

Al - Anon Alateen Contigo

Cómo difundir el Mensaje

JUNIO, JULIO, AGOSTO DE 2021  
VOL. 2 N°2



## Propósito

**Al-Anon y Alateen contigo – Cómo difundir el Mensaje**, es publicado en español dos veces al año por la Corporación Al-Anon Alateen de Colombia, Calle 55 No. 10-72 Of. 301 A Chapinero. Línea gratuita para fuera de Bogotá 018000121920, teléfono fijo (1) 3458943 Bogotá D.C.

Este boletín va dirigido a miembros de la hermandad, de todos los niveles de servicio, que deseen transmitir el mensaje de Al-Anon y Alateen de manera eficaz. Contiene fragmentos de Literatura Aprobada por la Conferencia, Guías, sugerencias y experiencias de miembros voluntarios.

Cita literatura y material de servicio de Al-Anon Family Group Headquarters, Inc., Virginia Beach, VA - USA.

Al-Anon **COOPERA** con orientadores, terapeutas y otros profesionales, pero no se afilia con ninguna organización ni con ningún profesional en particular. Tampoco los apoya como institución.

## Comités de zona

**ANTIOQUIA (MEDELLÍN):** Calle 52 No.

49- 27 – Edificio Santa Elena- Of. 502 -  
Tel: 5122410

Whatsapp: 3016447669

alanonalateenzonaantioquia@gmail.com

Facebook e Instagram:

@alanonantioquia

**ATLÁNTICO (BARRANQUILLA)**

Carrera 32 # 43-43, Barrio Chiquinquirá.

Teléfono: 304 6014751

comitezquilla@gmail.com y

comitezquilla@hotmail.com

**BOLÍVAR (CARTAGENA DE INDIAS)**

Carrera 41 No. 26 C-10, Barrio Amberes

- Sede Casa de Acción Comunal

**CALDAS (MANIZALES)**

Calle 21 No. 23-21, Edificio Tamanaco -  
Oficina 310

martha\_zuluaga\_a@yahoo.com

**CAUCA (POPAYÁN)**

Calle 63 # 9b-15, Barrio Bellavista - Cel.  
311 746 1487

Gloria-ruby@hotmail.com

**CUNDINAMARCA (BOGOTÁ D.C.)**

Calle 55 No. 10-72 - Of. 303, Barrio  
Chapinero - Tel. 248 93 17

comitedezonabogota@yahoo.com

**META (VILLAVICENCIO)**

Carrera 41 No. 5D-17, Barrio Villa  
Bolívar

dorabvega@gmail.com

**SANTANDER (BUCARAMANGA)**

Tel. 320 225 3066 - 318 386 5707

alanonalateenbucaramanga@gmail.com

**VALLE DEL CAUCA (SANTIAGO DE**

**CALI)** Calle 1 A No. 42-36, Barrio El  
Lidorsangulo5@gmail.com







## PREPÁRESE PARA LA DIFUSIÓN PÚBLICA

### Esta Guía (SG-28), instruye acerca de:

Cómo llevar el mensaje a los profesionales (médicos, enfermeras, psiquiatras, consejeros escolares y de negocios, empleados, clérigos, dependencias para el cumplimiento de las leyes, entre otros) acerca de cómo se afecta toda la familia con una situación de alcoholismo de cómo Al-Anon y Alateen les puede ayudar. La guía recomienda y explica ampliamente, entre otros, lo siguiente:

AL-ANON

Guías a seguir

PARA PRESENTAR AL-ANON A LOS PROFESIONALES

**Objetivo:**  
Informar a los profesionales médicos, enfermeras, psiquiatras, consejeros escolares y de negocios, empleados, dependencias para el cumplimiento de las leyes, etc., de la complicación de la familia en una situación alcohólica, de su atención especial y de cómo Al-Anon puede ayudar.

1. Elija el día, hora y lugar para una reunión de trabajo.

2. Se sugiere que las reuniones se lleven a cabo durante el día, ya que la gente de negocios tiende a tener los asuntos relacionados con negocios durante horas de trabajo. (Debido a los compromisos, los profesionales están más dispuestos a asistir a reuniones donde se les pida de alcoholismo).

3. Solicite oradores para que relaten la historia de Al-Anon.

a. La participación de un profesional como orador puede ser una atracción para otros profesionales. Este no necesita ser miembro de Al-Anon, siempre y cuando se limite a hablar de su experiencia con Al-Anon.

b. Esté seguro de equilibrar el programa con oradores de Al-Anon bien informados de los Factos y las Tradiciones.

4. Un buen equilibrio podría incluir un cónyuge, hijo, padre o quizás un miembro de Alateen o un jefe de personal.

5. Deje un tiempo adecuado para un período de preguntas y respuestas.

6. Haga una lista de invitados y envíe una carta breve presentando al programa de Al-Anon, a los servicios de CCF y a su unidad misma.

**Modelo de carta de presentación:**  
*Estimados señores:*  
Los Grupos de Familia Al-Anon, una hermandad de apoyo mutuo, ofrecen un programa para personas afectadas por la forma de beber de otra persona. A menudo, usted es la primera persona que se pone en contacto con los familiares que experimentan este problema, pero eso pensamos que podría asistir.

Reproducido y distribuido por:  
AL-ANON FAMILY GROUP HEADQUARTERS, INC.  
P.O. Box 182, Madison Square Station  
New York, NY 10159-0182 USA.

028

3-85


1. Escoger el día, hora y lugar para una reunión de trabajo con algún equipo de profesionales.
2. Solicitar a algún orador que se exprese bien en público, para que relate la historia de Al-Anon que esté bien informado acerca de los principios.
3. Hacer una lista de invitados y enviar carta presentando el programa a desarrollar en la reunión.
4. Realizar llamadas consecutivas a quienes se invite.
5. Tener literatura disponible para enseñar a los asistentes.

Solicite copia de la Guía SG-28 en la Oficina de Servicios Generales (OSG) -Tel.: (1) 345 8943 y/o al e-mail [alanoncolombia@yahoo.es](mailto:alanoncolombia@yahoo.es) – o en el Comité de Difusión Pública de su Zona.



“Los instrumentos de servicio de Al-Anon y Alateen les ayudan a los miembros a llevar a cabo la labor de Al-Anon y Alateen de manera saludable y productiva. El sitio web [al-anon.org](http://al-anon.org) en la sección «Miembros» ofrece muchos instrumentos de servicio, dentro de los que están las Guías a seguir de Al-Anon y Alateen, el Manual de Servicio y materiales de difusión pública para descargarlos e imprimirlos según sea necesario. Otros materiales de difusión pueden obtenerse a un costo muy bajo.”

*Manual de Servicio Al-Anon y Alateen 2018 – 2021, p. 64*



Tenga en cuenta como recomendación lo siguiente:

En las reuniones de estudio de su grupo, a conciencia de grupo, proponga incluir como tema el estudio de las Guías de Difusión Pública.



## HERRAMIENTAS DE DIFUSIÓN PÚBLICA

---

A continuación se entregan algunos fragmentos de la **Literatura Aprobada por la Conferencia (LAC)**, relacionados con el tema **-Llevar el mensaje de Al-Anon y Alateen-**. Se recomienda tenerlos muy presente en el momento en que se decida llevar el mensaje a cualquier tipo de público:

“La Literatura Aprobada por la Conferencia les proporciona una idea unificada de Al-Anon y Alateen a los miembros, a los profesionales, a las organizaciones externas y demás personas interesadas.”

*Manual de Servicio Al-Anon y Alateen 2018 – 2021, p. 113.*

“La literatura... de Al-Anon y Alateen ayuda a los miembros a continuar su recuperación entre reuniones y a obtener elementos de comprensión de ellos mismos y de los principios del programa de Al-Anon y Alateen... es escrita por y para nuestros miembros y conlleva un proceso de revisión total por parte de varios miembros de Al-Anon para garantizar que esta transmita el programa de manera coherente y completa.”

*Manual de Servicio Al-Anon y Alateen 2018 – 2021, p. 64.*

“Unos cuantos malos ejemplos pueden dar a la gente una impresión equivocada de lo que realmente es Alateen. Sorprende ver lo difícil que es cambiar la mentalidad de la gente. ...Si tomo el programa con seriedad y demuestro lo que ha hecho por mí, el mensaje del programa se difundirá claro y rotundo y a la gente podría quizás gustarle lo que ve lo que oye.”

*Alateen -un día a la vez, p. 138.*



“La Undécima Tradición habla de “atracción más bien que promoción”. No comprendía esa Tradición cuando vine a Al-Anon por primera vez. Venía de una familia muy insana. Casi no tenía autoestima era controladora. Intenté que mi madre y mis dos hermanas asistiera a Al-Anon comprándoles el libro Un día a la vez en Al-Anon. Cada vez que se me presentaba la oportunidad, se los leía en voz alta. Me excedí en la promoción de Al-Anon. Eso no funcionó en absoluto.”

“...Yo sabía que había cambiado...

...Me di cuenta de que el progreso se notaba a medida que me convertía en la persona que quería ser...”

“...Ahora comprendo la Undécima Tradición: atracción más bien que promoción.”

*Descubramos nuevas opciones, p. 273 - 274.*

“...Pero, con el tiempo, al seguir los Pasos, percibimos que no podemos transmitir un mensaje que aún no hemos aprendido. Mientras tanto, trasmitimos un mensaje de experiencia, fortaleza y esperanza cada vez que compartimos en una reunión de Al-Anon, que hacemos o recibimos una llamada telefónica o que realizamos un servicio para nuestro grupo. Cada uno de nosotros tiene mucho que ofrecer a otros, y eso crecerá a medida que crezcamos nosotros.”

*Cómo ayuda Al-Anon a familiares y amigos de alcohólicos, p. 65.*

“...Al compartir lo aprendido con aquéllos que saben muy poco acerca de nuestro programa pero mucho sobre la desesperación que provoca un medio alcohólico, robustecemos nuestra propia recuperación ayudando a otros al mismo tiempo...”

*Cómo ayuda Al-Anon a familiares y amigos de alcohólicos, p.118.*





## ACCIÓN DE LA DIFUSIÓN PÚBLICA: ¿CÓMO HACERLO?

### Cómo diseñar un proyecto para llevar el mensaje a los profesionales

En el Cuadernillo *Lo mejor de la Difusión Pública -Un instrumento de servicio sobre- "Cómo hacerlo" para actividades de Difusión Pública*, p.15, se presentan algunas ideas para proyectos de relaciones con los profesionales. De acuerdo con lo planteado allí, se sugieren algunas ideas como ejemplo, a continuación:

**Ideas para proyectos de relaciones con los profesionales**

Esta hoja puede servir para enumerar y establecer prioridades para proyectos de Relaciones con los Profesionales. Empezar con la selección de cuatro proyectos, luego enumerar los dos proyectos favoritos del comité y finalmente reducir la lista a un proyecto, si eso es lo que el comité piensa que puede manejar.

Selecciones del comité:

1. \_\_\_\_\_
2. \_\_\_\_\_
3. \_\_\_\_\_
4. \_\_\_\_\_

Dos actividades favoritas del comité para las "Relaciones con los Profesionales":

1. \_\_\_\_\_
2. \_\_\_\_\_

Actividad favorita del comité para llegar a los profesionales de la localidad:

\_\_\_\_\_

*Formato sugerido en el Cuadernillo Lo mejor de la Difusión Pública -Un instrumento de servicio sobre- "Cómo hacerlo", p.15*

### 1. Selección de cuatro proyectos:

**a. Escuelas, colegios y universidades:** la idea es llevar el mensaje, en primera instancia, a los rectores y/o coordinadores académicos, decanos o jefes de programa, trabajadores sociales o psicólogos; posteriormente a docentes y, finalmente, en reunión de padres de familia. Tres reuniones por institución. Dentro de su Zona:

- Seleccionar **3 instituciones educativas públicas de primaria.**
- Seleccionar **3 instituciones de bachillerato.**
- Seleccionar **3 universidades que ofrezcan programas relacionados con la salud mental y/o adicciones.**



- b. Entidades de salud:** Seleccione 4 entidades de salud, dentro de las cuales pueden estar: hospital, unidad intermedia, EPS, unidad médica de atención psicológica, entidad de atención a las adicciones, entre otras.
  - c. Parroquias:** seleccione 10 parroquias de su zona donde considere que es factible entregar información para llevar el mensaje al párroco y a la comunidad a la que pertenece la parroquia.
  - d. Comisarías de familia:** del listado de Comisarías de su Zona, escoja 10 para llevar el mensaje, teniendo en cuenta a la líder de comisarías de su municipio.
- De los anteriores proyectos, escoger los dos favoritos del Comité de Difusión Pública de su Zona.
  - Finalmente, seleccionar el que consideren de mayor relevancia. Si se concluye que todos son muy importantes, entonces se recomienda establecer un cronograma en orden de prioridades.
  - Se diseña una tabla donde se descarga la información relacionada con el (los) proyecto(s) seleccionados, tal como se presenta en el ejemplo siguiente:

PROYECTO	CRITERIO DE SELECCIÓN	RESPONSABLES	CUÁNDO	ACTIVIDADES	RECURSOS	RECURSOS ECONÓMICOS
Llevar el mensaje a Comisarías de Familia	Zonas vulnerables de alta violencia intrafamiliar, de acuerdo con la líder de comisarías.	Servidores de Difusión Pública, voluntarios	El TERCER trimestre del año	1. <b>Organizar portafolios</b> con: volantes, revista, directorios, afiche, plegables de los que se pueden bajar de internet de manera gratuita; carta a los Guías espirituales, Carta al policía, Carta al abogado, Carta al médico. 2. Redactar correo dirigido al encargado de las comisarías seleccionadas y enviar adjunto: el Plegable a los profesionales, las revistas digitales de Al-Anon se Enfrenta al alcoholismo; plegables digitales...	Cartas aprobadas por la OSM. Portafolio Sitio Web de la OSM Redes Sociales	Evaluar los recursos asignados por la Zona para Difusión Pública



AGENDA DE ACTIVIDADES

Según el **cronograma de actividades de Difusión Pública**, se sugiere a quienes lideran el servicio de Difusión Pública y/o a cualquiera de los miembros que tengan la oportunidad de llevar el Mensaje consultar el cronograma publicado en el Boletín N° 1, donde se invita, mes a mes, trabajar con los siguientes públicos, teniendo en cuenta las cartas aprobadas por la OSM:

- Mayo:** Maestro
- Junio:** Abogado
- Julio:** Empresas

<p><b>Carta abierta a mi maestro</b></p> <p>Querido maestro:</p> <p>Creo que es tiempo que le diga porque le mudo tan desorganizado en la escuela y porque algunas veces siento. Creo que sé saber que algo anda mal pero siempre me pregunto, "¿Qué le pasó?". La razón por la que no le he dicho antes es porque me da mucha vergüenza hablar en el comedor cuando los otros niños se quedan mirándome, y de todas maneras hasta ahora no creí que podría hablarle a alguien acerca de esto.</p> <p>Realmente me preocupa mi trabajo escolar. Continué metiéndome en problemas por no hacer mis tareas ni poner atención en clase. No quiero constantemente mal a mis maestros, pero algunas veces estoy tan preocupado y me siento tan frustrado que me enojé con todo el mundo. Me parece como si en casa y en la escuela todos me molestaran.</p> <p>Mis, mi papá. Siempre un problema de bebida, me llama "alcohólico". Estoy queriendo decir que él no puede controlar su forma de beber. Algunas noches llega a casa muy borracho y por gaste todo el dinero. Algunas veces él me paga a ella o a nosotros, otros motivos, solamente porque está borracho. A veces mi hermana y yo, estamos tan asustados que, nos escondemos debajo de la cama llorando.</p> <p>Antes yo odiaba a mamá y a papá por todo eso, a mamá por gritar a mi papá y hacerle cosas, y a papá por beber. Ahora no les odio, comprendo porque actuaban así.</p>	<p><b>CARTA ABIERTA A UN ABOGADO</b></p> <p><b>APRECIADO LECTOR:</b></p> <p>El alcoholismo es una enfermedad que se ha difundido y está afectando la integridad de la familia. Nosotros en los grupos de Familia Al-Anon estamos tratando de llegar a las familias que necesitan ayuda. Al momento el alcoholismo se habla mucho. El problema existe, aunque muchas veces ni la familia ni el bebedor preferiríamos admitirlo ni admitirlo que esto exista.</p> <p>Cuando los clientes vienen a unirse por un divorcio, una relación de amor, o por ayuda para un tipo de documento, están en contacto con el abogado de ellos en muchos aspectos de sus vidas. Si usted sospecha que su cliente está o ha sido afectado por un bebedor problemático, le sugerimos, tanto a usted como a su cliente, que se ponga en contacto con los Grupos de Familia Al-Anon. Si usted conoce las familias que han sido tan profundamente afectadas, por medio de la recomendación de sus abogados, de ponerse en contacto con Al-Anon y Al-Anon.</p> <p>Los abogados algunas publicaciones para su conveniencia. Sin material tendría que pedir a aquellos clientes que están enfocados por la forma de beber de otra persona. Explique el papel que juega Al-Anon en su vida y a los amigos y familiares de los alcoholistas.</p> <p>Nos sentimos muy agradecidos por su comprensión y comprensión profesional de nuestro programa. Reconocemos que usted se encuentra en una posición muy singular para encontrar a los clientes a los Grupos de Familia Al-Anon. Si lo desea, puede obtener más información llamando al 1-800-4-A-L-A-NON, o al 888-4-A-L-A-NON, de lunes a viernes de 9 a 5 de la mañana a 5 de la tarde hora del Este.</p> <p>Atentamente,</p> <p><b>Reproducido y distribuido por:</b> Al-Anon Family Group Headquarters, Inc. 1600 Corporate Landing Parkway, Upper Merion, PA 19154-5817 www.al-anon.alconon.org</p> <p><b>Esta carta puede ser fotocopiada</b></p>	<p><b>Grupos de Familia Al-Anon</b> Para Familias y Amigos de bebedores problemáticos</p> <p>teléfono: 3 45 98 42 - teléfono: 143 8305 Moed: 316 525 7500</p> <p><b>Cubell, Fede</b></p> <p><b>SERIE:</b> <b>NOMBRE:</b> <b>CARGO:</b> <b>EMPRESA:</b></p> <p><b>Respetado señor:</b></p> <p>Como se sabe el alcoholismo se ha convertido en uno de los problemas sociales y de salud pública que más preocupa a la comunidad en general, desde que afecta no sólo a quien desarrolla la adicción, sino también a quienes se encuentran cerca del adicto.</p> <p>Consciente de la necesidad de brindar ayuda a los familiares de los alcoholistas, Al-Anon ofrece un programa de Doo Pleno, desde hace más de 50 años en el mundo, que se desarrolla en los grupos de apoyo disponibles en diferentes puntos del país, con horarios y reuniones de fácil acceso.</p> <p>El programa de Al-Anon Alconon, puede ayudar en el proceso de recuperación de toda la familia, alcohólicos experimentados, creando e incrementando afectivos entre los miembros que tienen un problema con alcohol.</p> <p>Creemos que con el apoyo de un desarrollo profesional, usted tiene la oportunidad y los medios adecuados, para ayudarnos mutuamente a seguir llevando este mensaje a todas las personas afectadas por el alcoholismo de un amigo o pariente. Así entonces le pedimos amablemente que recomiende a Al-Anon cuando usted lo considere pertinente a sus colaboradores.</p> <p><b>Continuante,</b></p> <p><b>Nombre y firma</b></p> <p><small>Copyright © Al-Anon Family Group, Inc. No. 10, 2011 - © Oficina 9013 Chaparral - Bogotá, D.C., Colombia 1000 Corporate Landing Parkway, Upper Merion, PA 19154-5817</small></p>
---	---	--

Tenga presente que:

- Debe colocar la información referente a su Zona, como dirección de oficina, correo electrónico, teléfono fijo y/o celular, WhatsApp, en caso de contar con este servicio.
- Cuando un miembro requiera utilizar alguna(s) de la(s) cartas debe de solicitarla(s) en la oficina de Comité de su Zona al coordinador o servidor de Difusión Pública de su Zona o Grupo, o al Comité Selecto de Difusión Pública: comitedpcolombia@hotmail.com



# ENacción

Pasajes traducidos de la revista mensual *The Forum* de los Grupos de Familia Al-Anon



**Vol. 54 N ° 2 - 2021**

Al-Anon y Alateen en acción es publicado en español seis veces al año por Al-Anon Family Group Headquarters, Inc., 1600 Corporate Landing Parkway, Virginia Beach, VA 23454-5617. Suscripciones anuales: Estados Unidos y el Canadá: Suscripción Individual US\$10.00. Para el resto de los países: Individual US\$13.00. Esta revista contiene noticias, guías y comentarios provenientes de miembros de Al-Anon, de voluntarios, del personal y de lectores que comparten sus experiencias de crecimiento espiritual, individual y de grupo por medio del servicio.

[https://al-anon.org/pdf/enaccion\\_web.pdf](https://al-anon.org/pdf/enaccion_web.pdf)





## ¿CÓMO LO ESTAMOS HACIENDO?

EXPERIENCIAS COMPARTIDAS

**Nosotros lo estamos haciendo así... ¿Cómo lo está haciendo su región? Compártanos su experiencia. Escribanos al correo:**

**[comitedpcolombia@hotmail.com](mailto:comitedpcolombia@hotmail.com)**

Antes de enviar su aporte para esta sección del Boletín, se recomienda entre otros aspectos, lo siguiente:

1. *Empiece por nombrar la zona o región sobre la cual va a hablar.*
2. *Describa brevemente si en su zona o región se cuenta con un comité de Difusión Pública, cómo está organizado, si se reúnen periódicamente y si llevan un plan de trabajo donde los servidores participen activamente.*
3. *En el caso en que no exista dicho comité, describa de qué manera llevan el mensaje.*
4. *Recuerde mencionar si realizan actividades (talleres, encuentros, lecturas, entre otros) de formación para estimular y atraer a los servidores para que se animen a llevar el mensaje según los principios de la hermandad.*
5. *Comparta su experiencia al estudiar y prepararse para la Difusión Pública, con base en el Boletín Al-Anon y Alateen Contigo.*

### **Compartir Zona Valle**

*"A raíz de un trabajo que se venía desarrollando en la Zona Valle de visitar a los Grupos conociendo sus necesidades se retoma el Comité de Difusión Pública (DP).*

*Por medio de los RGs de los diferentes Grupos, se invita a los miembros de Al-Anon que quieran seguir participando de este Comité. Como resultado de esta convocatoria se han sumado al comité 14 personas. El Comité retomó en medio de la pandemia a trabajar de forma virtual y aprovechando este tiempo que no se puede hacer reuniones presenciales, estamos estudiando las guías de DP y creando estrategias para llevar el mensaje.*

Los miembros del Comité de Difusión Pública nos encontramos motivados porque deseamos aprender y llevar el mensaje a centros de rehabilitación, familiares y amigos que sufren por la manera de beber de un ser querido. Por medio del servicio conseguimos despertar espiritual y avanzar en el proceso de recuperación. Algunos consideramos que este servicio representa la práctica de un sentimiento de gratitud y la necesidad de dar de manera incondicional lo que un día recibimos.

Consideramos que nuestro compromiso con nuestra recuperación implica llevar a otros el mensaje."

**Att. Comité de Difusión Pública- Zona Valle**

### **COMPARTIR ZONA BARRANQUILLA**

"Cordial saludo para todos compañeros.

Mi nombre es Delma Judith, por la gracia de Dios pertenezco y permanezco en Al Anon Alateen. En la zona de Barranquilla no tenemos actualmente Comité de Difusión Pública. El cuerpo de servidores lo estamos haciendo de la siguiente manera: Aprovechando las cartas que compartió la O.S.M. (Oficina de Servicio Mundial) y el Cronograma que nos elaboró el CSDP (Comité Selecto de Difusión Pública), enviamos el mensaje a diferentes públicos, por medio del correo electrónico adjuntamos revista Al Anon se enfrenta al alcoholismo, volantes, plegables descargables de la página web de la OSM."

**Att. Delma Judith - Zona Barranquilla**





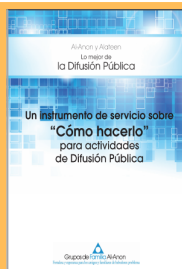
## ENLACES ESPECIALES

El papel que desempeñamos en los centros correccionales es ayudarles a formar grupos de «acceso limitado» de Al-Anon o Alateen. Las ramas de servicio de Al-Anon, por ejemplo: Zonas, distritos, o Servicios de Información de Al-Anon apadrinan a estos grupos. Ellos proporcionan voluntarios de Al-Anon para que ayuden con las reuniones y la literatura de los grupos. A continuación le ofrecemos una lista con algunos de los instrumentos de servicio disponibles para su uso. Por favor observe que algunos de los instrumentos en la lista están disponibles en línea; los demás puede pedirlos por medio de su Centro de Distribución de Publicaciones (CDP) o Comité de Zona o de la Oficina de Servicio General (OSG).

- *Lo mejor de la Difusión Pública* <https://al-anon.org/pdf/BestOfPO-ES.pdf>
- *Lo que sucede luego del tratamiento (P-81ES)* <https://al-anon.org/pdf/P81ES.pdf>
- *Viviendo en un albergue (P-82ES)* <https://al-anon.org/pdf/P82ES.pdf>
- *¿Dudas acaso de tu cordura? (P-89ES)* <https://al-anon.org/pdf/P89ES.pdf>



<https://al-anon.org/es/nara-los-miembros/recursos-para-los-miembros/manuales-y-guias/>



<https://al-anon.org/pdf/Al-MejorPublica.pdf>



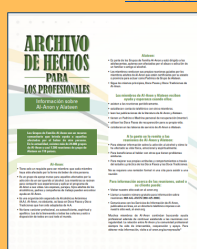
<https://al-anon.org/es/nara-los-miembros/recursos-para-los-miembros/manuales-y-guias/guia-a-seguir/>



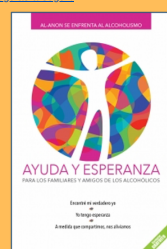
[https://al-anon.org/pdf/enaccion\\_web.pdf](https://al-anon.org/pdf/enaccion_web.pdf)



[https://al-anon.org/pdf/AT\\_54\\_3and4\\_SP.pdf](https://al-anon.org/pdf/AT_54_3and4_SP.pdf)



<https://al-anon.org/pdf/S37S.pdf>



<https://al-anon.org/pdf/SAFA2021.pdf>









«Encontramos  
**ESPERANZA**  
en medio de  
una situación  
abrumadora».

870-910 (6)

## Ahora disponible Marcador de difusión pública revisado (SM-76)

Unas pocas palabras pueden marcar la diferencia. Ayude a los posibles recién llegados a su comunidad y a su reunión a reconocer el impacto del alcoholismo en sus vidas.

Les permite saber que:

- No están solos
- Al-Anon puede ayudar
- Nos importa
- Cómo comunicarse con nosotros

Adquiéralos comunicándose con su Comité de Zona u Oficina de Servicios Generales (OSG).