

LA ANTORCHA

AL-ANON Y ALATEEN NORTE DE CALIFORNIA

Tel: (650) 794-9654

FEBRERO DEL 2000

NO. 42

405 GRAND AVE., STE. # 204 SOUTH SAN FRANCISCO, CA. 94080

AL-ANON Y ALATEEN NUESTROS TRES LEGADOS

Recuperacion:

Por medio de los pasos

Unidad:

Por medio de las tradiciones

Servicio:

Por medio de los conceptos

Las tres guías de Al-Anon llevan a una manera de vida normal y provechosa para cada persona. Para los grupos ayudan a llevar sus asuntos en armonía.

The Forum

SEGUNDO PASO

Llegamos a creer que un Poder Superior a nosotros podría devolvemos el sano juicio.

SEGUNDA TRADICION

Existe sólo una autoridad fundamental para regir los propósitos del grupo: un Dios bondadoso que se manifiesta en la conciencia de cada grupo. Nuestros dirigentes son tan sólo fieles servidores y no gobiernan.

Recordatorio para hoy:

Al recordar el pasado veo muchos ejemplos de la gracia de un Poder superior a mi mismo que actúa en mi vida. Observo el progreso en la recuperación del sano juicio y adquiero cada vez más confianza en que mi progreso continuará. "Nuestra tarea en la vida no es adelantarnos a otra gente sino adelantarnos a nosotros mismos."

Maltbie D. Babcock

Valor Para Cambiar, p.149

RAZON PARA SERVIR

La gente a mi alrededor ha comentado de mi seguridad. Parece que piensan que yo hablo y actúo con confianza en mi mismo. En mis adentros, sin embargo, tengo mucho miedo en nuevas situaciones. Me siento muy incomoda yendo a lugares que nunca he estado. Por ejemplo, no me gusta cuando voy sola a una convencion o asamblea. Mi Ser Superior me recuerda que yo no estoy sola y de alguna manera El me guía. Entonces yo pretendo que sé lo que estoy haciendo. Pongo un pie adelante del otro y confío.

Cuando me arriesgo a experimentar una nueva actividad en Al-Anon, encuentro que siempre me siento mejor de mi misma. Yo creo que hay una razon que Al-Anon

me empuja a hacer un servicio, a tomar responsabilidades en el grupo, y a participar en las actividades de la area. Sin embargo cada situacion empieza como algo nuevo y extraño, y termina siendo otra experiencia. Viene a ser para mi, una oportunidad más, para mejorar mi autoestima. Estaré siempre agradecida.

Diane D., Massachusetts, Forum

En mis adentros,
**sin embargo, tengo
mucho miedo en
nuevas situaciones.**

Nota del Editor, Susana S.:

Despues de leer el artículo de Diane de Massachusetts, me senti muy identificada y acepté esta oportunidad de crecimiento, confiando en mi Poder Superior.

DIRECTORIO MESA DE SERVICIO

Coordinadora:

Ma. Dolores E.
(650) 757-6694

Secretaria:

Ma. Teresa C.
(510) 724-8516

Co-Secretaria:

Ruth S.
(650) 873-2145

Tesorera:

Alica A.
(650) 589-0587

Co-Tesorera:

Alicia v.
(650) 589-8049

Coordinadora del

Boletin:
Susana S.
(650) 583-9014

Miembro de Enlace:

Amparo M.
(650) 321-6714

Coordinadora de

Alateen:
Nancy L.
(415) 337-9074

Coordinadora de

Instituciones:
Maria S.
(408) 274-2045

Coordinadora de

Informacion Publica:
Maria Teresa C.
(510) 724-8516

Coordinadora de

Records:
Esther G.
(707) 644-5751

Coordinadora de

Guias:
Isabel G.
(415) 970-8019

ANUNCIOS

La Oficina Intergrupala de Servicio Informativo tiene el agrado de comunicar que durante la sesion del 16 de Enero del presente año, se llevo a cabo la toma de posicion de la nueva Mesa Directiva y Comités de Información; quedan aun vacantes las siguientes posiciones:

Co-Coordinadora General y
Coordinadora de Literatura.

La próxima sesión se llevará a cabo:

Día: 20 de Febrero

Hora: 1:00 PM

Lugar: 405 Grand Ave.,

South San Francisco,

Local de la Oficina

Intergrupala

"Necesitamos esta reunión para compartir ideas acerca de la planificación de este año que comienza; sobre lo que harán los Comités y lo que se refiere a los diferentes problemas que afronta nuestro Servicio de Información (Intergrupo)."

Con amor fraternal en el servicio,
Maria Teresa Cordova
Secretaria

**Habrà comida.



"Aunque supiera que mañana el mundo fuera a desmoronarse, de todas maneras plantaría mi manzano."

El Comité de Información Publica ha presentado su agenda para el año 2000; para el mes de Febrero hará hojas volantes; para el mes de Marzo planea tener un Taller de Información Publica. Se pide colaboración de los miembros del Comité y los Grupos en general para tener éxito.

SEPTIMA TRADICION

Cada grupo ha de ser económicamente autosuficiente y, por lo tanto, debe rehusar contribuciones externas.

Durante el reporte de la Tesorera del Servicio de Información Hispano (Intergrupo), dio a conocer la necesidad de hacer un llamado a todos los grupos de familias Al-Anon, Alateen, Hijos Adultos, y a todos los miembros en general, que envíen sus contribuciones. El balance esta en ROJO y si no hay una respuesta positiva, la Oficina se verá en una situación crítica, con una posibilidad para buscar un lugar únicamente para sesionar; además, el Servicio de Literatura y teléfono sufrirán cambios.

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

Valor Para Cambiar, p.251

ANIVERSARIOS

Los siguientes miembros han cumplido años:

- * 12-04-99 Nancy L. 8 años
- * 01-16-00 Lupe R. 9 años
- * 01-16-00 Amparo M. 20 años
- * 01-16-00 Esther G. 25 años
- * 02-03-00 Dora P. 18 años
- * 02-03-00 Susana S. 17 años

"...aunque no todos resultemos del agrado de ustedes, van a apreciarlos igualmente de una forma muy especial, en la misma forma que nosotros ya les apreciamos a ustedes..... Nos necesitamos mutuamente para poder recuperarnos."

Valor Para Cambiar, p.204

ALCOHOLISMO Y LA FAMILIA

Ya no es posible seguir pensando que el alcoholismo es una enfermedad que afecta exclusivamente, a la persona que bebe.

Los miembros de la familia también se afectan, es evidente que su personalidad se distorsiona; estudios sobre la familia indican que mínimo un pariente está directamente involucrado. La relación familiar con un alcoholico/a no es unilateral. La familia también afecta a la personalidad del alcoholico/a y de esta manera se agudiza la enfermedad.

Por eso es que la familia forma una parte importante en la recuperación del alcoholico/a.

Algunos familiares logran ayudar al alcoholico/a a reconocer que necesitan ayuda y le dan apoyo en el esfuerzo por encontrarla; sin embargo, otros pueden desalentarlo y hasta inculcarlo a continuar en su actividad. Hoy esta comprobado que el tratamiento para alcoholicos/as tiene mayor éxito, cuando recibe ayuda tanto el alcoholico/a como también los familiares que están directamente involucrados con su comportamiento.

Al-Anon Enfrenta el Alcoholismo, p.3

IMPORTANTE

Se hace un llamado a todos los miembros de Al-Anon que estén interesados en colaborar como Madrinas o Padrinos para grupos de Alateen en todas las áreas del Norte de California.

"Cuando las personas dan una mano, la vida adquiere sentido."

John Gardner, Valor Para Cambiar, p.188