructivo hacia la Hermandad.

No tengamos miedo ante un servicio: tengamos amor, paciencia y responsabilidad.

*Mabel T - Coordinadora del Comité de Conferencia
y Comisión de servidores.*



TESTIMONIOS

CONTANOS TU HISTORIA

COMPARTÍ EXPERIENCIA, FORTALEZA Y ESPERANZA. HACELO EN:
C_PUBLICACIONES@ALANON.ORG.AR

Llegue a creer



Llegué a Al-Anon cómo llegamos tantos: buscando respuestas y alivio. Estaba loca de dolor; el desasosiego y la angustia llenaban mi alma. Sentía que el pozo nunca llegaba al fondo, que siempre podía caer un poco más abajo y no encontraba una ramita de donde sujetarme.

Pero escuché a mis compañeras hablar de experiencia, fortaleza y esperanza.

La esperanza que viene de la mano de un nosotros "llegamos a creer" que dice el Segundo Paso. No llegué, llegamos, mis compañeros y yo.

Entonces en el pozo no estoy más sola, hay otros que me hablan, me susurran. Ya no necesito buscar ramas. Brazos amorosos me tienden sus manos para que me agarre y no siga cayendo.

El segundo paso no termina ahí. Redobra la apuesta y me habla de un Poder Superior al que a veces ni siquiera buscaba. Porfiadamente me dicen que crea, que llegamos a creer que está ahí, y que encima va a actuar sobre mí, sobre nosotros, y me va a sacar de esa locura, me va a devolver la cordura. Debo reconocer que me reí la primera vez que lo leí. Hasta que lo hice carne y creí.

Hoy gracias a Al-Anon, a mis madrinas y obviamente a ese Poder Superior, en el que de a poquito llegué a creer, encuentro milagros chiquitos y diarios.

De repente esa vida ingobernable donde veía morir a mi hijo y me desgarraba de dolor hizo una pausa en el camino y me dio un espacio para respirar. Para disfrutar de mi jardín, caminar al lado del río, bailar en un recital, empezar a estudiar otra vez, aprender y; aunque sea muy difícil, a decir NO (y cuando lo digo nadie enloquece ni el mundo se derrumba). Creo y hago carne que un Dios, un día a la vez y solo por este minuto me puede devolver el sano juicio si yo, agradecida y con esfuerzo, hago mí parte.

Gracias Al-Anon, por todo y por tanto.

Es mi deseo que hagamos servicio para poder seguir estando para nosotros y los demás.

Silvina, miembro agradecido de Al-Anon



COMITÉ DE SEMINARIOS DE SERVICIO REGIONAL



HACER SERVICIO EN UNIDAD

Semillas de esperanza

Un día, hace tiempo ya, llegamos a Al-Anon / Alateen sin mucha fe pero dispuestos a crecer y a lograr una vida digna y feliz para nosotros y para nuestros seres queridos y aprendimos a dar y recibir fortaleza y esperanza y fuimos llamados Servidores!!!

¡¡¡Y así, tejiendo sueños y compartiendo esfuerzos, nacieron los Seminarios !!!

Nos toca hoy a nosotros hacerlo realidad y estamos muy felices y emocionados por esto... preparando un lindo espacio para recibirlos. Pero, el espacio, sin ustedes, no es un Seminario, Solos no podemos!!! Los necesitamos a todos para demostrar que ¡¡¡JUNTOS PODEMOS LOGRARLO!!!

El Seminario tiene nombre, lugar y fecha: se llama 28° Seminario de Servicio Regional, Región Norte, Rosario, 10 y 11 de octubre de 2026.

Sembremos esperanza y hagámoslo posible todos juntos que siempre que alguien lo necesite encuentre la mano solidaria de Al-Anon / Alateen.

Te esperamos!!!
Distrito Rosario
Anfitrión

Más información en:

<https://alanon.org.ar/eventos/28seminario-sr-region-norte-2026/>

COMITÉ DE SEMINARIOS DE SERVICIO REGIONAL



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

**28° SEMINARIO SR
REGIÓN NORTE**
10 y 11 de octubre 2026
DISTRITO ANFITRIÓN: ROSARIO

Centro de Eventos y Convenciones
Salón Auditorio Orión

 **ARISTON**
HOTEL

Córdoba 2554 - Pueyrredón 762
Rosario
aristonhotel.com.ar

¡TE ESPERAMOS!

Map labels: Sta Fe, San Lorenzo, Plaza San Martín, Blvd. Oroño, Pueyrredón, Rodríguez, Santiago, Irujo, Choppin

Más información en:

<https://alanon.org.ar/eventos/28seminario-sr-region-norte-2026/>

TESTIMONIOS

Una madre alcohólica en recuperación en Al-Anon

Mi nombre es Sonia de Andalgalá-Catamarca, lo más tremendo que me toca vivir es la enfermedad de mi hijo mayor de 42 años. Yo no puedo diagnosticar sus adicciones pero veo todos los síntomas ya que yo también los sufrí. Cómo madre no soporto verlo sufrir y no poder hacer nada. Sé lo que se siente cuando uno está en carrera.

Tal era mi sufrimiento que comentando y pidiendo sugerencias al grupo de A.A al que asisto desde el 21 de septiembre de 2007 para mi recuperación de la bebida, un compañero me puso en contacto con un miembro de Al-Anon a quien agradezco haber atendido mi llamado y, con la claridad y amabilidad propia de una persona en recuperación y en programa, escuchó mi problema y me puso en conexión con el grupo de Al-Anon FE Y ESPERANZA.

Mi primera reunión fue el 4 de noviembre de 2025 y a partir de esa fecha hago reuniones los días martes vía zoom.

Agradezco a mi Poder Superior y a mis compañeras de Al-Anon que me hicieron ver que yo no soy culpable de la enfermedad de mi hijo, ni de todos los miembros de mi familia. En el grupo me enseñan a través de su experiencia a mantener la calma y serenidad ante situaciones difíciles. De a poco voy aprendiendo a calmar mi angustia y ansiedad para también mantener mi sobriedad porque nunca debo olvidar que soy una alcohólica.

El grupo de Al-Anon me da FE Y ESPERANZA de que puedo lograrlo un día a la vez.

El amor y la paciencia que transmite el grupo me da la FORTALEZA para seguir transitando mi nuevo camino de recuperación.

GRACIAS GRACIAS GRACIAS POR ESTAR AHÍ CUANDO LAS NECESITO.

YA NO ESTOY SOLA.

Sonia de Catamarca
Grupo Fe y Esperanza (virtual)



Foto enviada por Sonia
de Andalgalá-
Catamarca

COMITÉ DE PUBLICACIONES

ENCUESTA DE PUBLICACIONES

A continuación compartimos con ustedes algunas preguntas...

1) ¿Qué literaturas se leen en mi grupo al inicio de una reunión de conciencia de grupo?

Envíanos tus respuesta al mail: c_publicaciones@alanon.org.ar
y encontralas en el próximo boletín



¡Ya esta disponible para descargar el
Catálogo de literatura actualizado!

CATÁLOGO DE LITERATURA AL-ANON/ALATEEN 2025

Link directo:

[Descargar Catálogo de Literatura](#)

COMITÉ DE ARCHIVO HISTÓRICO



HISTORIAS DE GRUPOS

GRUPO

VOLVER A EMPEZAR: SÓLO 15 AÑOS...

Queremos compartir con ustedes la alegría de estos primeros 15 años de nuestro querido grupo, Volver a Empezar, del Distrito General Paz. Sus orígenes se remontan al 11 de Febrero del 2011. Sus fundadoras, Zulema S y Elina M, acompañadas por Lía, comenzaron a darle vida a este Grupo. Vio la luz en uno de los salones de la parroquia San José de Flores, situado en la calle Ramón Falcón 2453, en un principio sábado de 10:15 a 12:15 hs.

En aquél entonces, el Grupo Flores de Al-Anon, había dejado de funcionar y Zulema, movida por su enorme espíritu de servicio, consideró la necesidad de abrir otro grupo en la zona de la Plaza Flores. En su momento nos relató que se habían cerrado muchos grupos, se fueron debilitando porque no respetaban las tradiciones. Por esta razón entendió que había que volver a las bases, había que volver a empezar. Es así como surgió el nombre de nuestro Grupo. Consiguió contactarse con el P. Martín, Párroco en esa época de la Basílica San José de Flores. En el Grupo Flores, ya estaba funcionando en Ramón Falcón un grupo de A.A. y esto facilitó la oportunidad de que existiera en paralelo un grupo de Al-Anon.

En un principio el Servicio de Programación de Literatura estuvo a cargo de Zulema, Elina era la Secretaria y Lía la Tesorera. Poco a poco se fueron sumando compañeros y compañeras dispuestos a coordinar los grupos y hacer Unidad. A raíz del crecimiento del Grupo, se contempló que sería de gran beneficio agregar un día más de reunión. Mediante una misiva la compañera Zulema planteó la solicitud al P. Martín, quien dio el visto bueno. Volver a Empezar entonces adicionó una reunión más los martes de 17.00 a 19.00hs, a partir de Julio de 2012. Esta nueva reunión tuvo continuidad hasta 2015.

La característica primordial de Volver a Empezar siempre fue la adhesión al programa, el estudio de los pasos y cimentar el Grupo con la apropiación de las tradiciones y conceptos. Esto fue el asunto central de sus programaciones a lo largo del tiempo.

Se generaron talleres, proyectos, planes de difusión, presencia en Seminarios y otras actividades. Se generaron incluso dos reuniones públicas con muy buena repercusión.



COMITÉ DE ARCHIVO HISTÓRICO

HISTORIAS DE GRUPOS

Todo esto propició el liderazgo de muchos compañeros que llegaron incluso a ser delegados del Distrito Gral. Paz.

La pandemia obligó al Grupo a adoptar la modalidad virtual, cosa que representó un desafío al tener que adaptar su organización a dicho formato.

Sin embargo, lejos de ofrecer obstáculos, lo fortaleció y enriqueció al sumarse compañeras de otras localidades y provincias del país, comprometidas a su vez con el Servicio dentro del Grupo.

Al salir de la pandemia, la intención de Volver a Empezar fue la de retomar la presencialidad en el antiguo salón de Ramón Falcón. Comenzó a funcionar los días martes allí mismo, pero resultó muy compleja la organización de servicios en ambas modalidades y los nuevos miembros sintieron la necesidad de formar un nuevo grupo.

El Grupo Volver a Empezar hoy funciona únicamente en la modalidad virtual y forma parte aún del Distrito Gral. Paz. Por esta razón tuvimos la alegría de donar todas las pertenencias al nuevo Grupo Calidez del Barrio Caballito.

Ha aumentado progresivamente la cantidad de miembros que conforman este querido Grupo. Madres, hijos, parejas y hermanos, hoy son los encargados de continuar la historia de sanación y servicio. Volver a Empezar sigue vivo y dando vida a toda la Hermandad.



Foto ilustrativa

COMITÉ DE ARCHIVO HISTÓRICO



HISTORIAS DE GRUPOS

GRUPO DE HOMBRES PRESENCIAL – GRUPO DE HOMBRES ONLINE “COMPARTIENDO EL CAMINO”

GRUPO DE HOMBRES: INTIMIDAD EMOCIONAL ENTRE PARES

En el año 2016, un miembro de Al-Anon viajó a Estados Unidos, y tomó conocimiento de que había grupos que eran solo de hombres. A su regreso a Buenos Aires, ese miembro decidió crear el primer Grupo de Hombres de Al-Anon Argentina.

Junto con otro miembro encontraron un espacio para las reuniones, que desde entonces ha sido el que ocupa, en la iglesia San Agustín de la Av. Las Heras 2560 de CABA.

Ese mismo año hicimos la primera reunión de trabajo y acordamos que el grupo no iba a tener espacio para

sugerencias, al igual que en los grupos del país del norte. Simplemente se leería Literatura Aprobada por Conferencia y minutos antes de finalizar la reunión, los miembros contarían sus experiencias, pero sin recibir comentarios por parte de los otros.

Rápidamente el grupo se ocupó de contar con los servidores necesarios y así poder realizar los aportes a la OSG, Distrito y el pago regular del alquiler de la sala.

En el 2018 realizamos la primera reunión abierta informativa presencial con un invitado profesional psicólogo, un miembro de Al-Anon y un A.A. y luego en el 2020, en plena Pandemia del Covid, realizamos la segunda reunión abierta, pero de manera online. El Grupo de Hombres continuó sus actividades de manera online usando el sistema Zoom que se cortaba a los 40 minutos. Se cambió el día a los lunes 19 hs. Esto nos permitió sumar a miembros hombres de otras provincias y países.

En 2023, volvimos a tener presencialidad, retornando a la misma locación y al viernes original, pero con nuevo horario: de 18:30 a 20:15.

La virtualidad había llegado para quedarse. Con lo cual, ahora teníamos dos Grupos de Hombres: el Online los Lunes de 19 a 20:45 y el Presencial los Viernes de 18:30 a 20:15.



COMITÉ DE ARCHIVO HISTÓRICO

HISTORIAS DE GRUPOS

En 2024, al Grupo de Hombres Online se le agregó el nombre: "Compartiendo el Camino". Si bien compartimos miembros en común, en 2025, el Grupo de Hombres Online pasó a formar parte del Distrito Virtual Renacer, mientras que el Grupo de Hombres Presencial se mantuvo en el Distrito Capital. Cada cual, con sus respectivos servidores y autonomía.

Algunos miembros nuevos, al ver que en ninguno de los dos grupos se daban sugerencias, en reuniones de inventario comenzaron a solicitarlas con el debido fundamento. Luego de varias reuniones de conciencia y de trabajo, en ambos grupos decidimos implementar la modalidad de brindar sugerencias. Para conmemorar los 9 años de su creación, en octubre, ambos grupos organizamos una nueva reunión abierta informativa online por la cual llegaron 3 miembros nuevos.

Hoy, a casi 10 años de su creación, en los Grupos de Hombres de Al-Anon Argentina, compartimos tanto nuestra experiencia, fortaleza y esperanza, como el camino hacia la recuperación. Nos identificamos con nuestros pares y ponemos en valor la unión, el compañerismo y la intimidad emocional.



Foto ilustrativa. No corresponde a miembros de Al-Anon.



COMITÉ DE PRESUPUESTO

AUTOSUFICIENCIA Y GRATITUD EN EL 60° ANIVERSARIO 2026

El Comité de Presupuesto de la OSG, desea compartir con ustedes, las siguientes reflexiones de nuestra literatura pensando ya en el 60 Aniversario:

"La OSG necesita pedir a todos los grupos, participen o no en la Conferencia, que respondan generosamente cuando se envían cartas de petición para el sostenimiento de estos y otros servicios, ya que todos los grupos obtienen los beneficios de la Conferencia" Manual de servicio (pág. 62)

"También tenemos la responsabilidad de cuidar de nosotros mismos emocional, física y espiritualmente. Depender de otros para satisfacer nuestras necesidades o para cumplir con nuestras responsabilidades es causa de desilusiones y resentimientos. Asumir responsabilidades que otras personas deben cumplir por su propia cuenta les quita a esas personas su dignidad y el respeto de sí mismas y perturba el equilibrio que debe existir en una relación de respeto mutuo entre iguales". - Extraído de Descubramos nuevas opciones (pág.262).

Comité de Presupuesto

Para enviar contribuciones personales y/o grupales se dejan a disposición los datos de las siguientes cuentas oficiales de la OSG:

- Cuenta corriente del banco francés en pesos:
N° 329-309915/9 - ALIAS: BARCO.TIEMPO.ATRIL
- Cuenta Mercado Pago - ALIAS: alanon.2022

IMPORTANTE: Se pide que al realizar la transferencia se envíe el comprobante al mail: osg@alanon.org.ar - Detallando y especificando de qué tipo de contribución se trata.



COMITÉ DE PRESUPUESTO

A continuación compartimos las planillas correspondientes a los primeros movimientos del año 2026.

OSG INGRESOS 2026

CONCEPTOS	ENERO	FEBRERO	MARZO	ABRIL	MAYO	TOTAL ACUMULADO
Aportes Grupos	\$ 1.849.694,00					\$ 1.849.694,00
Cartas de Apelacion	\$ 29.400,00					\$ 29.400,00
Aporte Conferencia	\$ 501.530,56					\$ 501.530,56
Aporte Distritos	\$ 805.400,00					\$ 805.400,00
Aporte Personales	\$ 136.650,00					\$ 136.650,00
Aporte Literatura	\$ 1.469.500,00					\$ 1.469.500,00
Aportes Seminarios						\$ -
Aporte 60º Aniversario	\$ 10.000,00					\$ 10.000,00
Aportes sin identificar	\$ 190.000,00					\$ 190.000,00
Intereses Plazo Fijo	\$ 201.863,02					\$ 201.863,02
Costo de envío a cargo miembros	\$ 48.500,00					\$ 48.500,00
TOTAL INGRESOS MENSUALES	\$ 5.242.537,58	\$ -	\$ -	\$ -	\$ -	\$ 5.242.537,58
TOTAL EGRESOS MENSUALES	\$ -5.502.667,52	\$ -	\$ -	\$ -	\$ -	\$ -5.502.667,52
SALDO MENSUAL RESULTANTE	\$ -260.129,94	\$ -	\$ -	\$ -	\$ -	\$ -260.129,94

Aporte de Literatura se encuentra el importe correspondiente al envío por correo Y/O Mensajería. El mismo se compensa con la cuenta contable gastos de envío por Correo o Mensajería

Hay dos plazos fijos por \$3.500.000 y otro por \$6.000.000

OSG EGRESOS 2026

CONCEPTOS	ENERO	FEBRERO	MARZO	ABRIL	MAYO	TOTAL ACUMULADO
Sueldos 3 Empleados	\$ 2.486.998,00					\$ 2.486.998,00
ARCA- Cargas Sociales - UTEDYC	\$ 2.009.267,70					\$ 2.009.267,70
Gastos de Expensas OSG	\$ 382.449,15					\$ 382.449,15
Correo Envío de Literatura	\$ 74.249,00					\$ 74.249,00
Gastos Art. Librería						\$ -
Honorarios						\$ -
Seguros Rivadavia	\$ 23.416,00					\$ 23.416,00
Gastos Secretaría OSG	\$ 23.520,00					\$ 23.520,00
Servicio telefonico	\$ 63.354,27					\$ 63.354,27
Metrotel	\$ 29.826,50					\$ 29.826,50
Adm. Pagina WEB Al-Anon						\$ -
Gastos Legales- Certificacion						\$ -
Gastos de Conferencia						\$ -
Aportes a la O.S.M						\$ -
Mantenimiento Sistemas - ADAMAS	\$ 120.000,00					\$ 120.000,00
Traslado Custodios y Coordinadores Comité						\$ -
Gastos Varios O.S.G.	\$ 110.352,00					\$ 110.352,00
ABL	\$ 14.734,90					\$ 14.734,90
AYSA						\$ -
Caja de Seguridad Banco Frances	\$ 60.000,00					\$ 60.000,00
Gastos Eventos - Feria del Libro						\$ -
Compra Mobiliarios y Utiles						\$ -
Gastos de Marcas y Patentes						\$ -
Gastos Bancarios - Impuestos/Comision	\$ 104.500,00					\$ 104.500,00
Gastos de Imprenta por Literatura						\$ -
Gastos Comité O.S.G.						\$ -
Gastos de Publicidad en Redes						\$ -
TOTAL DE EGRESOS MENSUALES	\$ 5.502.667,52	\$ -	\$ -	\$ -	\$ -	\$ 5.502.667,52

Por dudas y consultas sobre las planillas contables, comunicarse con el Comité de Presupuesto a través del mail c_presupuesto@alanon.org.ar



COMITÉ DE PRESUPUESTO

Primera Carta de Petición - Marzo 2026 Al-Anon es un programa espiritual

Desde el comité de Presupuesto queremos saludar a toda la hermandad con un deseo de mucha Serenidad y prosperidad en este año de Celebración de nuestro 60 Aniversario de AL-ANON en Argentina. Con alegría de celebrar nuestra recuperación y pertenencia el 9 de agosto 2026.

La Séptima Tradición nos recuerda que cada grupo ha de ser económicamente autosuficiente y por lo tanto debe rehusar contribuciones externas. En honor a su cumpleaños en AL-ANON, los miembros pueden expresar su gratitud contribuyendo una suma determinada por cada año como miembro de la hermandad. (Manual de Servicio 2025-2028 pág. 87).

La carta de petición cuatrimestral le da a cada miembro la oportunidad de participar en la labor del Duodécimo Paso, más allá del nivel del grupo. La Carta de petición se envía a los grupos. Se solicita que sean leídas en dos reuniones consecutivas y que seguidamente se haga una colecta especial, además de la colecta habitual del grupo. (Manual de Servicio 2025-2928 pág. 88).

Sugerimos en celebración de los 60 Años ALANON en Argentina y en memoria y agradecimiento a Zulema S. poner un valor simbólico equivalente a una porción de torta (\$ 8.000). "La cantidad no es importante, lo importante es que demos lo que podemos".

"Cuando llegamos al grupo por primera vez a muchos nos embarga la autocompasión. AL-ANON nos sugiere que nos concentremos en las cosas positivas de la vida. El agradecimiento puede ser un antídoto contra la desesperación y la desesperanza. Cuando somos agradecidos, aprendemos que está dentro de nuestro alcance mantener la Serenidad y pasar un día agradable sin importar cuales sean las decisiones que tomen nuestros seres queridos". (Plan detallado para Progresar pág. 57).

Con amor en el Servicio
Comité de Presupuesto

Según nuestro Manual de Servicio 2025-2028, "La Carta de Petición cuatrimestral de la OSG le brinda a cada miembro la oportunidad de participar en la labor del Duodécimo Paso, más allá del nivel de grupo. Se sugiere su lectura en dos o tres reuniones consecutivas para que, seguidamente, se haga una colecta especial. Esta es nuevamente una ocasión para que los miembros contribuyan en gratitud por lo que Al-Anon y Alateen les han dado".



COMITÉ DE DIFUSIÓN



Desde el Comité de Difusión de OSG les informamos que para este 2026 y por nuestro aniversario N° 60 en el país, tenemos el proyecto de difundir a todo medio de comunicación posible.

Los Distritos intentarán hacer una base de datos de los mismos para enviarles información. Luego, desde OSG, enviarán material con el fin de que nos conozcan y quizás puedan difundir nuestra noble labor de brindar esperanza y un camino de recuperación a familiares y amigos de alcohólicos.

También estaremos junto a servidores del Distrito Mar del Plata en el XXXIX Congreso de Psiquiatría y Salud Mental de esa ciudad, entregando material al finalizar la exposición de dos profesionales junto a Alcohólicos Anónimos que hablarán por primera vez del programa de 12 Pasos y sus beneficios.

Para el stand de la 50° Feria del libro, estamos colaborando con el Comité Ejecutivo para su preparación y convocatoria de voluntarios. Ya les llegará el flyer a todos los grupos.

Gracias al Proyecto de difusión virtual nacional se generaron entrevistas con autoridades del Sedronar intentando que seamos considerados como un recurso comunitario serio, responsable y con trayectoria que puedan sugerir a las familias y amigos que consultan por ayuda.

¡El Comité de Difusión de OSG tiene sus puertas abiertas para todos!

No duden en escribirnos a: difusion@alanon.org.ar



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

COMITÉ DE DIFUSIÓN

PARTICIPANDO EN LA FERIA DEL LIBRO



49.ª Feria Internacional
del Libro de Buenos Aires



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

En esta oportunidad quiero compartir mi experiencia en la Feria del Libro, servicio en el que participé tres veces y cada una fue especial. La primera vez, me convocaron y me emocioné muchísimo. Sentí que era una forma distinta de hacer servicio, más allá de mi grupo. Llegar al stand fue hermoso: ver los libros, conocer a mi compañera tan cálida que me guió, y tener ese primer contacto con gente que quería saber qué es Al-Anon. Poder contarles, darles un mensaje de esperanza y saber que hay ayuda fue muy especial. Incluso vendí libros, algunos a gente que ya conocía Al-Anon y otros que no, y ver su interés me llenó. La segunda vez ya fue más distendida, me encontré con compañeras que conocía pero igual de emocionante. Compartimos charlas, experiencias y fue muy gratificante ver cómo cada una pasaba la información y el mensaje de ayuda de Al-Anon. Y la tercera, acompañé a una compañera en su primera vez. Ver su emoción, como la mía en aquella primera feria, fue emocionante. No es solo estar en el stand, es saber que podés dar un mensaje, una palabra, una ayuda. Cada vez que participo, me llena el alma. Siento que estoy dando un servicio que realmente llega a quienes lo necesitan y esa es la esencia de Al-Anon, estar ahí, con calidez, ¡dando esperanza!

Alicia M./ Al-Anon Argentina



Stand en la Feria del Libro 2018

ANIVERSARIO DE GRUPOS



En esta edición nos complace saludar a los grupos que están celebrando un nuevo aniversario:

- Grupo Gratitude del Distrito General Paz. Celebró 10 años el pasado 15 de febrero. El grupo se reúne los días lunes de 19 a 21 hs. en la calle Burela N° 3243, zona de Villa Urquiza.
- Grupo Paraná del Distrito Centro Oeste Entre Ríos. Celebró 50 años el pasado 16 de febrero. El grupo se reúne los días Lunes, Miércoles y Viernes de 19:30 a 21 hs. en la calle Buenos Aires 428 - Parroquia San Miguel.
- Grupo Fe y Esperanza del Distrito Sur. Celebrará 50 años el próximo 15 de abril. El grupo se reúne de manera presencial los días Miércoles de 19 a 21 hs. en la calle Sáenz 432, Lomas de Zamora. Y se reúnen de manera virtual vía Meet los días Martes de 19 a 21 hs. <https://meet.google.com/odn-mfxs-ffb?hs=224>
- Grupo Liniers del Distrito General Paz. Celebrará 55 años el próximo 10 de mayo. El grupo se reúne los días Sábado de 18:30 a 21 hs. en la calle Cuzco 220, zona de Liniers.



Si tu grupo cumple 1, 5, 10, 25, 30, 35, 50, etc. años de fundación, podés avisarnos y lo publicamos en el próximo Boletín Amistad.



RECURSOS ÚTILES

Contacto de la Oficina de Servicios Generales

Adolfo Alsina 1441. 1er piso of. 102.

Ciudad de Buenos Aires.

N° de telefono: 011-4382-9229

N° de WhatsApp: +54 9 11 32564729

(solo mensajes texto y audio)

Dirección de mail: 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

LINK INTERESANTES



Al-Anon:

https://www.instagram.com/alanon_argentina/

Alateen:

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.