

Al-Anon y Alateen
Lo mejor de
la Difusión Pública

**Un instrumento de servicio sobre
“Cómo hacerlo”
para actividades
de Difusión Pública**



Grupos de **Familia** Al-Anon

Fortaleza y esperanza para los amigos y familiares de bebedores problema

Lo mejor de la Difusión Pública

Un instrumento de servicio sobre “Cómo hacerlo”

Actualizado en inglés el 15 de marzo de 2012

Difusión Pública	3
El Coordinador de Difusión Pública de su Zona	3
El propósito de la Difusión Pública es el Duodécimo Paso.....	4
La guía para la Difusión Pública es la Undécima Tradición	4
Atracción	4
Promoción	5
Cooperación	5
Anonimato.....	5
Público en general	6
Profesionales.....	6
Medios de comunicación.....	6
Participación en labores de Difusión Pública.....	8
¿Quién puede participar?	8
¡Sí, trabaje con el Coordinador de Difusión Pública de su Zona!	8
¿Cómo se trabaja con el Coordinador de DP de su Zona?	8
Forma de organizarse.....	9
Posibles formas de llegar al público en general	11
Posibles formas de llegar a los profesionales.....	14
Cómo presentar mesas de información en ferias y conferencias de la salud	16
Posibles formas de incluir a los medios de comunicación en la Difusión Pública local	18
Instrumentos y recursos de servicio	21

<i>Al-Anon se enfrenta al alcoholismo</i>	21
<i>Al-Anon se enfrenta al alcoholismo</i> se imprime dos veces al año.....	22
¿Dónde se pueden distribuir ejemplares de <i>Al-Anon se enfrenta al alcoholismo</i> ?.....	22
¿Cómo hacer un pedido?.....	23
Video de Difusión Pública.....	24
<i>El papel de Al-Anon y Alateen en la recuperación de la familia (SAV-31)</i>	24
Anuncios de Servicio Público (ASP) para la radio y la televisión	25
¿Dónde se localizan los ASP?	26
¿Cómo se sabe cuáles estaciones tienen ya un ejemplar de los ASP?	26
¿Cómo se sabe cuáles estaciones ya han transmitido los ASP?.....	26
¿Cómo acercarse a una estación de radio o televisión que no está en la lista de distribución de la OSM?	26
¿Cómo ponerse en contacto con una estación de radio o televisión?	27
Podcasts de Difusión Pública	30
Carteles de Difusión Pública.....	30
Comunicados de prensa	33
Localización de los comunicados de prensa.....	33
Envío de comunicados de prensa.....	33
Localización de recursos en los EE.UU.	35
Localización de recursos en el Canadá	38
¡Corra la voz!.....	41
Envíeles copias de sus informes:	42
¡Gracias por compartir!.....	42
¡Adelántese, planee para el año que viene!	43

Difusión Pública

Las actividades de Difusión Pública le informan al público en general acerca de quiénes somos, qué hacemos y cómo ponerse en contacto con Al-Anon y Alateen por medio de:

- los medios de comunicación
- los profesionales (orientadores, etc.)
- las instalaciones, tales como centros de tratamiento
- organizaciones, por ejemplo el Consejo Nacional de Alcoholismo y Farmacodependencia (NCADD, siglas en inglés)

La Difusión Pública incluye a:

- Coordinadores de Difusión Pública (RP)
- Coordinadores de Información Pública (IP)
- Coordinadores de Cooperación con la Comunidad Profesional (CCP)
- Coordinadores de Instituciones

El objetivo de la Difusión Pública es atraer a todos los familiares y amigos de personas alcohólicas a los Grupos de Familia Al-Anon, de modo que todos los que necesitan nuestro programa puedan encontrar ayuda y esperanza en cada comunidad.

En la Difusión Pública nos esforzamos por alcanzar el reconocimiento del nombre y la credibilidad de Al-Anon y Alateen como recursos viables para las comunidades locales, regionales y nacionales.

El Coordinador de Difusión Pública de su Zona

- Sirve como enlace de comunicación entre la OSM y su Zona.
- Distribuye información clave y recursos por medio de listas de distribución de correo electrónico.
- Educa continuamente a la hermandad sobre la necesidad de atraer a aquellos que aún están sufriendo.
- Trabaja con los Comités de Difusión Pública de la Zona y locales.
- Motiva a los distritos y a los Servicios de Información de Al-Anon para que formen comités de difusión.
- Hace presentaciones o realiza talleres en las Asambleas de Zona y reuniones de distrito.
- Comunica y trabaja conjuntamente en un esfuerzo de equipo con otros Coordinadores de Zona, el Presidente de su Zona, y su Delegado.
- Informa acerca de actividades de Difusión Pública por parte de los distritos y los SIA a la Asamblea, la OSM y otros Coordinadores en todos los EE.UU. y el Canadá.

El propósito de la Difusión Pública es el Duodécimo Paso

“Habiendo obtenido un despertar espiritual como resultado de estos pasos, tratamos de llevar este mensaje a otras personas, y de practicar estos principios en todas nuestras acciones”.

Ese Paso nos anima a practicar los Doce Pasos de Al-Anon nosotros mismos y a compartir el mensaje de recuperación de Al-Anon con los demás.

Del libro *Lois Remembers...* (Publicado sólo en inglés).

“Si... los grupos de Al-Anon no le informan al público de nuestra presencia, tal vez anunciando la hora y el lugar de las reuniones en los periódicos locales o por cualquier otro medio, nosotros mismos nos bloqueamos de quienes necesitan ayuda” (Página 194).

La guía para la Difusión Pública es la Undécima Tradición

“Nuestra política de relaciones públicas se basa más bien en la atracción que en la promoción. Necesitamos mantener siempre el anonimato personal en la prensa, radio, el cine y la televisión. Debemos proteger con gran esmero el anonimato de todos los miembros de A.A.”

Es política de Al-Anon y Alateen interpretar que la Undécima Tradición incluye la Internet, así como todas las formas de difusión pública que surjan.

La Undécima Tradición establece que nuestra política de relaciones públicas se basa más bien en la *atracción* que en la *promoción*. Entonces, ¿cuál es la diferencia entre atracción y promoción?

Atracción

Los miembros de Al-Anon atraen a otras personas al compartir sobre el motivo por el que llegamos a Al-Anon o Alateen, cómo eran nuestras vidas antes y cómo son nuestras vidas actualmente. Cuando describimos lo que nos sirve a nosotros, los demás se pueden imaginar cómo podría servirles a ellos.

Los miembros de Al-Anon atraen a otros miembros mediante:

- El intercambio de información
- La generación de buena voluntad
- La cooperación con los profesionales y los medios de comunicación
- La explicación de cómo ayuda Al-Anon y Alateen en nuestra vida

Algunos ejemplos sobre la atracción comprenden la distribución de ejemplares de la revista *Al-Anon se enfrenta al alcoholismo* y poner a la disposición de las estaciones de radio y televisión locales los anuncios de servicio público (ASP) para la radio y la televisión.

Promoción

Los miembros de Al-Anon *promueven* cuando van más allá de compartir la información y modelar su comportamiento sano, y al empezar a decirle a la gente lo que debe hacer. Hacen promesas sobre lo que Al-Anon va a hacer por los alcohólicos y por ellos. Adoptan una modalidad de *venta* que puede llevar a la audiencia a rechazar el mensaje, en lugar de permitirle tomar sus propias decisiones. Promoción significa:

- Utilizar tácticas de presión
- Hacer promesas
- Hacer comparaciones o criticar los programas de autoayuda o de profesionales para los familiares
- Exagerar o tergiversar el propósito de Al-Anon —que podemos ayudar a todo el mundo—.

Para obtener más información acerca de la Undécima Tradición y el enfoque de Al-Anon hacia la Difusión Pública, consulte las páginas correspondientes en el *Manual de Servicio de Al-Anon y Alateen*, también disponible en línea en www.al-anon.org/miembros/.

Cooperación

“Cuando los familiares de los alcohólicos se reúnen para prestarse mutua ayuda, pueden llamarse un Grupo de Familia Al-Anon, siempre que, como grupo, no tenga otra afiliación. El único requisito para ser miembro es tener un pariente o amigo con un problema de alcoholismo”.

La Tercera Tradición expresa nuestra necesidad de evitar la afiliación con cualquier entidad externa. Nosotros no nos afiliamos, pero sí cooperamos.

Al-Anon coopera cuando trabaja con profesionales, medios de comunicación y otros en el público en general para educar a las organizaciones y comunidades acerca de Al-Anon y Alateen.

Tenemos que asegurarnos de que el público en general pueda encontrar a Al-Anon fácilmente por medio de las listas en los directorios telefónicos y calendarios comunales, la Internet y otros directorios locales.

Para obtener más información sobre la diferencia entre cooperación y afiliación, consulte las páginas correspondientes en el *Manual de Servicio de Al-Anon y Alateen*, también disponible en línea en www.al-anon.org/miembros/.

Anonimato

El anonimato se rompe cuando un miembro elige ser identificado en los medios de comunicación públicos como portavoz de Al-Anon, o identificarse él mismo como un miembro de Al-Anon al utilizar el nombre completo en un periódico, en la radio, la

televisión o la Internet —o al aparecer mostrando toda la cara en una foto, un video o una película que se haya publicado o transmitido—.

Está bien utilizar el nombre completo al reunirse en privado con editores, escritores y locutores para prepararse para algo que se va a publicar. En esos casos, el nombre completo le ayuda a la gente a saber dónde y cómo ponerse en contacto con una fuente de Al-Anon. Por supuesto, nosotros siempre pedimos que no se imprima, transmita ni publique nuestro nombre completo en la Internet.

Público en general

Cuando compartimos información con el público en general, tenemos que saber que algunas personas del público son los familiares y amigos de los alcohólicos, y otras no lo son. El propósito primordial de Al-Anon es llegar a aquellas personas que son afectadas por los alcohólicos. Sin embargo, incluso las no afectadas pueden conocer a alguien que necesita nuestro programa. Cuanto mayor sea la conciencia en el público en general, mayor será la probabilidad de que quienes nos necesitan nos encontrarán.

Profesionales

Los orientadores, terapeutas, clérigos, profesionales en salud mental, personal de asistencia a empleados, profesionales médicos y judiciales, y otros que trabajan con el público, están facultados para identificar y remitir a los clientes y sus familias a Al-Anon y Alateen. La difusión a través de los medios de comunicación también llega a los profesionales y le da credibilidad a nuestro programa.

Medios de comunicación

El mensaje de esperanza y recuperación de Al-Anon puede llegar a miles de personas a través de cada noticia, historia, anuncio de servicio público, transmisión de DVD o publicación en Internet. Distribuimos anuncios de servicio público para la radio y la televisión todos los años, publicamos la revista *Al-Anon se enfrenta al alcoholismo* dos veces al año, publicamos podcasts todos los meses, anunciamos nuestras reuniones en los periódicos y utilizamos sitios web para llevar el mensaje de esperanza de Al-Anon y Alateen. También podemos llevar a cabo campañas de vallas publicitarias o proporcionar videoclips del sitio web de Difusión Pública para los canales de cable accesibles a la comunidad.

Cada vez que los medios de comunicación mencionan a Grupos de Familia Al-Anon, nuestro programa aumenta su credibilidad en la mente de la opinión pública y la comunidad profesional. La OSM y la Zona tienen que notificarles a los grupos de Al-Anon y Alateen a la mayor brevedad posible cuando Al-Anon o Alateen va a aparecer en los medios de comunicación, así los miembros pueden extenderles una cálida bienvenida a los que por consiguiente asistan a las reuniones.

Gran parte de la comunicación vital entre nosotros, con los medios de comunicación, los profesionales, centros y organizaciones se puede hacer con rapidez, precisión y a bajo costo por medio de mensajes de correo electrónico, listas de distribución de correo electrónico, conferencias telefónicas y otras herramientas tecnológicas.

Participación en labores de Difusión Pública

¿Quién puede participar?

Cualquier miembro activo de Al-Anon o Alateen que esté dispuesto y entienda los Doce Pasos y las Doce Tradiciones puede participar en labores de Difusión Pública. Si usted es un miembro interesado en servir de voluntario para las actividades de Difusión Pública, asegúrese de compartir su dirección de correo electrónico con otros voluntarios de Difusión Pública.

Una variedad de proyectos proporcionan maneras saludables de que los individuos y los grupos desarrollen y aumenten la recuperación. Todos los coordinadores y voluntarios que trabajan con la Información Pública (IP), Cooperación con la Comunidad Profesional (CCP), e Instituciones desempeñan papeles importantes en las labores de Difusión Pública.

Para recibir información oportuna, precisa y económica de Difusión Pública, por favor mantenga su dirección de correo electrónico actualizada para que los fieles servidores puedan comunicarse con usted.

Si usted es Coordinador de Difusión Pública de un grupo, distrito, o SIA, por favor envíe su nombre y dirección de correo electrónico al Coordinador de Difusión Pública de su Zona. Si usted no sabe quién es, revise el boletín local o el sitio web, o envíe un correo electrónico a: wso@al-anon.org, a la atención de Difusión Pública y solicite el nombre y la dirección de correo electrónico del Coordinador de Difusión Pública de su Zona.

¡Sí, trabaje con el Coordinador de Difusión Pública de su Zona!

El Coordinador de Difusión Pública de su Zona le proporcionará acceso a los recursos y a la información que usted puede utilizar para hacer que su proyecto sea lo más fácil, barato y exitoso que se pueda. Compartir sobre el avance y los resultados con el Coordinador de DP también hace posible que el Coordinador comparta con los demás miembros los logros que usted ha alcanzado. Nadie tiene que realizar actividades de Difusión Pública solo, así como tampoco ninguno de nosotros tiene que reinventar la rueda. Podemos aprender mutuamente y dedicar nuestro tiempo y energía en llegar a más familiares y amigos de los alcohólicos.

¿Cómo se trabaja con el Coordinador de DP de su Zona?

No se necesita experiencia previa para participar en proyectos de Difusión Pública. La experiencia valiosa surgirá de forma natural de la disposición que usted tenga. Simplemente proporcionele su nombre y dirección de correo electrónico al Coordinador de DP de la Zona y hágale saber en qué proyectos específicos tiene usted interés, tales como:

- Información Pública en general

- Relaciones con los profesionales
- Relaciones con los medios de comunicación

Forma de organizarse

A usted quizás lo inviten a asistir a una reunión presencial de planeamiento de Difusión Pública o a que participe en una reunión por medio de conferencia telefónica.

Lo que indica que una reunión ha sido bien planeada es una agenda que acompaña la invitación. La agenda identifica temas para la discusión y la hora definitiva de iniciar y terminar la reunión. Si usted va a organizar la reunión, por favor suministre una propuesta de agenda con anticipación, de manera que la gente pueda revisarla y sugerir cambios. Si la agenda cambia, asegúrese de que todos lo sepan.

Para las reuniones presenciales, usted podría considerar la posibilidad de una reunión con comida compartida, un almuerzo en el que cada quien lleve lo que se va a comer, o una reunión en un café donde la gente pueda pedir algo para comer durante la reunión. Una vez que los miembros se conozcan entre sí, será más fácil saber sobre la alternativa que mejor funcione para su grupo.

Si la reunión es por medio de conferencia telefónica, será necesario hacer arreglos con un proveedor de conferencias telefónicas. Si usted va a organizar la llamada, podría revisar por medio de uno de los buscadores en Internet para encontrar un servicio y el precio adecuados. Usted puede solicitar un servicio gratuito y ver qué hay disponible. También hay servicios gratuitos para conferencias telefónicas que se realizan en la Internet.

Una parte importante de cualquier conferencia telefónica es tener un ambiente tranquilo durante la llamada. El ruido de fondo puede distraernos demasiado, incluso el hacer crujir papeles, comer, beber o usar el teclado puede hacer mucho ruido en la conexión de una conferencia telefónica. Así que si usted va a organizar la llamada, asegúrese de solicitar que todo esté en silencio. Si su sistema de conferencia telefónica permite que los participantes activen y desactiven el sonido de voz de la conexión, hágales saber a todos los demás cómo hacerlo. Usted podría incluso repetir la información durante la llamada para ayudar a que cada uno participe plenamente en la llamada. Si usted participa en una conferencia telefónica, por favor elimine los ruidos e interrupciones del lugar en que se encuentra durante la llamada.

Los miembros que participan en conferencias telefónicas deben acostumbrarse a identificarse cada vez que hablan. Aun cuando los demás participantes de la llamada los conozcan bien, quizás no puedan reconocer todas las voces en todo momento.

Muestra de agenda de una hora

Estas son sugerencias. No dude en hacer ajustes para adaptarlas a las necesidades y preferencias individuales.

Hora de inicio: Pídale a todos que lleguen a la reunión o que se unan a la conferencia telefónica unos minutos antes, de manera que la reunión pueda comenzar a tiempo.

Bienvenida y presentaciones, o el pasar lista. Pídale a un miembro que actúe como secretario y levante el acta.

Pídale a un voluntario que le recuerde al grupo cuando queden diez minutos antes de que la reunión se deba terminar.

Indique el propósito de esta reunión; por ejemplo, recoger uno o dos proyectos de Difusión Pública para llevarlos a cabo durante el Mes Nacional de la Recuperación en el mes de septiembre.

Pídale a los miembros que propongan proyectos y mantengan breves las descripciones de los mismos para que el secretario pueda hacer una lista. Los proyectos pueden ser de las categorías de Difusión Pública: el “público en general”, el “profesional” o los “medios de comunicación”.

Pídale al secretario que lea la lista de las opciones de los miembros.

Pídale a los miembros que voten por un proyecto favorito. Cada miembro puede votar dos veces.

Identifique los cuatro proyectos que tienen la mayoría de votos.

Pídale a los miembros que voten por un proyecto favorito otra vez. Esta vez, cada miembro puede votar una vez.

Anuncie los dos proyectos que tienen la mayoría de votos, y diga si un proyecto recibió muchos más votos que el otro.

Conclusión:

Fije una fecha para la próxima reunión en el término de tres semanas con el fin de mantener el entusiasmo. Pídale a los miembros que le envíen un correo electrónico con las formas en que pueden ayudar con uno de los proyectos, incluido si están dispuestos a actuar como presidente de uno de los comités del proyecto.

Cierre:

Deles las gracias a todos por participar.

Posibles formas de llegar al público en general

Les presentamos algunas ideas en cuanto a llegar al público en general. Establezca un orden de prioridades escogiendo unas cuantas con las que usted quizás deba trabajar primero, tal como anunciar un número de teléfono de Al-Anon en el directorio telefónico local. Otra cosa que se debe tener en cuenta es la época del año, de manera que pueda planear el calendario según corresponda. Por ejemplo, puede ser que se acerque una campaña mensual, tal como el Mes de Concientización sobre el Alcoholismo o el Mes Nacional de la Recuperación. Debido al tiempo de programación de esos eventos, usted podría organizar una mesa de información en las reuniones locales a su debido tiempo para aprovechar la atención que se le está prestando al alcoholismo. Una vez más, estas son sólo algunas ideas, pero podrían ayudar a que su comité logre comenzar.

- Ver si en el directorio telefónico local aparece Al-Anon y Alateen. El servicio de respuesta local y el número de teléfono gratuito de la OSM, (888) 4AL-ANON, se pueden anunciar.
- Verificar si el servicio de respuesta local de A.A. sabe cómo llegar a voluntarios de Al-Anon de la Zona y si tiene un horario actual de reuniones de Al-Anon y Alateen.
- Pedirles a los bibliotecarios que utilicen marcadores de libros de Al-Anon en el mostrador de entrega de préstamos de libros.
- Colocar carteles en los centros comunitarios, juzgados, aeropuertos, universidades, tiendas de comestibles, centros comerciales, bibliotecas, lavanderías, centros de boliche y áreas de descanso en las carreteras. Para más información, véase el *Manual de Servicio de Al-Anon y Alateen 2010-2013*, páginas 108-109.
- Dejar ejemplares de la revista *Al-Anon se enfrenta al alcoholismo* en las salas de descanso, las salas de espera, los hospitales o los salones de belleza, entre otros lugares.
- Mostrar el DVD de Al-Anon *El papel de Al-Anon y Alateen en la recuperación de la familia* (SAV-31).
- Pedir que las reuniones de Al-Anon y Alateen se anuncien en el boletín del lugar en que se realiza la reunión, el cual puede ser una iglesia o un hospital.
- Poner aparatos de exhibición y distribuir literatura de Al-Anon y Alateen en ferias de la salud.
- Donar libros de Al-Anon y Alateen a universidades, iglesias o bibliotecas públicas.
- Enviar literatura a las escuelas, albergues para indigentes, oficinas de libertad condicional, hospitales para veteranos y centros para adultos mayores.
- Pedirle a la OSM los gráficos de carteles o ilustraciones que se puedan utilizar para vallas publicitarias.
- Donar literatura a refugios para mujeres.
- Poner folletos y horarios de reuniones de Al-Anon en los bastidores de información turística en moteles, hoteles y paradas de descanso.
- Proporcionar oradores y literatura para eventos de la comunidad.
- Pedir que se haga un sello de goma o etiquetas con la dirección postal que contengan el nombre del grupo, el lugar y la hora de la reunión.

- Pedir que se hagan tarjetas de presentación con el nombre del grupo, el lugar y la hora de la reunión. Las mismas se pueden distribuir en muchos lugares.

(Recuerde pedir permiso para colocar cosas en áreas públicas, para que así no las quiten y las boten inmediatamente.)

[Pulse aquí para descargar este documento.](#)

Ideas para proyectos de Difusión Pública en general

Esta hoja puede servir para enumerar y establecer prioridades para proyectos de Difusión Pública en general. Empiece con la selección de cuatro proyectos, luego enumere los dos proyectos favoritos del comité y finalmente reduzca 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 el “público en general”:

1. _____
2. _____

Actividad favorita del comité para llegar al público en general:

Posibles formas de llegar a los profesionales

Les presentamos algunas ideas que se pueden tener en cuenta para llegar a los profesionales. El propósito de la lista es ayudar a que su comité logre empezar. Por favor pídanles a los miembros que le agreguen nuevas ideas a la lista.

- Crear un Comité de Difusión Pública en el distrito o el SIA.
- Crear un sitio web local, en el distrito o el SIA que incluya información y el horario de reuniones de Al-Anon/Alateen.
- Ejemplares de la revista *Al-Anon se enfrenta al alcoholismo*
 - Mantener bastantes revistas a mano para la distribución
 - Llevar ejemplares de la revista *Al-Anon se enfrenta al alcoholismo* a estaciones de policía, iglesias y escuelas de enfermería.
 - Proporcionarles a las agencias y a los profesionales en medicina, salud mental y abuso de sustancias ejemplares de la revista *Al-Anon se enfrenta al alcoholismo*.
 - Enviarles por correo a psicólogos y psiquiatras ejemplares de la revista *Al-Anon se enfrenta al alcoholismo*.
- Comunicarse y establecer relaciones con las organizaciones locales del Consejo Nacional sobre Alcoholismo y Farmacodependencia (NCADD, siglas en inglés), los consejos sobre alcoholismo, centros de tratamiento y agencias para la salud mental y el abuso de sustancias. Suministrarles:
 - Horarios de reuniones
 - Literatura de presentación
 - Nombres, números de teléfono y direcciones de correo electrónico de los contactos locales de Al-Anon
- Tener a la disposición el DVD *El papel de Al-Anon y Alateen en la recuperación de la familia* (SAV-31), publicado en inglés con subtítulos en español, para mostrárselo a los profesionales, las escuelas, las universidades y al público en general.
- Ponerse en contacto con los departamentos de recursos humanos de la industria local para hablar con el personal de asistencia a los empleados.
- Invitar al líder religioso de la iglesia en la que se reúnen, a un maestro, o a un oficial de la policía local a una reunión abierta.
- Escribirles cartas o enviarles mensajes de correo electrónico a los orientadores en las escuelas de la comunidad (de Kindergarten a 12.^o grado).
- Comunicarse con el personal en las bases militares, tal como capellanes en los Centros de Servicios para la Familia.
- Colocar un cartel de Al-Anon/Alateen con información sobre las reuniones en un tablero de anuncios en la oficina de orientación escolar.

(Recuerde pedir permiso para colocar o para poner a la disposición materiales de Al-Anon y Alateen en áreas públicas para que así no los quiten y los boten inmediatamente.)

[Pulse aquí para descargar este documento.](#)

Ideas para proyectos de relaciones con los profesionales

Esta hoja puede servir para enumerar y establecer prioridades para proyectos de Relaciones con los Profesionales. Empiece con la selección de cuatro proyectos, luego enumere los dos proyectos favoritos del comité y finalmente reduzca 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:

Cómo presentar mesas de información en ferias y conferencias de la salud

Las organizaciones, empresas y asociaciones estatales, del condado y de la comunidad muchas veces realizan ferias comunitarias de la salud. Las organizaciones profesionales también organizan conferencias y talleres. Las mismas frecuentemente invitan a Al-Anon para que ponga mesas de información o proporcione literatura para una mesa en la que se ofrece "tomar un ejemplar".

Si su grupo, distrito o Zona quiere ayudar a llevar el mensaje de esperanza de Al-Anon/Alateen a ese evento, algunas de las siguientes guías quizás puedan serle útiles.

- Al recolectar información sobre una feria de la salud, preguntar acerca de la duración del evento, las horas de funcionamiento, cualquier cuota que se requiera, así como el número de asistentes. Si la organización cobra por el puesto en la carpa, está bien consultar sobre una cuota especial para las organizaciones sin fines de lucro establecidas en la comunidad. Asimismo, verificar el equipo que se suministra o que sea necesario alquilar; por ejemplo, una mesa, sillas, etc. Preguntar si la literatura en inglés será útil o apropiada.
- Preparar una lista de voluntarios de Al-Anon y un horario que incluya el día y las horas en que cada voluntario servirá. Se recomienda no tener más de dos o tres miembros atendiendo la mesa para que los asistentes se sientan más inclinados a acercarse a la mesa de Al-Anon.
- Planear su exhibición. Un mantel con una exhibición atractiva de literatura, horario de las reuniones y carteles de Al-Anon y Alateen funciona bien. "Manténgalo simple". Evite la aglomeración de visitantes que se hace al tener demasiadas publicaciones de la literatura. Quizás también se pueda disponer de una tarjeta de presentación con la información del contacto local de Al-Anon a mano.
- Un miembro puede permanecer delante de la mesa y parcialmente hacia el lado de la misma para que salude a los visitantes, si la disposición de la carpa de la feria de la salud así lo permite. Otro miembro puede estar de pie o estar sentado detrás de la mesa. Los miembros pueden tomar turnos para sentarse cuando se cansen de estar de pie.
- Está bien decir "Hola" o "Bienvenido" y preguntar: "¿Está usted familiarizado con Grupos de Familia Al-Anon?" Cuando ambos miembros están sentados detrás de la mesa, es probable que estén hablando entre ellos. Eso

inadvertidamente da la impresión de que los miembros están más interesados en hablar entre ellos que en proporcionar información acerca de Al-Anon.

- Es más probable que los profesionales se acerquen a la mesa si se les recibe con una pregunta tal como: "¿Está usted familiarizado con Al-Anon como recurso para sus pacientes, clientes o alumnos?"
- Una sonrisa cálida y acogedora también atrae a los visitantes a su puesto en la carpa.
- Mantener una apariencia y una actitud profesional. Recuerde, es muy poco probable que todos los asistentes se detengan frente a la mesa de Al-Anon para recoger información.
- La siguiente es una lista de literatura sugerida. Sírvase tomar en cuenta disponer de literatura en inglés en su exhibición si es apropiado.
 - *¿Se molesta por la bebida de otra persona? Al-Anon es para usted* (SS-17)
 - *¿Se crió junto a un bebedor con problemas?* (SS-25)
 - *¿Ha sido afectada tu vida por la bebida de otra persona?* (SS-20)
 - *Archivo de hechos para los profesionales* (SS-37)
 - *¿Cómo puedo ayudar a mis hijos?* (SP-9)
 - *A los padres de Alcohólicos* (SP-16)
 - **Revista Al-Anon se enfrenta al alcoholismo (Llame a su SIA o a su CDP para ver si tienen ejemplares)**
 - *Marcador de libros* (SM-76)

Tenga presente que la OSM tiene un cargo mínimo de envío y manejo, incluso si un artículo es gratis.

Los artículos más importantes que se deben tener sobre la mesa son las listas de reuniones actuales.

Por favor recuerde que estas son sólo sugerencias sobre la literatura. Hay muchas otras publicaciones excelentes que son útiles, dependiendo de la audiencia y su presupuesto.

Posibles formas de incluir a los medios de comunicación en la Difusión Pública local

A continuación se presentan algunas formas en que los miembros pueden llegar a una variedad de medios de comunicación. Consulte con su comité para obtener más ideas.

Prensa

- Colocar anuncios sobre las reuniones en los periódicos locales.
- Adaptar comunicados de prensa de la OSM para el uso local y enviarlos a los periódicos.
- Después de la revisión y aprobación de la OSM, colocar un anuncio en los periódicos locales. Para obtener más información, véase el *Manual de Servicio de Al-Anon y Alateen 2010-2013*, páginas 107 a 109.

Televisión

- Agradecerles a los canales de televisión por transmitir anuncios de servicio público (ASP).
- Informarles a los canales de televisión acerca de los Grupos de Familia Al-Anon y pedirles que transmitan ASP.
- Ponerse en contacto con los programas de entrevistas de televisión y ofrecerles la participación de profesionales o de miembros anónimos en entrevistas.
- Ofrecerles listas de reuniones locales a las estaciones de televisión por cable de acceso comunitario.
- Después de la revisión y aprobación de la OSM, colocar un anuncio con las estaciones de televisión o los canales de cable de acceso comunitario. Para obtener más información, véase el *Manual de Servicio de Al-Anon y Alateen 2010-2013*, páginas 107 a 109.

Radio

- Agradecerles a las estaciones de radio por transmitir anuncios de servicio público (ASP).
- Informarles a las estaciones de radio acerca de los Grupos de Familia Al-Anon y pedirles que transmitan ASP.
- Ponerse en contacto con los programas de entrevistas en las estaciones de radio y ofrecerles la participación de profesionales o de miembros anónimos en entrevistas.
- Después de la revisión y aprobación de la OSM, colocar un anuncio con las estaciones de radio.

*Véase el *Manual de Servicio de Al-Anon y Alateen 2010-2013*, páginas 107 a 109.

Internet

- Crear enlaces de los sitios web de las ramas de servicios a las páginas del sitio web de Difusión Pública en: www.al-anon.alateen.org, para ASP, videoclips y podcasts.

- Informarles a los sitios web locales de la comunidad acerca del número de teléfono de contacto local de Al-Anon, el número de teléfono gratuito de la OSM para información sobre las reuniones: (888) 4AL-ANON y del sitio web local o de Difusión Pública de la OSM: www.al-anon.alateen.org.
- Incluir la dirección del sitio web de la OSM: www.al-anon.alateen.org, así como las direcciones de sitios web de la Zona o locales en todos los proyectos de difusión.

[Pulse aquí para descargar este documento.](#)

Ideas para proyectos de relaciones con los medios de comunicación

Esta hoja puede servir para enumerar y establecer prioridades para proyectos de relaciones con los medios de comunicación. Empiece con la selección de cuatro proyectos, luego enumere los dos proyectos favoritos del comité y finalmente reduzca 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 medios de comunicación:

1. _____
2. _____

Actividad favorita del comité para llegar a los medios de comunicación:

Instrumentos y recursos de servicio

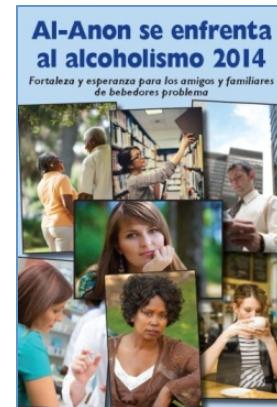
Se recomiendan los siguientes instrumentos y recursos. Los artículos en negrita indican que hay más información en este documento. Tenga en cuenta que todas las guías están disponibles únicamente en línea.

- Guía *Para miembros de Al-Anon y Alateen interesados en hablar en público* (SG-1)
- **DVD *El papel de Al-Anon y Alateen en la recuperación de la familia, en inglés con subtítulos en español* (SAV-31)**
- **ASP de Al-Anon/Alateen para la televisión, con calidad difusiva, en formato Beta (SAV-30B)**
- **ASP de Al-Anon/Alateen para la radio, con calidad difusiva (SA-30)**
- Horarios de reuniones locales
- Direcciones de sitios web locales y de la OSM
- Catálogo para obtener una lista completa de materiales para "llevar el mensaje" SS-15
- *Manual de Servicio de Al-Anon y Alateen* (SP-24/27), sección del Compendio de Guías de Al-Anon y Alateen sobre Difusión Pública
- Guía *Para el servicio de cooperación con los profesionales* (SG-29)
- **Revista *Al-Anon se enfrenta al alcoholismo***
- Sitio web de la OSM: www.al-anon.alateen.org
- Sitio web de la OSM para los miembros: www.al-anon.org/miembros
- **Carteles de Difusión Pública**
- Enlaces para encontrar recursos en ciudades de la Zona
- **Comunicados de prensa de la OSM**

Al-Anon se enfrenta al alcoholismo

Al-Anon se enfrenta al alcoholismo es nuestra revista anual de difusión pública y está disponible en tres idiomas: inglés, español y francés. Es un gran medio para presentarles a Al-Anon a las personas que no están familiarizadas con nosotros, para informarles a los profesionales que Al-Anon es un recurso maravilloso y para motivar a los pacientes/clientes a asistir a su primera reunión.

Las páginas de *Al-Anon se enfrenta al alcoholismo* incluyen artículos de profesionales. Estos artículos aumentan la credibilidad de Al-Anon entre otros profesionales, posibles miembros recién llegados y el público en general.



También contiene historias escritas por miembros que están específicamente dirigidas al recién llegado. Ellos describen el impacto del consumo de alcohol en los familiares y amigos del alcohólico, la importancia de la recuperación de la familia y algunos de los beneficios de Al-Anon.

Al-Anon se enfrenta al alcoholismo se imprime dos veces al año

La fecha límite para ordenar ejemplares de la primera impresión es en julio y los pedidos se envían en agosto. La fecha límite para ordenar ejemplares de la segunda impresión es en febrero y los pedidos se envían en abril. *Al-Anon se enfrenta al alcoholismo* se puede leer y compartir en línea en: www.al-anon.alateen.org, o en: www.al-anon.alateen.org/miembros.

¿Dónde se pueden distribuir ejemplares de *Al-Anon se enfrenta al alcoholismo*?

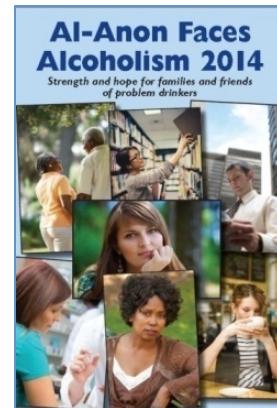
Al distribuir la revista *Al-Anon se enfrenta al alcoholismo*, quizás sea una buena idea insertar una copia de su horario de reuniones locales y distribuirla en:

- ✓ Instalaciones y clínicas médicas y del cuidado de la salud
- ✓ Instituciones para el cuidado de la salud mental
- ✓ Estudiantes de medicina o enfermería
- ✓ Dentistas
- ✓ Centros de tratamiento y rehabilitación
- ✓ Terapeutas, orientadores o proveedores del cuidado de la salud mental
- ✓ Bibliotecas
- ✓ Clero, iglesias, sinagogas
- ✓ Profesionales en recursos humanos o en asistencia al empleado
- ✓ Ferias de la salud
- ✓ Conferencias con profesionales



Ideas de difusión para distribuir ejemplares de *Al-Anon se enfrenta al alcoholismo*:

- ✓ Septiembre: Mes Nacional de la Recuperación (EE.UU.)
- ✓ Noviembre: Semana Nacional de Información sobre el Alcohol (Canadá)
- ✓ Diciembre: Difusión en la temporada festiva
- ✓ Enero y febrero: Difusión después de la temporada festiva
- ✓ Febrero: Semana de los Hijos de Alcohólicos (EE.UU.) – Semana del Día de San Valentín
- ✓ 4 de marzo: "Dejar literatura de Al-Anon" en ocasión del cumpleaños de Lois W.
- ✓ Abril: Mes de Concientización sobre el Alcohol (EE.UU.)
- ✓ Abril: Día Nacional de Evaluación sobre el Alcohol (EE.UU.)
- ✓ Primavera: Clases en las escuelas y universidades sobre el abuso de sustancias



¿Cómo hacer un pedido?

Hay dos maneras de proceder en cuanto a los pedidos de *Al-Anon se enfrenta al alcoholismo*.

- ✓ En el sitio web para los miembros: www.al-anon.org/miembros, pueden descargar un formulario de solicitud, imprimirla y enviarla a la OSM ya sea por correo o por fax.
- ✓ Los miembros también pueden ordenar por medio de nuestro carrito de compras en línea en: www.al-anon.org/miembros.

Los pedidos al por mayor están disponibles en unidades de 25, 50, 100, 200 y 400. También hay una variedad de opciones de pago: cheque, Visa, MasterCard, Discover y American Express. Por favor no envíe dinero en efectivo, y no se aceptan pagos contra entrega.

Video de Difusión Pública



El papel de Al-Anon y Alateen en la recuperación de la familia (SAV-31) *

El video más reciente de Al-Anon es un DVD de propósitos múltiples que los voluntarios de Al-Anon y Alateen pueden mostrarles a tres audiencias:

- Adultos que podrían estar afectados por la bebida de otra persona
- Adolescentes que podrían estar afectados por la bebida de otra persona
- Profesionales que podrían remitir sus clientes a Al-Anon y Alateen

Sírvase ver el video con anticipación para que pueda seleccionar el programa adecuado y preparar a su público para lo que va a ver.

El menú en pantalla permite elegir entre un programa completo y un programa de combinación múltiple. La presentación más sencilla es un programa completo de 10 a 12 minutos, pero hay que elegir el más adecuado para su público.

Un programa de combinación múltiple, por ejemplo, puede enfocarse en los profesionales que tratan a adolescentes, adolescentes mayores, o adultos. Usted puede elegir cada segmento y también disponer de tiempo para el debate entre segmentos.

* Si Windows Media Player es el reproductor de audio y video instalado en su computadora y tiene dificultad para abrir el DVD, utilice un reproductor opcional o descargue software gratuito para abrirlo.

Anuncios de Servicio Público (ASP) para la radio y la televisión

La OSM ha producido y distribuido anuncios de servicio público (ASP) para la radio y la televisión durante muchos años. Con la ayuda de los proveedores contratados, más de 1.000 cintas y discos compactos (CD) con calidad difusiva van a las estaciones de mayor audiencia en los EE.UU. y el Canadá todos los años. No todas las estaciones reciben un ejemplar y no todas las estaciones que reciben un ejemplar realmente lo transmiten.

De acuerdo con los índices de audiencia de la compañía Nielsen, en los últimos años los ASP de Al-Anon se han ubicado en los primeros del diez por ciento entre todos los ASP que se transmitieron. Durante los últimos dos años los ASP de Al-Anon se han ubicado en los primeros del cinco por ciento.

Esos resultados indican que nuestros ASP son bien recibidos por muchos administradores de estaciones. Los mismos son productos de alta calidad que representan bien a Al-Anon. Si los administradores de estaciones en su comunidad no han transmitido nuestros ASP, no hay motivo para sonrojarse al sugerirles que los revisen y los tomen en cuenta para su difusión.

Los administradores de estaciones les prestan atención especial a las personas que realmente escuchan y ven sus estaciones de radio y televisión. Si las personas de la localidad entre los radioescuchas y los televidentes les piden que transmitan los ASP, esas peticiones tienen mucho más efecto del que tendrían las peticiones similares que surgieran de un proveedor o de la OSM.

Si las estaciones de su comunidad transmiten los ASP de Al-Anon, es muy importante que los miembros de la audiencia radial o televisiva les pongan atención y les den las gracias a las emisoras locales. Es mucho más probable que las estaciones sigan transmitiendo los ASP cuando saben que la gente en su audiencia les ponen atención —y les dan importancia—.

Los voluntarios pueden contribuir a un cambio muy favorable por medio de la entrega de mensajes de esperanza de Al-Anon a la radio y la televisión. Puede ser algo tan sencillo como hacer una llamada telefónica, el envío de un correo electrónico o una visita en persona a la estación. El esfuerzo de menos de una hora podría lograr que una estación transmita cientos de veces los ASP de Al-Anon, los cuales llegarán a miles de personas. Eso no le cuesta nada a su grupo de Al-Anon local y, en cambio, podría resultar en publicidad gratuita en las estaciones locales que podría valer miles de dólares en publicidad en los medios. El apoyo local para los ASP de Al-Anon es la forma más fácil de generar lo que podría ser grandes resultados. Para información en cuanto a la forma de hacerlo, por favor vea los temas en la siguiente lista:

- ¿Dónde se localizan los ASP?
- ¿Cómo se sabe cuáles estaciones de radio y de televisión tienen ya un ejemplar de los ASP?
- ¿Cómo se sabe cuáles estaciones ya han transmitido los ASP?
- ¿Cómo acercarse a una estación de radio o televisión que no está en la lista de distribución de la OSM?

- ¿Cómo ponerse en contacto con una estación de radio o televisión?
 - Guión telefónico de muestra
 - Carta de solicitud de muestra
 - Carta de agradecimiento de muestra

¿Dónde se localizan los ASP?

Si usted no ha visto los ASP de Al-Anon en la televisión, la OSM ha publicado ejemplares de 30 segundos de los ASP actuales en: www.al-anon.alateen.org, bajo "Medios" en el sitio web de Difusión Pública. **Esos ejemplares no cuentan con calidad difusiva. Los mismos son sólo para fines informativos y no tienen un formato adecuado para su uso en estaciones de radio o televisión.**

Para ver los ejemplares de todos los ASP, por favor póngase en contacto con el Coordinador de Difusión Pública de su Zona. Los ASP están disponibles en inglés en formatos de 15, 30 y 60 segundos, y en español en formatos de 30 y 60 segundos. Las pistas de sonido para los ASP para la televisión se utilizan también en algunos de los ASP para la radio.

¿Cómo se sabe cuáles estaciones tienen ya un ejemplar de los ASP?

La OSM pone a la disposición la lista de distribución de estaciones de radio y televisión para que todos los Coordinadores de Difusión Pública de la Zona compartan con los voluntarios.

¿Cómo se sabe cuáles estaciones ya han transmitido los ASP?

La OSM pone a la disposición informes de audiencia de radio y televisión para que todos los Coordinadores de Difusión Pública de la Zona compartan con los voluntarios en su Zona. Estas listas dicen cuáles estaciones transmiten nuestros ASP y cuántas veces. Le animamos a que le envíe una nota de agradecimiento a las estaciones de radiodifusión que contribuyen con tiempo de transmisión para el mensaje de Al-Anon.

Usted se dará cuenta de que dos tercios de las estaciones de televisión de nuestra lista de distribución aún no han transmitido nuestros ASP. Los nombres de estas estaciones estarán en la lista de "recibido", pero no en la lista de transmisión. Para la radio, casi el 90% de las estaciones que reciben ejemplares de nuestros ASP aún no los han transmitido. Le animamos a ponerse en contacto con esas estaciones de radio y televisión, contarles acerca de Al-Anon y sugerirles que tomen en cuenta nuestros ASP para su difusión. Para más detalles, véase lo que sigue.

¿Cómo acercarse a una estación de radio o televisión que no está en la lista de distribución de la OSM?

Póngase en contacto con el Coordinador de Difusión Pública de su Zona para más información, o con la OSM por medio de: wso@al-anon.org, a la atención de: ASP de DP.

¿Cómo ponerse en contacto con una estación de radio o televisión?

El siguiente guión de muestra podría ser útil. [Pulse aquí para descargar este documento.](#)

Guión telefónico de muestra

Hola, me llamo _____ [inserte su nombre]. Soy miembro de los Grupos de Familia Al-Anon aquí en _____ [inserte el nombre de la ciudad].

¿Podría hablar con _____? [Inserte el nombre del contacto de la lista de distribución.]

Al hablar con la recepcionista para que le pase la llamada:

P: ¿De qué se trata su llamada?

R: Es en relación con un anuncio de servicio público.

Una vez que la persona que decide está al teléfono:

Hola, me llamo _____ [su nombre]. Soy miembro de los Grupos de Familia Al-Anon aquí en _____ [su ciudad]. ¿Cómo está usted?

Quisiera animarlo/a a que transmita un anuncio de servicio público de Al-Anon.

Los bebedores problema afectan a una de cada cuatro personas en nuestra comunidad, pero todavía hay muchas personas desinformadas con respecto al servicio gratuito de los Grupos de Familia Al-Anon para los amigos y familiares que sufren debido a la bebida de un ser querido.

Existen _____ [inserte el número] grupos de familia Al-Anon locales en _____ [nombre de la ciudad]. Esos grupos son organizados por miembros de la localidad que han sido afectados por la bebida de otra persona. Los ASP de Al-Anon le ayudarían a la gente a encontrar la ayuda que necesita en uno de nuestros grupos locales.

¿Estaría usted dispuesto/a a transmitir los ASP de Al-Anon?

¿Tiene un ejemplar de los ASP de Al-Anon, o necesita uno nuevo?

La siguiente carta de muestra podría ser útil. [Pulse aquí para descargar este documento.](#)

Carta de solicitud para las estaciones de radio y televisión de muestra

1 de junio de 2013 [Cambio a la fecha actual]

Sandra Jones [Inserte el nombre del contacto y la dirección correcta de la lista de KIMO-TV distribución]

Anchorage, AK

Estimado/a ____: [Inserte el nombre del contacto]

Soy miembro de los Grupos de Familia Al-Anon aquí en ____ [su ciudad].

Quisiera animarlo/a a que transmita un anuncio de servicio público de Al-Anon.

Los bebedores problema afectan a una de cada cuatro personas en nuestra comunidad, pero todavía hay muchas personas desinformadas con respecto al servicio gratuito de Al-Anon para los amigos y familiares que sufren debido a la bebida de un ser querido.

Existen ____ [inserte la cantidad] grupos de familia Al-Anon locales en ____ [nombre de la ciudad]. Estos grupos son organizados por miembros de la localidad que han sido afectados por la bebida de otra persona.

Los ASP de Al-Anon en su estación le ayudarían a la gente a encontrar la ayuda que necesita en uno de nuestros grupos locales.

Gracias por su consideración.

Atentamente,

Joe Murphy [Incluya su nombre completo e información de contacto local]

Coordinador de Difusión Pública

Al-Anon Family Group Headquarters, Inc.

1600 Corporate Landing Parkway

Virginia Beach, VA 23454-5617

(757) 563-1600, extensión 1674

www.al-anon.alateen.org

Información sobre las reuniones (888) 4 Al-Anon

La siguiente carta de muestra podría ser útil. [Pulse aquí para descargar este documento.](#)

Carta de agradecimiento de muestra

1 de junio de 2013 [Cambie a la fecha actual]

Sandra Jones [Inserte el nombre del contacto y la dirección correcta de la lista de KIMO-TV distribución]

Anchorage, AK

Estimado/a ____: [Inserte el nombre del contacto]

Gracias por la reciente transmisión del anuncio de servicio público de Al-Anon. Mientras los bebedores problema afectan a una de cada cuatro personas en nuestra comunidad, todavía hay muchas personas desinformadas con respecto al servicio gratuito de Al-Anon para los amigos y familiares que sufren debido a la bebida de un ser querido.

Gracias por ayudarnos a llegar a las personas que necesitan ayuda en nuestra comunidad.

Atentamente,

Joe Murphy [Incluya su nombre completo e información de contacto local]

Coordinador de Difusión Pública

Al-Anon Family Group Headquarters, Inc.

1600 Corporate Landing Parkway

Virginia Beach, VA 23454-5617

(757) 563-1600, extensión 1674

www.al-anon.alateen.org

Información sobre las reuniones (888) 4 Al-Anon

Podcasts de Difusión Pública

Los podcasts de Difusión Pública en la Internet son conversaciones grabadas con miembros o profesionales dirigidas a los usuarios de computadora que conocen muy poco acerca del programa de Al-Anon. Ellos probablemente hayan encontrado el sitio web de Difusión Pública por accidente mientras navegaban por la red, o quizás estaban utilizando un buscador para encontrar ayuda para ellos y sus familias. También podría ser que localizaran los podcasts como resultado de los esfuerzos locales para atraer la atención sobre los mismos.

Los podcasts de Difusión Pública aparecen bajo el ícono “Primeros pasos hacia la recuperación” en la página principal del sitio web de Difusión Pública en: www.al-anon.alateen.org. El propósito de los podcasts es atraer a los recién llegados a su primera reunión presencial de Al-Anon. Cada miembro que participa en un podcast habla durante unos tres minutos. El formato puede ser un tema para compartir, o en respuesta a una pregunta directa. Los miembros hablan como lo harían con un vecino o un amigo que no sabe nada acerca de Al-Anon o Alateen.

Para participar en podcasts de Difusión Pública, los miembros pueden llamar al Departamento de Difusión Pública de la Oficina de Servicio Mundial, al (757) 563-1600, o enviar un correo a: wso@al-anon.org, a la atención de: Difusión Pública.

El único requisito técnico para que miembros participen en un podcast de Difusión Pública es que utilicen un teléfono con conexión de línea a tierra o un teléfono inalámbrico de alta tecnología. La mayoría de los teléfonos celulares, teléfonos inalámbricos y teléfonos con altavoz proporcionan una recepción de audio inestable y por lo general distorsionan la calidad de la grabación.

*Sírvase observar que por el momento los podcasts están disponibles únicamente en inglés.

Carteles de Difusión Pública

La OSM ofrece marcadores de libros con diseños de señales de tránsito para usarlos en general o para adaptarlos localmente.

En las páginas 108 y 109, el *Manual de Servicio de Al-Anon y Alateen 2010-2013* también les ofrece a los Servicios de Información y a los Comités de Servicio Mundial de Zona la opción de diseñar su propio cartel de Difusión Pública, siempre y cuando le presenten el diseño a la OSM para su revisión antes de su producción.

La OSM recibe con gusto diseños de nuevos carteles elaborados por miembros, los cuales deben basarse en un tema actual. Para enviar una foto, un dibujo, una pintura u otro diseño gráfico a la consideración de la OSM, por favor póngase en contacto con el Departamento de Difusión Pública de la Oficina de Servicio Mundial: (757) 563-1600, o envíe un correo electrónico a: wso@al-anon.org, a la atención de: Difusión Pública.

**Cuando usted no sabe
a quién acudir...
porque alguien
bebe demasiado...**



Grupos de Familia Al-Anon le pueden ayudar.

Entérese más al asistir a una reunión confidencial en su comunidad.

888-4AL-ANON
(888-425-2666)
al-anon.org


Grupos de Familia Al-Anon
Fortaleza y esperanza para los amigos y familiares de bebedores problema

El cartel con la señal de tránsito en la ilustración anterior puede utilizarse en general.

**Cuando usted no sabe
a quién acudir...
porque alguien
bebe demasiado...**



Grupos de Familia Al-Anon le pueden ayudar.

El cartel con la señal de tránsito en la ilustración anterior puede utilizarse para adaptarlo localmente. Envíelo junto con el texto completo que le agregó para que la OSM lo revise antes de su producción.



**Cuando usted no sabe
a quién acudir...
porque alguien
bebe demasiado...**

Grupos de Familia Al-Anon le pueden ayudar.

**¿Se ha sentido ofendido o avergonzado
por el comportamiento de un bebedor?**

Pregúntese:
Acaso usted

- ¿Busca el licor escondido?
- ¿Vierte el alcohol en el fregadero?
- ¿Cancela planes porque el bebedor no puede participar?
- ¿Se disculpa para encubrir los problemas causados por la bebida?
- ¿Tiene problemas económicos debido al comportamiento causado por la bebida?
- ¿Cree que si el bebedor dejara de beber, los problemas se resolverían?

**Si la respuesta a cualquiera de estas
preguntas es “Sí”, quizás Grupos de Familia
Al-Anon le puedan ayudar.**

Entérese más al asistir a una reunión confidencial en su comunidad.

888-4AL-ANON
(888-425-2666)
al-anon.org



Grupos de Familia Al-Anon
Fortaleza y esperanza para los amigos y familiares de bebedores problema

El diseño en la ilustración anterior puede utilizarse en general.

Comunicados de prensa

Localización de los comunicados de prensa

Cuando los Coordinadores de Zona les envían comunicados de prensa de la OSM a los voluntarios de DP, los voluntarios deben insertar información de contacto local y eliminar todos los corchetes antes de entregarles el texto a los periódicos locales. Las instrucciones que a continuación se sugieren pueden servir de lista de comprobación:

- 1) En la parte superior del comunicado, insertar la fecha en que el mismo **Ilegará** a la prensa y eliminar los corchetes. Esa fecha le mostrará al reportero que la información está actualizada.
- 2) En la parte superior del comunicado, donde dice "**Contacto**", introducir el nombre y número de teléfono de un miembro de Al-Anon de la localidad que esté dispuesto a tomar una llamada de un reportero, y eliminar los corchetes. **¿El reportero va a llamar?** Probablemente no, pero el nombre y el número de teléfono de una persona de la localidad es importante —para que el reportero le pueda demostrar al editor que él no fue quien inventó la historia—. Si el reportero llama, el voluntario puede decirle lo que él quiere que la gente sepa acerca de las reuniones de Al-Anon en su comunidad, tal como el número de reuniones durante el día, las reuniones en la noche o cuántas reuniones con oradores existen en la Zona, etcétera.
- 3) En el párrafo con corchetes para el nombre de una comunidad local, insertar el nombre de la ciudad a la que ese diario sirve y eliminar los corchetes. Eso hará que la información sea valiosa para un editor local.
- 4) En el párrafo con corchetes para información sobre las reuniones locales, insertar el número de teléfono de Al-Anon de la localidad al que la gente puede llamar para obtener información sobre la reunión de Al-Anon o Alateen en su comunidad, y eliminar los corchetes. Si no hay un número local de Al-Anon, utilizar el número de teléfono gratuito que ya aparece en el comunicado y eliminar los corchetes.

Envío de comunicados de prensa

El envío de comunicados de prensa a un periódico local puede hacerse por correo electrónico, fax, correo postal o en persona. Una llamada telefónica al diario podría ser la forma más fácil de encontrar el mejor editor o reportero al cual enviárselo y de saber por cuál medio el redactor o reportero prefiere recibirla.

En el caso de muchos periódicos de la comunidad, un correo electrónico que se le dirija por su nombre al editor de la sección de salud o al de la sección de salud de la familia obtendrá los resultados deseados. Si llama al periódico, la recepcionista le proporcionará el nombre de la persona correcta. Por favor dirija el mensaje utilizando el nombre y el título del cargo de esa persona.

Si hubiera alguna pregunta sobre qué más se puede hacer con respecto a los comunicados de prensa, envíe un correo electrónico a: wso@al-anon.org, inserte:

Atención: Difusión Pública, en la línea de asunto, o llame al Departamento de Difusión Pública de la OSM, al (757) 563-1600.

Mantenga siempre informado a su Coordinador de Zona sobre los nombres de todos los periódicos que recibieron el comunicado y los que lo publicaron. Cuando los Coordinadores de Zona le envían las listas al Departamento de Difusión Pública de la OSM, podemos evaluar la eficacia de nuestros esfuerzos.

Localización de recursos en los EE.UU.

El cuarenta y seis por ciento de los miembros que participaron en la encuesta de la OSM para los miembros en el 2012 informó que fueron remitidos a Al-Anon por un profesional. Los miembros comparten a menudo que la remisión de un profesional es un factor decisivo en la motivación para que ellos comiencen a asistir a Al-Anon. Una lista de directorios en línea puede ayudarles a los Coordinadores de Difusión Pública y a los Comités de Difusión Pública locales a encontrar esos valiosos contactos.

Dichas listas no son exhaustivas de ninguna manera. Los Comités de Difusión Pública de Al-Anon locales y de la Zona y las ramas de servicio pueden añadir o eliminar entidades en estas listas según sea necesario.

Muchas agencias gubernamentales nacionales, organizaciones sin fines de lucro y empresas mantienen bases de datos en sus sitios web. Las mismas proporcionan información de contacto o enlaces electrónicos a oficinas y profesionales.

Tal vez sea necesario comunicarse varias veces con la dependencia o entidad para hablar con el miembro del personal o con el departamento apropiado. Algunos de los sitios web de asociaciones publican nombres e información de contacto para comunidades específicas.

En cumplimiento con las Tradiciones de Al-Anon, las siguientes listas de recursos no constituyen aprobación, promoción ni afiliación con ninguna organización ni entidad externa. Al-Anon Family Group Headquarters, Inc. proporciona estas listas de recursos sugeridos como una fuente para ayudarles a los miembros con sus actividades de Difusión Pública.

Nota:

La Zona de Carolina del Norte también incluye a las Bermudas en la estructura de servicio de Al-Anon para los EE.UU., el Canadá y Puerto Rico. Las Bermudas, como país, tiene su propio gobierno nacional y local, así como organizaciones no gubernamentales, las cuales disponen de diferentes tipos de servicio para las personas.

Organizaciones y agencias federales y estatales para el alcoholismo y la salud mental

- Departamento de Salud y Servicios Humanos, EE.UU.
 - Administración para Niños y Familias:
<http://www.acf.hhs.gov/programs#region>
 - Directores de agencias estatales y territoriales sobre abuso de sustancias:
<http://findtreatment.samhsa.gov/TreatmentLocator/faces/abuseAgencies.jspx>
 - Localizador de centros de salud mental por código postal:
<http://store.samhsa.gov/mhlocator>

- Agencias y departamentos gubernamentales estatales y territoriales. Por ejemplo, centros penitenciarios, servicios de salud mental, bibliotecas, servicios de salud y sociales, y servicios de pensión alimenticia para menores: http://www.usa.gov/Agencies/State_and_Territories.shtml
Nota: Los nombres de agencias y departamentos varían en cada estado y territorio.
- Administración de Servicios sobre el Abuso de Sustancias y Salud Mental (SAMHSA)
Localizador de centros de tratamiento por ciudad o estado:
<http://www.samhsa.gov/treatment/index.aspx>

Centros penitenciarios, estados con cárceles federales

- Instalaciones estatales de las cárceles federales (Oficina Federal de Prisiones): <http://www.bop.gov/DataSource/execute/dsFacilityLoc>

Crisis y violencia doméstica

- Líneas de emergencia para crisis:
http://www.allaboutcounseling.com/crisis_hotlines.htm
- Agencias contra la violencia doméstica:
<http://www.hotpeachpages.net/usa/index.html>

Educación

- Escuelas secundarias y universidades:
<http://www.directoryofschools.com/high-schools/US.htm>
- Asociación Nacional de Padres y Maestros (PTA): <http://www2.pta.org/lookup>
- Escuelas públicas: <http://nces.ed.gov/ccd/schoolsearch/>

Proveedores de servicios de emergencia

- Directorio del Departamento de Bomberos:
<http://www.firefightingnews.com/fdDirectory-US.cfm>
- Departamentos de policía, cárceles, alguaciles, bomberos y rescate:
<http://www.usacops.com/>

Programas de asistencia al empleado y a la familia

- Programas de asistencia al empleado:
http://www.eaposters.com/eap_directory_online_list.htm

Agencias gubernamentales estatales y locales

- Agencias gubernamentales estatales y locales: <http://www.statelocalgov.net/>

Centros de rehabilitación para personas alcohólicas

- Centros de rehabilitación:
<http://www.sober.com/directory/Halfway+Houses/default.html>

Proveedores de centros hospitalarios y del cuidado de la salud

- Asociación Estadounidense de Enfermeros/as:
<http://www.nursingworld.org/functionalmenucategories/aboutana/whoweare/cma.aspx>
- Hospitales: <http://www.ushospital.info/>
- Consejo Nacional de Salud Indígena:
http://www.nihb.org/about_us/area_health_boards.php
- Directorio de agencias de Asuntos de Veteranos:
<http://www.ushospital.info/VA.htm>

Proveedores y organizaciones de salud mental

- Recursos de orientación familiar:
<http://www.allaboutcounseling.com/dir/family-counseling/>
- Orientadores matrimoniales: <http://www.marriagecounselors.us/>
- Orientación matrimonial y familiar: http://www.counsel-search.com/about_us.aspx
- Trabajadores sociales: <http://www.helpstartshere.org/find-a-social-worker>
- Terapeutas por código postal: <http://www.goodtherapy.org/find-therapist.html>

Servicios de remisión a grupos de apoyo y recursos comunitarios

- 2-1-1: servicio telefónico estatal y comunitario de remisión a recursos locales; por ejemplo, a programas de apoyo y servicios de orientación (emergencias no médicas ni de peligro inmediato de muerte):
<http://www.211.org/>
- Centros de distribución estatales y locales para la autoayuda que mantienen y distribuyen información de contacto de grupos de apoyo; por ejemplo, para programas de doce pasos y para diversas enfermedades físicas y mentales:
<http://www.mentalhelp.net/selfhelp/selfhelp.php?id=859#states>

Religiosos y espirituales

- Iglesias: <http://www.churchfinder.com/>

Terapeutas para el tratamiento del alcoholismo y proveedores de tratamiento

- Terapeutas para la adicción: <http://www.4addictiontherapy.com/directory>
- Afiliados estatales de la Asociación Nacional de Proveedores de Tratamiento de la Adicción: <http://www.naadac.org/component/staff/>.

Localización de recursos en el Canadá

El cuarenta y seis por ciento de los miembros que participaron en la encuesta de la OSM para los miembros en el 2012 informó que fueron remitidos a Al-Anon por un profesional. Los miembros comparten a menudo que la remisión de un profesional es un factor decisivo en la motivación de ellos para comenzar a asistir a Al-Anon. Una lista de directorios en línea puede ayudarles a los Coordinadores de Difusión Pública y a los Comités de Difusión Pública locales a encontrar esos valiosos contactos.

Dichas listas no son exhaustivas de ninguna manera. Los Comités de Difusión Pública de Al-Anon locales y de la Zona y las ramas de servicio pueden añadir o eliminar entidades en estas listas según sea necesario.

Muchas agencias gubernamentales nacionales, organizaciones sin fines de lucro y empresas mantienen bases de datos en sus sitios web. Las mismas proporcionan información de contacto o enlaces electrónicos a oficinas y profesionales.

Tal vez sea necesario comunicarse varias veces con la dependencia o entidad para hablar con el miembro del personal o con el departamento apropiado. Algunos de los sitios web de asociaciones publican nombres e información de contacto para comunidades específicas.

En cumplimiento con las Tradiciones de Al-Anon, las siguientes listas de recursos no constituyen aprobación, promoción ni afiliación con ninguna organización ni entidad externa. Al-Anon Family Group Headquarters, Inc. proporciona estas listas de recursos sugeridos como una fuente para ayudarles a los miembros con sus actividades de Difusión Pública.

Agencias federales y provinciales

- Centros penitenciarios:
 - <http://www.csc-scc.gc.ca/text/region/nat-fac-dir-eng.shtml>
 - http://en.wikipedia.org/wiki/List_of_prisons_in_Canada#.C2.A0Canada
 - Centros : <http://www.csc-scc.gc.ca/text/pblct/community/cr-eng.shtml>
- Agencias gubernamentales en provincias y territorios:
<http://www.canada.gc.ca/depts/major/depind-eng.html>

Listas provinciales y locales de orientadores y terapeutas

- Localizador de orientadores y terapeutas:
<http://www.goodtherapy.org/canada-counseling.htm>
- Orientadores matrimoniales:
<http://www.theravive.com/cities/canada.aspx>

Crisis y violencia doméstica

- Agencias contra la violencia doméstica:
<http://www.hotpeachpages.net/canada/index.html>

Educación

- Centro de Información Canadiense para Credenciales Internacionales para Maestros o Escuelas: <http://www.cicic.ca/711/elementary-and-secondary-schools-in-canada.ca>
- Federación Canadiense de Maestros: <http://www.ctfce.ca/MembersLink/Default.aspx?cats=MO>
- Universidades: <http://powertochange.com/students/academics/canadianu/>

Proveedores de servicios de emergencia

- Directorio del Departamento de Bomberos: <http://www.firefightingnews.com/fddirectory-CA.cfm>
- Agencias policiales: <http://www.canadianpoliceservices.com/>
- Brigadas de la Policía Montada Real Canadiense: <http://www.rcmpgrc.gc.ca/detach/index-eng.htm>

Programas de asistencia al empleado y a la familia

- Programas de asistencia al empleado y a la familia: <http://www.canadadrugrehab.ca/Specialized-Client-Group-Drug-Rehab-Programs.html>
- Directorio de programas de asistencia al empleado: http://www.eaposters.com/eap_directory_online_list.htm
- Servicios a la familia en Canadá: <http://www.familyservicecanada.org/member-benefits/current-members-by-province/>

Proveedores de centros hospitalarios y del cuidado de la salud

- Programa de Salud para personas de las Primeras Naciones, Esquimales y Aborígenes: http://www.hc-sc.gc.ca/fniah-spnia/substan/ads/nnadap-pnlaada_dir-rep-eng.php
- Hospitales y clínicas para la salud: <http://www.hospitalsworldwide.com/countries/canada.php>
- Asuntos de Veteranos
 - Para el veterano: <http://www.veterans.gc.ca/eng>
 - Para la familia: <http://www.osiss.ca/en/contact.html>
 - Lista de clínicas
<http://www.veterans.gc.ca/eng/mental-health/support/comm>

Servicios de remisión

- Evaluación telefónica comunitaria y servicios de remisión a recursos locales; por ejemplo, agencias y grupos de apoyo (emergencias no médicas ni de peligro inmediato de muerte): <http://www.211canada.ca/>
- Centros de distribución estatales y locales para la autoayuda que mantienen y distribuyen información de contacto de grupos de apoyo; por ejemplo, para programas de doce pasos, y para diversas enfermedades físicas y mentales: <http://www.mentalhelp.net/selfhelp/selfhelp.php?id=859#international>

Religiosos y espirituales

- Iglesias: <http://churchdirectory.ca/>

Proveedores y organizaciones para el abuso de sustancias y la salud mental

- Organizaciones de miembros de la Asociación Canadiense de Trabajadores Sociales (CASW): <http://www.casw-acts.ca/en/need-social-work-services/looking-social-work-services>
- Centro Canadiense para el Abuso de Sustancias (CCSA)
 - Organizaciones en el campo de las adicciones: <http://www.ccsa.ca/Eng/KnowledgeCentre/OurDatabases/AddictionsOrganizations/Pages/default.aspx>
 - Universidades con programas para el abuso de sustancias: <http://www.ccsa.ca/Eng/KnowledgeCentre/OurDatabases/collegeanduniversity/pages/default.aspx>
 - Base de datos de localización de centros de tratamiento: <http://www.ccsa.ca/Eng/KnowledgeCentre/OurDatabases/TreatmentServices/Pages/default.aspx>
- Salud mental
 - Agencias comunitarias, servicios electrónicos de salud mental: <http://www.ementalhealth.ca/Ottawa-Carleton/Home/index.php?m=home>
 - Asociación Canadiense de Salud Mental: divisiones, sucursales e instalaciones regionales: <http://www.cmha.ca/get-involved/find-your-cmha/>
- El Ejército de Salvación en Canadá: <http://www.salvationarmy.ca/locator/>

¡Corra la voz!

Recuerde comunicarse con los diferentes niveles de servicio con respecto a los éxitos —e incluso a los “fiascos”—. A su Delegado y a su Coordinador de Zona, así como a sus Coordinadores de Difusión Pública, Información Pública, Cooperación con la Comunidad Profesional, y de Instituciones les es útil saber lo que está sucediendo a nivel del distrito y de Servicios de Información/Intergrupos en cuanto a la Difusión Pública. ¡Quizás sea una nueva idea que pueda ponerse en práctica en otras comunidades!

El siguiente es un informe de muestra. [Pulse aquí para descargar este documento.](#)

Informe del proyecto de Difusión Pública

Esto es lo que hicimos: _____

Esto es lo que sucedió: _____

Lo que el comité más disfrutó en cuanto a este proyecto: _____

Lo que el comité menos disfrutó en cuanto a este proyecto: _____

Otras observaciones: _____

Envíeles copias de sus informes:

- al Delegado de Zona
- a los Coordinadores de Zona de DP, IP, CCP y/o Instituciones
- al Editor del Boletín de Zona

Si tiene dificultades para ponerse en contacto con esos voluntarios de servicio, comuníquese con el Departamento de Difusión Pública de la OSM: (757) 563-1600, o wso@al-anon.org.

¡Celebre el éxito!

¡Realice una reunión final para celebrar! Una reunión de celebración es justamente eso: una celebración. Cuando la comida y el compañerismo se mezclan, la diversión es un subproducto natural. Estas celebraciones pueden resultar muy útiles para ayudar a motivar a los voluntarios para que ofrezcan sus servicios voluntarios en el futuro.

¡Gracias por compartir!

Es importante decir “Gracias” para darle el reconocimiento a cada uno de los miembros que sirvieron en el comité y a cada uno de los que participaron en el proyecto de Difusión Pública. Un regalito de algo hecho por un miembro de Al-Anon, un certificado de reconocimiento o una ronda de aplausos es un importante estímulo para el futuro.

Este certificado de agradecimiento de muestra podría servir de ayuda. [Pulse aquí para descargar este documento.](#)

¡Gracias por compartir!

Con gratitud, le presentamos este reconocimiento a:

Por su dedicación y servicio como voluntario de Difusión Pública de Al-Anon/Alateen.

“Cualquiera puede comenzar algo, pero se necesita mucha gente para mantenerlo en funcionamiento”.

Lois W., Cofundadora de Al-Anon

Fecha

Coordinador/a del Comité de Difusión Pública

¡Adelántese, planee para el año que viene!

Piense en el futuro: Planee reuniones y proyectos del comité para el próximo año. Quizás sea más fácil planear por temporada. Sobre todo, recuerde que se trata tan sólo un plan. No se tiene que seguir con exactitud. Un plan ayuda a que el comité se mantenga enfocado, cuente con metas y concluya sus proyectos en un período razonable de tiempo.

[Abril 2013](#)

[Mayo 2013](#)

[Junio 2013](#)

[Julio 2013](#)

[Agosto 2013](#)

[Septiembre 2013](#)

[Octubre 2013](#)

[Noviembre 2013](#)

[Diciembre 2013](#)

[Enero 2014](#)

[Febrero 2014](#)

[Marzo 2014](#)

[Abril 2014](#)

[Mayo 2014](#)

[Junio 2014](#)

[Julio 2014](#)

[Agosto 2014](#)

[Septiembre 2014](#)

[Octubre 2014](#)

[Noviembre 2014](#)

[Diciembre 2014](#)

¡Gracias por todo lo que usted hace por los familiares y amigos de personas alcohólicas!

ABRIL 2013

Domingo Lunes Martes Miércoles Jueves Viernes Sábado

	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30				

MAYO 2013

Domingo Lunes Martes Miércoles Jueves Viernes Sábado

			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	

JUNIO 2013

Domingo Lunes Martes Miércoles Jueves Viernes Sábado

2	3	4	5	6	7	<u>1</u> 8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30						

JULIO 2013

Domingo

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

Sábado

	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			

AGOSTO 2013

Domingo

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

Sábado

1

2

3

4

5

6

7

8

9

10

11

12

13

14

15

16

17

18

19

20

21

22

23

24

25

26

27

28

29

30

31

SEPTIEMBRE 2013

Domingo	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30					

OCTUBRE 2013

Domingo Lunes Martes Miércoles Jueves Viernes Sábado

		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		

NOVIEMBRE 2013

Domingo

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

Sábado

					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30

DICIEMBRE 2013

Domingo Lunes Martes Miércoles Jueves Viernes Sábado

1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

ENERO 2014

Domingo Lunes Martes Miércoles Jueves Viernes Sábado

			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	

FEBRERO 2014

Domingo

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

Sábado

						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	

MARZO 2014

Domingo

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

Sábado

						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
<u>23</u> 30	<u>24</u> 31	25	26	27	28	29

ABRIL 2014

Domingo

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

Sábado

	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30				

MAYO 2014

Domingo Lunes Martes Miércoles Jueves Viernes Sábado

				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

JUNIO 2014

Domingo Lunes Martes Miércoles Jueves Viernes Sábado

1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30					

JULIO 2014

Domingo Lunes Martes Miércoles Jueves Viernes Sábado

		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		

AGOSTO 2014

Domingo Lunes Martes Miércoles Jueves Viernes Sábado

					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
<u>24</u> 31	25	26	27	28	29	30

SEPTIEMBRE 2014

Domingo	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30				

OCTUBRE 2014

Domingo Lunes Martes Miércoles Jueves Viernes Sábado

			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	

NOVIEMBRE 2014

Domingo

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

Sábado

1

2

3

4

5

6

7

8

9

10

11

12

13

14

15

16

17

18

19

20

21

22

23
30

24

25

26

27

28

29

DICIEMBRE 2014

Domingo	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			