

BAESP

Boletim Al-Anon do Estado de São Paulo

Dezembro/2013

Ano 31

nº 117

15º ENCONTRO E ASSEMBLEIA DE ÁREA-2013

Nos dias 18, 19 e 20 de outubro de 2013, estivemos juntos em Jundiaí, compartilhando nossas experiências pessoais e de serviço em nosso 15º Encontro e Assembleia de Área de São Paulo.

Este ano contamos pela primeira vez com o “Bazar feito por nós”, com variedade de artesanato feito por membros que mostraram seu talento e criatividade em cada peça doada, com muito carinho e dedicação.

As palestras realizadas foram interessantes e contribuíram para o nosso entendimento e conhecimento. Durante o desfile das bandeiras dos Distritos, de nosso Estado, de nosso país e a do Al-Anon/Alateen, sentimos muita alegria e emoção, onde vivenciamos a nossa unidade de forma prática e acolhedora.

A recepção contou com as companheiras trajadas com os corações vermelhos, pulsando de alegria, durante a chegada de cada grupo de pessoas, ao som de pandeiros e de animada música.

A eleição transcorreu de forma tranquila e cons-

ciente, onde os RGs e/ou RGs Suplentes tiveram a oportunidade de exercer a sua função, como servidor de confiança do Grupo, com responsabilidade em cada um dos itens votados nesta Assembleia. Enquanto ocorria a eleição, um ônibus, com um grupo de 40 membros Al-Anon e Alateen, fizeram a divulgação no centro da cidade de Jundiaí, onde foram afixados cartazes e distribuídos material de divulgação nos locais escolhidos. Foi feita a leitura do relatório das atividades dos servidores do CAASP, a dinâmica da Tradição Sete, a apresentação dos Serviços de Informação: Siacar e Sipalanon, a dinâmica com as peças da LAC e a apresentação do projeto: Trânsito e Alcoolismo Rumo Certo. Também contamos com a participação ativa e entusiasmada dos membros Alateen e apresentação de padrinhos/madrinhas atuais e os que já prestaram este tipo de serviço.

A Delegada de Área fez o repasse da 35ª CSG: Apadrinhamento em ação – fortalecendo o Al-Anon. Depois, tivemos a Cesta de Perguntas, onde todas as perguntas foram respondidas no plenário. Contamos com a realização de alongamentos no sábado e no domingo. O encerramento do evento culminou com a realização da dinâmica: “Vista essa camisa!”, ao som de duas lindas músicas.

Em nome da diretoria do CAASP, dos Coordenadores dos serviços especiais, funcionária e membros da Equipe de Apoio, queremos agradecer a participação de cada membro Al-Anon e Alateen, que muito contribuíram com a sua prestação de serviço, sua presença e entusiasmo neste evento.

*Maria Regina S.
Coordenadora de Área de SP*



EDITORIAL

Mais um ano está se encerrando e com ele o nosso último Baesp. Todas as nossas dificuldades, nossos transtornos e sofrimento ficam aqui. Claro que não foram somente dias difíceis que tivemos. Também existiram momentos alegres, dias felizes, trabalhos dentro do Al-Anon e muito aprendizado com os serviços que prestamos e aprendemos com nossas companheiras. Deixemos para trás tudo aquilo que não mais queremos nas nossas vidas e abriremos portas e janelas para coisas novas e boas entrarem neste Ano Novo que se aproxima. Esperamos de coração que cada uma tenha um Natal e um Ano Novo repleto de Paz e muito Amor e que seus sonhos sejam todos realizados.

Feliz Natal e um ótimo Ano Novo

DESLIGAMENTO EMOCIONAL

*M*eu desligamento emocional foi muito bom, porque ele me fez entender que não posso mandar em ninguém e muito menos mudar as pessoas.

Antes eu achava que todos deveriam fazer o que eu achava certo. Conscientei-me que cada um tem seu jeito de ser, de agir e pensar, cada ser humano tem sua opinião própria.

Quando cheguei a essa conclusão acabou meu sofrimento, porque descobri que não posso resolver as coisas que não estão em meu poder ou alcance.

Comecei a pensar em mim mesma e descobri que estava fazendo meu desligamento emocional. No início fiquei confusa e fria com meus sentimentos; não tinha certeza se amava meu marido, meus filhos e as pessoas que sempre estavam ao meu redor. Comecei a ficar preocupada, pois sempre fui muito ligada à minha família.

Achei que a culpa era do programa e quis me distanciar, por que achava o cúmulo perder meus sentimentos. Ainda assim não desisti, mesmo “matutando sobre o assunto” continuei a frequentar minha sala, e descobri, através do depoimento de uma companheira, como trabalhar esse desligamento emocional.

Foi um processo lento e sofrido, mas

com o apoio do programa de Doze Passos e do meu Poder Superior, descobri que ninguém é de ninguém, e que precisava viver e deixar que as outras pessoas vivessem também.

Hoje me sinto muito grata por ter conseguido fazer o meu desligamento emocional, sinto paz e tranquilidade com minha família e comigo mesma.

Deixo cada um ter sua opinião e, quando entro em um problema de alguém, comento com a pessoa sem discussão ou sofrimento.

Sinto-me tranquila só de saber que não mais me envolvo emocionalmente com problemas que não posso solucionar, pois não são meus. Entrego tudo nas mãos do meu Poder Superior e deixo que Ele resolva da melhor forma!

*Tereza - Grupo Parque das Nações
Distrito 7*



DEPOIMENTO

Quando eu vim para o Al-Anon eu vim para o meu marido que era alcoólico parar de beber, e na época eu fiquei com muita raiva da Coordenadora durante as reuniões, porque ela dizia que eu era culpada dele beber mais, mas eu não entendia nada e não voltei mais nas reuniões.

Depois de muitos anos o meu filho começou a usar drogas e beber, foi então que eu voltei para a sala e estou há muitas 24 horas e sou muito grata a esta sala, pois foi uma benção na minha vida.

Com isso a minha vida mudou bastante e também a minha maneira de pensar. Eu não posso mudar as coisas, só a mim mesma.

Zaira

MINIENCONTRO COMO NOS VELHOS TEMPOS

Neste ano, tive a oportunidade de participar do Miniincontro dos Distritos 51, 55, 63 e do SIACAR, que aconteceu na cidade de Americana em São Paulo.

No período da manhã, aconteceram em salas separadas, as reuniões dos Distritos com a participação dos RGs e a reunião do SIACAR com a participação dos RGs Suplentes e diversos membros do Al-Anon e do Alateen.

O almoço foi um momento especial de confraternização, com a união de todos, era visível a felicidade, abraços de reencontro, além é claro de uma saborosa macarronada. A sobre-mesa era composta de delícias doadas pelos Distritos e ao saboreá-las todos podiam colaborar com o evento.

Na parte da tarde, aconteceu o repasse da 35ª CSG - 2013, feito pela Delegada de Área de São Paulo, momento que todos puderam tomar conhecimento de tudo o que aconteceu na Conferência de Serviços Gerais.



Participando deste evento, pude sentir a unidade entre os membros Al-Anon e Alateen colocando em prática o “Juntos podemos fazê-lo”, isso me fez lembrar da época que fazíamos aqui na capital, miniencontros entre os Distritos, ocasião em que podíamos conhecer os membros dos outros dos Distritos e quanto isso fortalecia a nossa recuperação e também o Al-Anon/Alateen.

*Jacira P.
Membro Al-Anon do Grupo Nova Gerty*

OI COMPANHEIROS (AS)

É com alegria que venho compartilhar uma prestação de serviço no Comitê de Eventos do ESGA .

Particpei do 1º Encontro Nacional de Al-Anon/Alateen. Mesmo estando em trabalho, pude participar dos momentos que aconteceram nesse encontro e um dos momentos que mais me marcou foi o trabalho apresentado pelo Comitê Alateen do ESGA - A dor não tem idade.

Não sou filha de alcoólico, muito pelo contrário, tive uma infância muito feliz, mas o que mais mexeu comigo foi ver aqueles jovens dando depoimento da vida deles e isso refletiu em mim

como se fossem meus filhos.

Meus filhos vivenciaram tudo aquilo na infância e pude sentir a dor que é ter um lar alcoólico e quanto isso é refletido hoje na vida adulta deles.

Enfim, todo o encontro foi marcado por momentos que jamais vou esquecer, choramos, rimos, confraternizamos. Hoje só posso agradecer ao Poder Superior de ter me concedido essa oportunidade de fazer parte dessa família

Al-Anon/Alateen.

Izilda P.

MINHA PRIMEIRA ASSEMBLEIA DE ÁREA

Quando participando de reuniões Al-Anon há 10 anos, estou prestando serviço como RG e pela primeira vez participei na Assembleia da Área que aconteceu entre os dias 18 e 20 de outubro de 2013.

Quero deixar aqui o registro deste momento, para que eu possa, sempre que estiver desanimada (sim, o desânimo faz parte da caminhada) procurar este texto para me lembrar de que prestando serviço e participando ativamente das atividades no Al-Anon eu sempre encontrarei muitos e bons motivos para continuar voltando e trabalhando.

Já na chegada tivemos uma recepção emocionante, companheiras alegres, demonstrando que ali aconteceriam os melhores três dias da sua vida. Muita animação regada à espiritualidade tocante, com direito a arrepios de emoção ao som de muitos pandeiros.

Era só o começo, foi um fim de semana de trabalhos, de conhecer gente nova, de conhecer melhor a

associação, de desafios de estar fora do lar e poder praticar a entrega, o nosso terceiro passo, e praticar de verdade, pois havia uma distância física da nossa rotina.

No transcorrer destes dias houve muito trabalho, mas com direito a muita conversa, muito apadrinhamento, tanto de serviço quanto de recuperação, comida boa, que alimentou o corpo e a alma, festa e reunião de Grupo para aliviar o cansaço e relaxar, momentos de emoção que não podem faltar, assim sempre nos lembraremos da nossa humanidade, da nossa pequenez, dos nossos defeitos e qualidades.

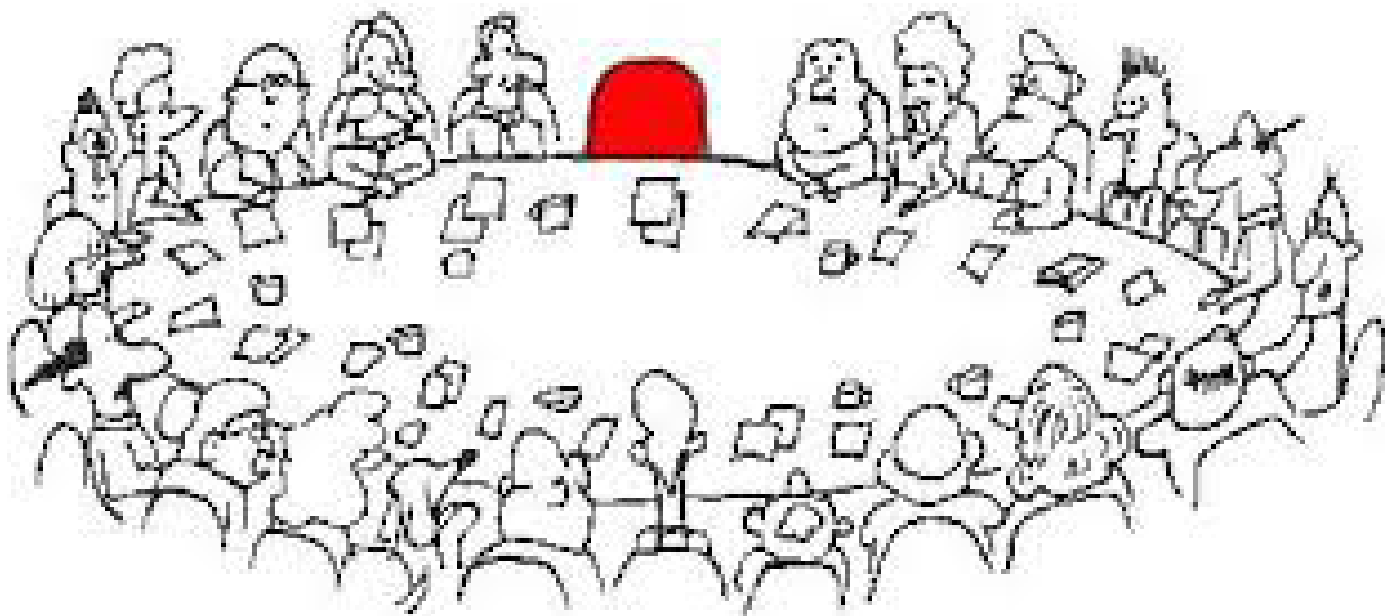
Saí de casa com o pensamento de que seria bom, voltei pra casa com a certeza de que nunca mais seria a mesma.

Prestar serviço é amor, atitude modificada, responsabilidade, crescimento, gratidão... podemos passar meses qualificando o serviço, mas acima de tudo prestar serviço é ser. Quando prestamos serviço nós somos. Resgatamos algo esquecido

dentro de nós, que deixamos de lado para “servir” ao alcoolismo. Com o Al-Anon, resgatamos o SER no mais puro e intenso significado do verbo.

Vim com o pensamento voltado para isso e com disposição de não me deixar abater pelas tempestades, mas sim enfrentar a vida com a mente e o peito abertos para poder aproveitar, com muita alegria, o ineditismo que ela nos oferece. Porque as emoções experimentadas na minha primeira participação na Assembleia de Área são inéditas e, portanto jamais poderei viver tais emoções novamente. Essas emoções devem ser constantes em nossa vida, a cada dia devemos estar abertos, porque cada minuto de nossa vida é inédito, nunca se repetirá, e cada vez que cultivamos estas emoções mais disposição teremos para continuar.

*Adriana
membro Al-Anon*



TRECHO RETIRADO DO RESUMO DA 35ª CGS

Conceito Nove deixa claro que boas lideranças hoje estão aqui, mas amanhã não estarão, e isso só vem nos mostrar que se não apadrinharmos uns aos outros nos Três Legados, nossa associação perecerá. Quando apadrinhar ou for apadrinhado devemos sempre lembrar que essa associação é um porto seguro, uma vez que, antes nós éramos um naufrago no mar da vida, de dias e dias sem rumo, sem fé, sem esperança. E por ser um porto seguro, ela precisa se manter para que possa

continuar prestando ajuda àqueles que ainda sofrem nas garras do alcoolismo. Para que isso aconteça, eu sou responsável e preciso fazer a minha parte, apadrinhando ou sendo apadrinhado, conscientizando a todos os membros que nossa associação depende de nós. Só assim o Al-Anon continuará a ser um porto seguro, fortalecido e coeso para toda a vida. Esse foi o trecho de inspiração do encerramento da dinâmica do barco no 15º Encontro e Assembleia de Área de São Paulo.

Em muitos momentos da nos-

sa vida, o mar se mostra calmo, mas em muitos momentos navegamos por entre muitas tempestades, para não correr o risco de nos naufragar precisamos nos equilibrar e agarrar no que nossa associação nos sugere. Na prática dos TRÊS LEGADOS: RECUPERAÇÃO, UNIDADE, SERVIÇO, podemos nos equilibrar e nos melhorar e depois servir, compartilhar e apadrinhar.

Vamos vestir a camisa do Al-Anon e Alateen!

Izilda P

PALAVRA DA DELEGADA

Nos dias 18, 19 e 20 de outubro foi realizado o 15º Encontro e Assembleia de Área de São Paulo, onde fiz o meu primeiro repasse da 35ª Conferência de Serviços Gerais em uma Assembleia, embora tenha realizado este repasse em vários Distritos, foi uma emoção muito grande poder passar para todos ali presentes tudo o que aconteceu na 35ª CSG. Ser Delegada está sendo uma ótima experiência, estou deixando um pouquinho dos meus medos de lado, aprendendo a ter coragem e aumentando cada vez mais minha gratidão pelo Al-Anon/Alateen.

Percebi o interesse de muitos membros que acompanhavam página por página tudo que ia sendo explicado, se interessando pelo serviço em nosso programa. Que este interesse seja levado aos Grupos para despertar o interesse dos

membros ao serviço no Al-Anon/Alateen

Mas, não é porque passou a Assembleia que vamos deixar o Resumo da 35ª CSG de lado, vamos continuar lendo e colocando-o em nossa programação até a 36ª CSG. E não se esqueçam de entregar preenchidas as páginas 91 e 92 do Resumo, para sabermos os seus interesses.

Ao findar este ano quero agradecer a todos aqueles que conviviram comigo, apadrinhando ou compartilhando experiências em serviço e na vida particular e a todos que, de maneira

direta ou indireta, estiveram de alguma maneira ligados a mim, por seu apoio e carinho e principalmente paciência.

Um Feliz Natal com muita serenidade e um Ano Novo cheio de esperança.

Sueli B

Delegada da Área de São Paulo



ALCOOLISMO, A DOENÇA DA FAMÍLIA TODA

Sou um assíduo frequentador do Al-Anon. Familiar de alcoólico que sou, estou nesta caminhada já há algum tempo e isso em muito me ajudou, me ajuda e continuará ajudando a compreender o meu familiar alcoólico e também a saber que eu precisava me tratar. Quando meu pai ingressou no Grupo de Alcoólicos Anônimos aqui do Cambuci, localizado nesta comunidade, eu o acompanhava às reuniões. Era adolescente ainda, com 13 anos de idade. Apesar da idade, já havia sido afetado pela maneira de beber dele. Sentia vergonha de apresentá-lo aos meus amigos, sentia medo quando ele demorava muito para chegar em casa, sentia raiva por não entender o alcoolismo como doença e por achar que era picaretagem. Achava que ele fazia isso para ficar longe da família, da esposa, dos filhos... Ele chegava sempre por volta de 23h, bem alcoolizado. Lembro-me de cenas de brigas em casa causadas pela indignação de minha mãe, que virava e mexia, fazia as malas para ir embora, chegava no elevador, e voltava para trás. Tudo aquilo foi me afetando sobremaneira. Comecei a viver em sobressaltos. Era um garoto assustado, cheio de medos e vergonhas. Quase não saía de casa, estava prejudicando meus estudos, minha vida.

Muitas vezes as pessoas pensam

que as crianças, os adolescentes, não prestam atenção nos problemas de casa ou que são alienados. Isso me sustentava a ponto de eu ficar recluso em meu canto da casa.

Depois de tanto sofrimento, minha mãe, através do convite de uma prima, conheceu o programa Al-Anon. O marido desta prima já estava em Alcoólicos Anônimos há um bom tempo, e como o programa sugere, ele levava a mensagem a quem precisava, inclusive ao meu familiar alcoólico que não aceitava ser portador desta doença. Dizia que parava quando queria, que tinha absoluto controle sobre a bebida.

Quando minha mãe ingressou no Al-Anon, ela modificou seu comportamento. Eu não entendia como aquela pessoa neurótica que vivia brigando com meu pai por ter ingerido álcool em demasia tinha mudado daquela maneira. Ele chegava alcoolizado e ela não dizia mais nada. Dizia que não adiantava discutir com ele alcoolizado que ele não iria entender. Que ela precisava se tratar. Eu comecei a ver a mudança dela.

Meu pai era uma pessoa muito tímida e acabou por dar um vexame enorme diante de toda a família que ele respeitava demais. O alcoolismo fez com que ele extrapolasse e acabou por ficar envergonhado. Já vendo a mudança de minha mãe, que não ficou dando sermão, mas EXEMPLIFICOU tudo que o Al-Anon lhe ensinara, ele ligou para este primo que já estava no A.A. e já havia lhe convidado por várias vezes, e perguntou quando seria a próxima reunião. E lá ele ingressou. No seu início eu o acompanhava na sala do A.A. Os depoimentos mexeram comigo, porque me fizeram reviver coisas que meu pai fazia e

coisas piores, que jamais o vi fazer. Vi que tinham casos muito piores que o meu. E lá muitas coisas eu aprendi. Só que, mesmo com 13 anos, EU também havia sido afetado e precisava me tratar. E lá não era o lugar. Através do próprio A.A. fui informado que existia um programa que era exatamente para mim. Este programa era ligado ao Al-Anon e se chamava Alateen. O Alateen é parte do Al-Anon, só que para adolescentes entre 13 e 20 anos, que foram afetados pela maneira de beber de alguém, parente ou amigo. No início frequentei, junto a outros filhos de alcoólicos aqui do Cambuci, um Grupo na Vila Prudente. E, após um curto espaço de tempo, abrimos um Grupo Alateen aqui no Cambuci. Durante muitos anos frequentei este programa que ajudou com que eu mudasse minha vida, minha forma de ser. Lá aprendi que alcoolismo é uma doença que afeta toda a família, e que só sofremos e somos atingidos porque amamos. Isso me fez ver o lado positivo das pessoas. Sempre fui muito crítico, e isso me ajudou demais a me modificar e ver o lado positivo de todos, inclusive de meu alcoólico.

Fui fazendo a minha modificação após este despertar espiritual. O Alateen me deu uma juventude maravilhosa, longe dos perigos que o mundo oferece. Isso pela conscientização daquilo que era certo e errado. O programa jamais me disse o que deveria fazer. Mas, me deu noção exata do certo a fazer. O resto era apenas comigo. Fez com que eu trabalhasse para levar a mensagem a outros adolescentes que também precisavam se tratar pelo alcoolismo de alguém que amassem.

Já há muitos anos em Al-Anon vejo a força e a recuperação valiosa que o Alateen me deu. Indico o Alateen para todos os familiares de alcoólicos, entre 13 e 20 anos. O programa dará



ao jovem a noção exata do problema do alcoolismo na família e fará com que o adolescente trate de si mesmo, já que foi afetado pelo alcoolismo de quem ama. Importante sempre ressaltar que o Al-Anon/Alateen é para o tratamento apenas do familiar. É lá que nos recuperamos. O alcoólico tem seu tratamento de recuperação no A.A. E para isso ele precisa querer. Estar em Al-Anon/Alateen independente de ele estar ou não em Alcoólicos

Anônimos.

Meu pai se tornou meu melhor amigo e amigo dos meus amigos também. Tinha um orgulho enorme de apresentá-lo aos meus amigos. Hoje, já não está mais entre nós. Um infarto fulminante o tirou do nosso convívio, deixando em seu lugar muitas saudades e muitos lindos momentos para rirmos e nos lembrarmos. Isso tudo devemos ao A.A. e ao Al-Anon/Alateen.

Eu continuo meu tratamento no Al-Anon. Afinal de contas, ainda tenho muito que aprender e uso o Al-Anon em todas as minhas atividades, já que os Doze Passos falam de recuperação em todos os momentos de nossas vidas. Estou cuidando de mim e contribuindo para a recuperação dos meus companheiros. E é para isso que a programação existe.

Ronaldo P.

PERSEVERANÇA

Todos nós sabemos que um familiar alcoólico na maioria das vezes, desestabiliza toda a estrutura da família.

Para amenizar esse sofrimento, buscar apoio, desabafo e troca de experiência fez com que esta dona de casa procurasse um Grupo de Al-Anon.

Ela relata que, após a última internação de seu marido, houve a necessidade de frequentar um Grupo de auto ajuda. Na época o Grupo mais próximo de sua casa era o do Piracicamirim, que após um ano de participação acabou sendo extinto.

Certo dia, a dona de casa encontrou com uma conhecida que estava com o mesmo problema na família e sugeriu que alguém deveria abrir um Grupo no bairro

onde moravam.

Então ouviu atentamente a sugestão da conhecida e, chegando em sua casa comentou com seu marido o fato ocorrido. Ele aderiu à ideia e ela colocou o plano em prática.

Com a finalidade de obter informações referentes ao assunto, procurou as companheiras mais antigas da cidade.

Após um breve estudo e apoio da companheira Micaela passou a procurar uma sala para as reuniões. Foi aí que teve a ideia de falar com as Irmãs que dirigiam a Igreja Santa Clara e encontrou ali a sala tão almejada, que depois de uma reunião informativa nasceu o Grupo Reviver em 27/07/1994, com o propósito de levar a mensagem a familiares e amigos de alcoólicos. Com apoio das compa-

nheiras: Santa, Wilma, Olinda e Micaela deu início às reuniões.

Os anos foram passando, e com a falta de membros nas reuniões muitas vezes se cogitava o fechamento do Grupo. Sua madrinha Micaela insistia para que tivesse paciência e permanecesse com a sala aberta. De repente aparecia alguém desesperada procurando ajuda pelo seu familiar alcoólico.

O caminho foi árduo, cheio de tropeços, mas feito com amor, paciência e perseverança.

Hoje, comemoramos com muita alegria, os 19 anos de luta pelo Grupo Reviver e isto se deve a nossa companheira Sebastiana que merece toda a nossa estima e consideração.

Esta é a sua história.

Membros do Grupo Reviver

PARABÉNS

Muitas pessoas passaram pelo nosso Distrito 54, e com carinho e amor prestaram o seu serviço. Algumas estão conosco até hoje, algumas tiveram final

feliz, outras não, mas mesmo assim elas não perderam a serenidade, a esperança e a força para continuarem vivendo um dia de cada vez.

E neste ano que presto serviço no Grupo e no Distrito, uma

coisa eu tenho certeza: o Al-Anon realmente salva vidas.

Parabéns Distrito 54 pelos seus 30 anos de existência!

*Edna S.
RD Distrito 54*

APRENDIZADO

o BAESP 66 foi publicado um depoimento meu, onde eu explico parte das dificuldades que tive para mudança de vida. Depois do falecimento de minha filha, ingressei no Al-Anon e comecei as mudanças, até hoje constantes. Muita coisa aconteceu desde então: minha filha, na época adolescente, engravidou e depois que o nene fez 1 ano, é que ela se casou com o pai dele e mesmo assim só puderam morar juntos 10 meses. Meu filho, hoje adulto, tentou trilhar o caminho do alcoolismo, mas com o programa que tenho colocado em prática, sempre um dia de cada vez, ele tem se mantido “sóbrio”.

Meu marido, outra pessoa importante na minha vida, insatisfeito com seus empregos decidiu mudar de profissão; para isso eu o ajudei. Quando ele

conseguiu emprego em que sonhava, a empresa se mudou para Belo Horizonte e ele foi e eu fiquei. Minha decisão em ficar foi por causa de meus netos, nessa altura já são 2, meu filho, meu serviço e principalmente meus pais idosos e que precisam de mim. Lá, ele, sozinho, caiu na vida. Foi morar com outra mulher que só queria explorá-lo. No desespero, ele me contou o que estava acontecendo, pediu ajuda e mais uma vez eu colocando o programa na ativa o tenho ajudado. Aprendi o perdão, o desligamento com amor, o viva e deixe viver, pensar e depois agir. Hoje estou muito mais feliz, graças ao programa Al-Anon.

Lucia L. - Valinhos

informações



SIPALANON - Serviço de Informação Paulista de Al-Anon

Atendimento: 2ª a 6ª
das 9h00 às 17h00
(0xx11) 3228-7425



SIACAR - Serviço de Informação Al-Anon/Alateen de Campinas e Região
Atendimento: 2ª a 6ª
das 14h00 às 16h00
(0xx19) 3236-4398

Tema da 36ª CSG

Pensar no Al-Anon/Alateen do futuro é agir no presente

O **BAESP** é uma publicação do CAASP – Comitê de Área Al-Anon de São Paulo
Av. Ipiranga, 1.097, 9º andar, conj. 92, Edifício Comendador José Martinelli, São Paulo, SP,
CEP 01039-000 - Telefone/fax (11) 3228-1996

Coordenação e Diagramação: Heloisa C.

Colaboradores: diretoria do Comitê de Área Al-Anon de São Paulo, Delegada, Delegada Suplente, Coordenadores de serviços especiais, RDs e membros do Al-Anon e Alateen.

Colaborem com nosso jornal
Mandem seus depoimentos, informações ou serviços para heloisacampos@uol.com.br
O SERVIÇO AJUDA NA NOSSA RECUPERAÇÃO