

BAESP

Boletim Al-Anon do Estado de São Paulo

Junho/2020

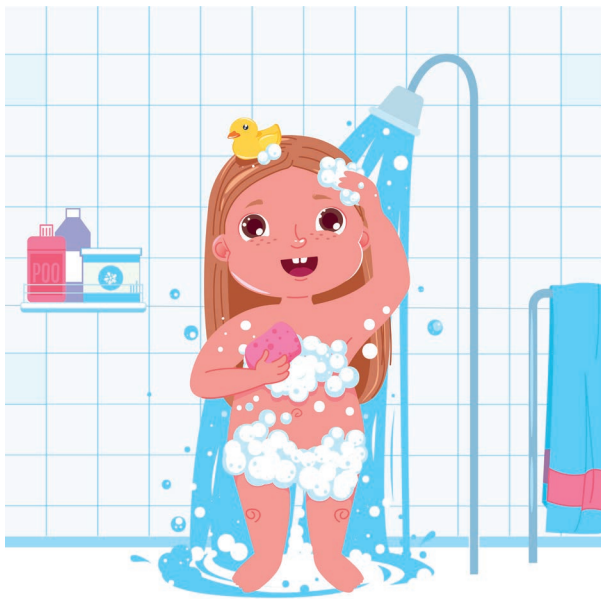
Ano 36

nº 143

O 15 de maio de 2020

Um colega da época em que eu estava no colegial, confidenciava que se estivesse muito chateado ou com problemas para resolver, bastava entrar em baixo do chuveiro... Aquela água que lhe lavava a cabeça proporcionava ideias límpidas, soluções e bem estar!

Hoje me vi na mesma situação: o **15 de maio** está quase chegando e o que colocaremos no BAESP para deixar marcada esta data no ano de 2020?



Bendito chuveiro!! A água caindo, e uma torrente de pensamentos surgindo também!

Se Lois dizia que *“qualquer pessoa pode dar início a alguma coisa, mas levar tal coisa adiante é o real desafio”*, agora encontramos um desafio! Reuniões, abraços, tapinhas nas costas, café, bolachinha ou bolo, escadas para subir, ônibus para chegar... Nada disso nos está sendo possível fazer, usar, usufruir. E, no entanto, sinto que o Al-Anon está pulsante como lhe é permitido.

Muitas Madrinhas e Padrinhos para ajudar a estabelecer reuniões on-line, em plataformas diversas – umas mais simples, outras mais elaboradas – todas com o objetivo de constante e incessantemente buscar a recuperação!

Iniciativas de palestras, oradores convidados, horários espe-

ciais – *“E todos vocês estão fazendo a sua parte”!*

Existirá outra maneira mais singular de festejarmos o **15 de maio de 2020** senão comemorá-lo nesta diversidade dos pequenos gestos da busca de nossa recuperação e do favorecimento do bem estar comum? Uma comemoração que se iniciou lá em março, - alheia à nossa vontade, - e se estenderá até quando ainda não sabemos, mas que durará enquanto nossos corações estiverem aquecidos com a **Unidade** do Al-Anon.

“Todos vocês são fundadores, por direito próprio, levando a mensagem”. É o que temos feito, e continuaremos fazendo, e a prova está neste número 143 do BAESP. Uma pequena amostra do que o programa de 36 princípios espirituais do Al-Anon tem feito por aqueles que um dia encontraram uma sala e estão dispostos a manter abertas portas e outros canais de comunicação que vierem...

Josabel
Colaboradora do CAASP

Editorial

Queridos amigos,

Mais uma edição do BAESP está chegando às suas mãos. Eu diria que ela é histórica e única! Nele, o compartilhar das várias experiências vivenciadas pelos

membros pioneiros, veteranos e mais novos. Em tempos de pandemia da COVID-19 e não só. São narrativas, sentimentos, superações, impressões e emoções que fazem história no Al-Anon da Área de São Paulo. A história pre-

sente registrada para o futuro do Al-Anon! Agradecemos a todos que colaboraram neste boletim. Para ler com os olhos e o coração.

Maria Regina S.
Editora do BAESP

Ciclo da vida em Alateen

Tive o privilégio de ser madrinha Alateen do Grupo Esperança, do Distrito 51, conheci jovens maravilhosos que foram chegando confusos, machucados, com muito interesse em se encontrar, em se descobrir, e principalmente em entender seu familiar alcoólico.

No Alateen, com as peças da LAC adequadas para esta faixa etária, com as reuniões, com os encontros, eles foram se fortalecendo e a transformação em suas vidas foi acontecendo. O tempo foi passando e estes jovens foram crescendo, e se tornaram adultos. Desta forma, foi necessário fazer a transição. E assim nasceu o Grupo Al-Anon de Filhos Adultos “Renovar”.

Juntamente com essa transição, vieram também muitas responsabilidades e mudanças referentes à vida adulta. Dentre elas, citarei algumas bastante significativas:

- Três desses jovens mudaram de cidade por motivo de estarem cursando faculdades;
- Um jovem é hoje professor formado, com relacionamento sério, muito responsável, que trabalha durante

a semana toda, inclusive aos sábados, buscando uma estabilidade financeira para seu futuro;

- Outra jovem é arquiteta formada com uma empresa própria, já bem conceituada e consequentemente requisitada por sua competência e responsabilidade;

- Outras duas jovens casaram-se com rapazes ótimos e juntos estão construindo uma nova história num lar não alcoólico; elas se encontram profissionalmente na área da saúde uma na psicologia e outra na assistência social;

- Outra jovem acabou de se formar em administração e está se encontrando profissionalmente.

Estas são histórias de vida lindas que tive a oportunidade de acompanhar e ver o sucesso acontecer através do programa. Porém, hoje estamos fechando nosso grupo, exatamente por conta dessa caminhada pessoal de suas vidas.

Um sentimento misto de tristeza e alegria me invade, pois me sinto como uma mãe passarinho com sua ninhada, triste por vê-los sair do ninho, porém muito feliz por ver seus cresci-

mentos pessoais.

Uma mãe passarinho, que no caso pode ser comparada também com os grupos Al-Anon, que, a todo o momento, tem um olhar carinhoso e acolhedor aos jovens Alateen. Vê-los lançar voos seguros, resolvidos, é um grande presente de nosso Poder Superior, pois dessa forma contribuímos com uma sociedade mais equilibrada e podemos ficar confiantes de que eles levam consigo todos os princípios do programa.

Por onde quer que esses jovens caminhem ou quem quer que encontrem, qualquer situação que enfrentem, eles vão sempre buscar as ferramentas que adquiriram no programa. E com certeza o sentimento de gratidão e respeito sempre estará em seus corações.

Voem meus queridos, voem alto e levem as sementes do programa, espalhem por onde passarem e voltem ao ninho sempre que precisarem ou mesmo para matar as saudades. Afinal, este é o ciclo da vida.

Jôsi M.

Membro Al-Anon do Distrito 51



Aqui em casa, tudo igual... ou quase!

Enganam-se as pessoas que pensam que minha vida é viajar e passar muito tempo fora de casa. Ficaram iludidos pela “mala verde”!

Sim, visitei muitos Grupos e Distritos enquanto estava Delegada! Mas, ainda assim, passava muito tempo em casa. Confinada, entregue aos afazeres domésticos, colocando a cabeça para funcionar – escrevendo, lendo, me apadrinhando pelo telefone ou e-mail. Sem carro, por opção de economia, e evitando o sol que me incomoda quando me aquece demais, as saídas eram programadas para andar o mínimo de tempo na rua. O alcoólico? Na ativa, é claro! Muita Oração da Serenidade, e atividades em Al-Anon para favorecer minha recuperação!

Assim era até meados de março, quando esse tal de *coronavírus* resolveu se manifestar com a intensidade que exigiu medidas de resguardo e contenção de sua propagação. Aqui abro um parêntesis porque me ocorreu que tal como com o alcoolismo, eu não causei, nem controlo, nem curo! Mas entendo que posso colaborar para “deter” sua propagação. Então, acatando as orientações das autoridades competentes, *estou confinada, entregue aos afazeres domésticos, colocando a cabeça para funcionar...* Opa! Está tudo igual!?

Em termos está! Os afazeres continuam os mesmos. As saídas? Só as imprescindíveis – vacina, banco quando o on-line não funciona. Atividades religiosas? Tudo on-line. Visitas sociais? Chamada de vídeo ou passar no portão para saber como estão, beem de longe. E as reuniões de recuperação pre-

senciais? Ah, essas estão em falta, suspensas. Começou a pipocar a criatividade das companheiras para driblar essa necessidade. E, na falta de uma reunião semanal, me vejo às voltas com duas reuniões por semana, mais uma de estudo todos os dias úteis, e planejando outra para atender pessoas que estão sentindo falta mas ainda não tinham encontrado a forma de a realizarem... Tem assunto para tudo isso? Não falta, não! Qual a peça de LAC comum aos membros? Buscamos nela os assuntos, em consciência de grupo. E assim se estudaram Lemas, Conceitos de serviço, Passos, Tradições, e

com certeza muitos outros virão, porque a literatura é vasta e nosso apetite está aguçado. Meu próximo desafio é o B-31 *Uma história contada por muitas vozes*. Talvez um dia sejam acrescentados ao B-31 relatos dos membros de Al-Anon do mundo inteiro referentes a esta época que estamos vivenciando!

O alcoólico? Na ativa, é claro! Muita Oração da Serenidade, Declaração do Al-Anon e atividades em Al-Anon para continuar a favorecer minha recuperação!

Josabel – Membro Al-Anon do
D-55 - Abril/2020



Libertação

Com apenas sete anos de idade, eu já tinha uma tristeza pesada, acompanhada de um sentimento de desamor e desamparo, representada pela sensação de um enorme buraco no peito. Passava as férias na casa de uma prima, muito especial, 10 anos mais velha que eu, e que havia sido uma espécie de babá para mim, uma mãe “substituta” que Deus colocara na minha vida, e que mantém até hoje, para me lembrar que eu não estava só. Ficava muito deprimida quando as férias acabavam e eu tinha de voltar para casa.

Aos catorze, comecei a namorar e aos dezenove, casei-me com esse meu namorado para fugir de um pai militar, alcoólico e extremamente moralista. Mas o meu primeiro marido também era alcoólico. E filho de alcoólicos. Descobri, já na lua-de-mel, que havia saído da frigideira para cair no fogo.

Vivemos, eu e meu primeiro marido, por sete longos anos muitas situações de altos e baixos. Quando nos separamos, sentindo-me muito mais só e desamparada, busquei um sentido para a minha vida e fui iluminada pela ideia de fazer uma faculdade. Adorava estudar. E havia parado porque “ia casar”. Fui fazer o curso de Letras. Tudo o que queria era ser professora.

Quando estava me formando, já com 30 anos, encontrei um rapaz, de descendência japonesa, com quem logo me casei e tive um filho. Ele também era alcoólico. E de uma cultura bem diferente. A convivência também foi muito difícil, mas a maternidade fez tudo valer a pena. Quando meu filho tinha dois aninhos, o pai foi trabalhar no Japão. A partir de então, eu e meu pequeno vivíamos muito felizes.

Três anos mais tarde, conheci

meu terceiro marido, solteiro, professor como eu, excelente pessoa que me ajudou a cuidar do meu filho. Só que ele também era familiar de alcoólicos e... alcoólico. Como eu já havia “fracassado” em dois casamentos, achava que nossos problemas conjugais eram devidos aos meus conflitos e traumas pessoais. Busquei, então, a terapia, para não “acabar” com o terceiro casamento, que desta vez era com um moço muito bom, que a minha família adotou.



Sua doença começou a se manifestar mais acentuadamente no décimo ano de união. A solução que encontramos para nossos problemas conjugais foi a “cura regional”. Mudamos então para outra cidade e depois mais outra. Nem de longe eu imaginava que a causa de tudo era o alcoolismo, e internalizei a culpa pelos nossos conflitos. Tínhamos o mesmo nível, a mesma formação profissional, um grau de diálogo incomum, mas uma incompatibilidade de gênios que começou a pesar demais. Éramos tudo: amigos, irmãos, mãe e filho, companheiros de trabalho e luta, menos namorados ou amantes.

Tanto ele como meu pai tinham um alcoolismo muito sutil e eram ambos muito funcionais. “Bebiam

socialmente”. Eu é que era a eterna insatisfeita, de gênio difícil, sempre de mal com a vida.

Meus pais se mudaram para perto de mim e logo ficaram doentes: ele com Alzheimer e ela, com depressão. Como filha mais velha, e como no meu casamento era eu quem cuidava de tudo, comecei a cuidar de tudo que dizia respeito aos meus pais também: mercado, contas, remédios, médicos. Meu marido me ajudava muito e foi um verdadeiro filho para meus pais. E uma outra irmã dividia algumas tarefas comigo também. Ela me ajudou muito em questões de ordem prática. Era, sem dúvida, a preferida deles e sempre teve uma relação muito bonita e amorosa com eles. Eu não. Tudo foi sempre muito difícil entre mim, meu pai e minha mãe. Mas eu sou a mais desenvolta, a mais briguenta, a mãezona de todos, a mais certinha. E estava aposentada. Pelo meu jeito prático e pela minha disponibilidade, ficava quase tudo em minhas mãos. Das duas casas.

Meu filho se casou e foi cuidar da vida dele. E eu fiquei só, com meu familiar alcoólico, na quarta casa nova e maior. Já estávamos muito distantes um do outro. Tínhamos perdido a capacidade de nos reapaixonar após cada crise, e foram muitas. Por duas vezes, chegamos a nos afastar fisicamente, tentando avaliar nossos sentimentos, mas voltávamos e nada melhorava.

Sentia que estava perdendo minhas forças para insistir numa relação que há muito não fazia mais sentido.

*Marly - Membro Al-Anon do Grupo Paz e Esperança (D-62)
(continua no próximo número do BAESP)*

LAC – um excelente instrumento de recuperação em tempo de isolamento

Em vista da necessidade de ficar em casa, ter novas peças da LAC (Literatura Aprovada pela Conferência) é um excelente instrumento para ajudar e melhorar nossa recuperação.

Para adquiri-las, basta enviar a lista-gem das peças da literatura que desejam, o comprovante de depósito, en-

dereço completo para entrega, nome completo e CPF para a emissão da nota fiscal. Pode ser pelo correio para Rua Conselheiro Crispiniano, 139 - sala 12 – CEP 01037-001 – São Paulo – SP, ou pelo e-mail esga@al-anon.org.br

O depósito deve ser feito no **Banco Santander 033** - Agência 3088 – Conta Corrente 013006189-3

– CNPJ 50.603.653/0001-33.

Depois é aguardar para receber em casa. Quando receber desfrute de uma boa leitura.

Suely Mitiko

Coordenadora do serviço especial de Literatura

Isto também vai passar...

Dia 17 de dezembro de 2019 – data em que se iniciou o meu isolamento social. Devido a um procedimento cirúrgico, que foi muito mais delicado que eu supunha, comecei meu isolamento social, com muitas dores. Eu só queria ficar quietinha. O que me ajudou foi a nossa programação. Os Passos: Passo Um - eu era impotente perante a situação; eram dores após a cirurgia, não havia jeito, eu iria senti-las. Passo Dois - sabia que um Deus amantíssimo está do meu lado me protegendo e dando forças e coragem para suportar; e o Passo Três - me entreguei em Suas mãos sabendo que seria a Sua vontade e

não a minha. Os Lemas também me ajudaram, “Isso também vai passar”, “Um dia de cada vez”.

Essa recuperação se estendeu bem mais que o previsto, senti falta das reuniões, das companheiras, mesmo elas indo me visitar; não pude comparecer a duas reuniões do Comitê de Área. Ler as peças da LAC foi bom, me ajudou, mas ainda sentia falta da reunião, do carinho e da palavra amiga das companheiras.

Passados três meses pude voltar para minha casa, ainda com algumas restrições, mas poderia pelo menos duas vezes por mês ir às reuniões. Depois de três meses só indo a médico e fisioterapia, pensei que poderia,

pelo menos, dar uma voltinha de carro. Puro engano: um dia após, veio o isolamento social devido ao novo corona vírus! Tivemos que cancelar as reuniões de

Grupo assim como as reuniões do Comitê de Área de abril e maio, me senti sem chão! Mais uma vez nossa programação me ajudou: a Oração da Serenidade me ensinando a ter *Serenidade* para aceitar o que não posso modificar, me dando *Coragem* para seguir em frente e ver o que eu poderia modificar e *Sabedoria* para perceber a diferença. Não podia modificar a situação, as dores ainda estavam lá, o vírus também estava lá... Então o que eu poderia modificar??? O meu pensamento, *vivendo um dia de cada vez, e soltando e me entregando, indo com calma e pensar que primeiro as primeiras coisas.*

Já faz cinco meses que apenas saio de casa para consultas médicas, sessões de fisioterapia e um único dia fui à reunião do Comitê de Área. Como me sinto? Bem, mentalmente sadia, ansiosa... um pouco. Mas sei que tenho um programa de vida que me dá coragem para prosseguir sabendo que *isto também vai passar!*

Suely B.

Coordenadora de Área de São Paulo



Os Distritos em tempos da COVID-19

“Fomos desafiados a crescer sobre o período que estamos vivendo: pandemia, quarentena, a COVID -19, etc.

Devido a presença desse vírus e a ordem do Governador do estado de São Paulo para ficar em isolamento social, vários encontros e reuniões foram canceladas e algumas adiadas.

Com a situação em andamento e acompanhando as notícias através do jornal, a associação Grupos Familiares Al-Anon do Brasil, encaminhou várias circulares nos orientando como deveríamos agir em relação às reuniões presenciais e com isso tomamos a decisão de fechar as salas.” (Julia, RD do Distrito 52)

Compartilhamos as experiências que chegaram até nós:

Venho manifestar como estamos no **Distrito 1:**

Existem cinco Grupos Al-Anon no Distrito e todos estão fechados desde o dia 16/03/2020. Nossa comunicação é feita pelo WhatsApp. Participo em três Grupos de WhatsApp, dentro do Distrito: Vila Maria, Santana e Imirim. Participava das reuniões presenciais no Grupo Parada Inglesa, do qual sou representante. Então nossa comunicação está sendo pelos grupos (de WhatsApp), com mensagens escritas e de voz. Todas estamos com

muita saudade das reuniões presenciais. (Pedrina, RD)

Distrito 52

Começamos a fazer algumas reuniões através do WhatsApp.

Na nossa região vários Grupos como o Rezende, Renascer – Limeira, Renascer – Araras, São Judas e Seguidores de Lois estão fazendo reunião dessa forma.

É rica a experiência, mas nada troca o abraço caloroso e o carinho que recebemos das companheiras.

Por hoje é só. (Julia, RD)

Distrito 53

Somos poucos Grupos em nosso Distrito e a maioria de nossos membros pertence ao grupo de risco. Fazemos nossas reuniões on-line através do WhatsApp – novidade para todas nós! Estamos caminhando... apesar de nem todos os membros se manifestarem.

Quanto à Tradição Sete, não estamos recebendo ainda, pois ficaram de reservar o dinheiro dado em cada reunião, para ser colocado na sacola quando retornarmos à sala.

Percebi que com as reuniões on-line os membros mais novos estão se soltando. Estão perdendo o medo de coordenar e participando mais do compartilhar. É pouco, mas os companheiros estão participando.

Que o Poder Superior nos dê força, saúde, serenidade e discernimento para estarmos unidas mais do que nunca nessa luta. (Melinda, RD)

Distrito 54

Sobre as reuniões, é pouco, mas os companheiros estão participando. São dois grupos fazendo pelo WhatsApp. Estou tentando ajudar para que não haja quebra de anoni-

mato, e também sobre as Tradições e o uso da LAC. Mas ainda falta muito para ser uma ótima reunião. Falta conhecimento da internet. (Iracema, RD)

Meu nome é Karina e sou RD do **Distrito 57.**

O Grupo que participo, “GIRASSOL”, está fazendo reunião online pelo WhatsApp. O Girassol é o Grupo responsável pela organização das reuniões, porém membros de outros grupos do Distrito 57 participam.

Temos tido uma média de 12 a 16 participantes; ao final da reunião todos saem do grupo de Whatsapp e apagamos o grupo imediatamente (para preservar o anonimato). Na semana seguinte criamos um novo grupo - uns 10 minutos antes do início da reunião - e enviamos o link para quem quiser entrar e participar.

Fazemos o revezamento da coordenação e utilizamos a literatura B-16. É feita apenas uma leitura sobre o tema e aberto a partilha sobre a literatura, depois, na segunda parte da reunião, após falar de anonimato e Tradição Sete, abrimos para partilhar sobre nossa semana...

A experiência está sendo ótima, embora nada substitua o abraço, o calor humano e o cafezinho. Mas aprendemos que até pelo grupo de WhatsApp temos o nosso momento de partilhar se quisermos ouvir atentos o áudio da companheira, - ou seja, conseguimos manter toda organização que um grupo deve ter. Achávamos que não íamos conseguir e que seria confuso, mas vimos que com serenidade também superamos essas dificuldades e, embora não estejamos fisicamente juntas, estamos muito unidas!



Uma nova mensagem de esperança

Nunca imaginávamos que o mundo parasse, nações parassem... Melhor tecnologia, melhor economia, países de primeiro mundo. Porém o mundo parou! Muitas perguntas, muitas explicações, muitas ideologias - enfim tantas conscientizações para o ser humano parar e refletir. Até o momento não temos respostas concretas, apenas que um vírus se instalou entre nós causando a COVID-19, em meio a tantas discussões, controvérsias, mídias manipuladoras.

Sentimos que éramos impotentes e que cada um, num simples gesto de cuidar de si mesmo, geraria o bem comum para todos. A Oração da Serenidade nos sustentou nos momentos mais difíceis: a *serenidade* nos acalmou, a *coragem* nos fortaleceu e a *sabedoria* nos deu uma grande lição de vida para sempre agradecer... Os

Lemas foram nosso porto seguro: *um dia de cada vez; só por hoje, isso também vai passar...*

Tudo foi possível superar porque fazemos parte desta grande família AL-ANON.

No isolamento pudemos sentir o quanto cada minuto da nossa reunião era importante para nossas vidas. Nesse tempo de quarentena em que muitos de nós passamos longas horas com nossos familiares bebendo, indo e voltando dos bares para dentro de casa, não foi fácil para ninguém.

Adaptar-se a novas tecnologias para conseguir de alguma forma se comunicar com os membros, e sentir que era preciso continuar a ser responsável com a sobrevivência e o futuro da nossa associação também está sendo desafiador.

Dificuldades aparecerão para todos nós neste momento, mas o apoio

e a contribuição de cada membro fará uma enorme diferença. Todos temos talentos dados pelas mãos do Poder Superior, quando sinceramente de coração o desejamos.

Nossa recuperação ganha mais força quando dividimos com outras pessoas, ganhamos mais humildade, de modo mais intenso e de uma forma de que somos capazes de enfrentar os obstáculos. Agora um novo renascimento e nova tomada de decisão vão ser necessários, voltar a construir uma nova história, um novo tempo, uma nova mensagem de esperança para muitos familiares e amigos de alcoólicos.

Izilda P.

Coordenadora do serviço especial de Divulgação

Tempo de espera

A esta altura, eu teria começado a passar as primeiras notícias sobre a 42ª CSG -2020, mas ela ainda não aconteceu. Também estaria compartilhando experiências sobre a Convenção de AA em Belo Horizonte, que foi adiada.

São as informações que tenho até o momento em que este artigo foi elaborado, nestes tempos de quarentena, e suas prorrogações. E tudo pode mudar, pois estamos em tempo de espera em relação às medidas lançadas pelas autoridades governamentais e pela ciência, no que diz respeito a tratamento e prevenção da COVID-19.

Estamos enfrentando um inimigo invisível, que provocou uma crise mundial que obrigou as pessoas a ficarem em casa, em isolamento social. Como familiares de alcoólicos e membros Al-Anon, tenho as ferramentas para lidar com as crises: o nosso programa, a LAC, a presta-

ção de serviço e o compartilhar de experiências.

Antes desta parada forçada, a vida era muito corrida e eu não tinha tempo para fazer muitas coisas. Agora, tenho todo o tempo do mundo e meio que não sei o que fazer com ele e com os sentimentos que o isolamento e o medo do desconhecido provocam.

Os meios tecnológicos nos possibilitam fazer reuniões virtuais por meio de aplicativos com mensagens de texto, voz e vídeo. Essa permanência em casa me possibilitou um tempo maior para conversar com os Representantes de Distrito e os Delegados de outras Áreas de nosso país. O ano passado falamos tanto sobre os cuidados com as redes sociais, e agora elas têm sido úteis para mantermos a Unidade - mas devemos tomar os devidos cuidados com o anonimato e os Direitos Autorais em relação à nossa LAC. Acho que muitos têm saudade do olho-no-olho e do abraço e, por isso, aguarda-

mos nossas reuniões presenciais.

Não estou me esquecendo da responsabilidade na prestação de serviço, me mantendo em contato, à disposição para sanar dúvidas e de manter a manutenção de nossos órgãos de serviço. Sabemos que muitos estão com dificuldades financeiras, mas mesmo assim, estão colaborando de alguma forma e alguns Grupos estão buscando soluções para a arrecadação e encaminhamento dos valores.

Bem, já que estou com tempo, uma lição de casa: adorei o texto do livro B-3 *Alateen, Esperança para filhos de alcoólicos*, p. 57 e 58, sobre o Lema “Um dia de cada vez”, que fala sobre o medo do futuro, como lidar com o tempo e melhorar a convivência. Aguardo ansiosamente nossas reuniões presenciais. Um abraço virtual!

Vera S.

Delegada de Área de SP

⇒ Está chegando agosto, o mês dedicado ao Apadrinhamento de Alateen. O que o Grupo poderá fazer para fortalecer um Grupo Alateen ou colaborar na abertura de um? Na LAC (P-24/27, P-31/51/88, G-17/27 e G-19) encontramos muitas orientações para nós. Que tal se preparar ou se atualizar ?

⇒ A Convenção de AA, em Belo Horizonte (MG) foi remarcada e acontecerá em 18, 19 e 20 de setembro deste ano.

⇒ O 20º Encontro e Assembleia de Área de São Paulo, acontecerá em outubro, em Jundiaí. Pense com carinho sobre a sua participação.



SIPALANON - Serviço
de Informação Paulista
de Al-Anon

Atendimento: 2ª a 6ª
das 9h40 às 16h00
(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 42ª CSG – 2020

Prestação de serviço: responsabilidade de todos

2020: Tempo de divulgar o Al-Anon/Alateen
nas salas de AA

O **BAESP** é uma publicação do CAASP - Comitê de Área Al-Anon de São Paulo
Av. Ipiranga, 1097, 9º andar, conj. 92, Edifício Comendador José Martinelli, São Paulo, SP
CEP 01039-000 – Telefone (11) 3228-1996

Coordenação: Maria Regina S. - **Diagramação:** Heloisa C.

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

Colaborem com o nosso jornal.

Mandem seus depoimentos, informações ou serviços para alanonsp2016@gmail.com

Ó SERVIÇO AJUDA NA NOSSA RECUPERAÇÃO