

# BAESP

Boletim Al-Anon do Estado de São Paulo

Março/2023

Ano 42

nº 154

## Um elo fundamental

**O**lha eu aqui de novo, às voltas com a comunicação!

Vimos ao Al-Anon e Alateen em busca de uma recuperação dos pedaços quebrados de nossas vidas, e talvez uma das primeiras coisas que ouvimos foi a sugestão de sermos honestos, verdadeiros, sinceros. Outra coisa que escutamos – e bem importante, - foi de que em qualquer parte do mundo onde exista um Grupo, esse Grupo segue um certo “padrão” de funcionamento: utilizam os Doze Passos para a recuperação dos membros, seguindo as Doze Tradições, amparados por Doze Conceitos de serviço. Isto garante a unidade, não de um “formato exato”, mas de essência (programa), de linguagem – tudo bem esclarecido pela nossa vasta literatura (ver **P-53 Aqui se fala Al-Anon**).

Nunca é demais lembrar que no mundo de hoje, cheio de notícias velozes, velocíssimas, uma comunicação eficiente é de suma importância! Evita perdas de tempo e desgastes emocionais, e favorece a harmonia e o bem-estar. Quando penso em comunicação, imagino “partes”: pessoas, pala-

avras, gestos, sons, cores, mensagens. Neste intervalo entre a 42ª CSG – 2022 e a 43ª CSG – 2023 temos sido convidados a ter um olhar especial para a **comunicação – elo fundamental da unidade do Al-Anon/Alateen**. E me



imagem: Flaticon.com

peguei fazendo uma reflexão sobre a forma como eu me comunico com as pessoas. Afinal, em diversas peças de nossa literatura existem dicas preciosas; por que não aproveitar essa sabedoria? **B-3 Alateen – esperança para filhos de alcoólicos, B-4 O dilema do casamento com um alcoólico, B-22 Como o Al-Anon funciona para familiares e amigos de alcoólicos, B-33 Intimidade nos relacionamentos com**

**alcoólicos, P-9 Como posso ajudar meus filhos? e P-49 Convivendo com um alcoólico sóbrio**, por exemplo, trazem muitas sugestões para melhorarmos a nossa forma de transmitir ideias, sentimentos e informações. Se “Eu sinceramente pensava que meu marido deveria saber o que eu queria sem que eu lhe dissesse (...)”, como cita o **B-33 Intimidade nos relacionamentos com alcoólicos**, na página 48, parece que preciso fazer algo para me comunicar de fato, caso realmente deseje que isso aconteça! Da mesma forma, preciso me atentar quando estou escutando ou lendo!

Presto atenção! Escuto e aprendo, leio e releio. Penso. Ouço, anoto, assinalo as coisas importantes (prazos, novas recomendações ou sugestões), as alterações, as novidades.

Busco esclarecimentos com membros experientes, troco ideias. Afinal eu também faço parte do Al-Anon e toda a **comunicação é um elo da unidade, um elo fundamental!**

Josabel - Distrito 55

# Eu nas Convenções de AA

**E**stive em Maceió/AL na XIX Convenção Nacional de AA com a participação de Al-Anon em 2016, evento que me impulsionou a aproveitar a oportunidade e reatar o vínculo com meu pai, meu familiar alcoólico que nunca optou pela recuperação, e minha família paterna moradora em Alagoas. Foi um tempo intenso de reparações e experiências inesquecíveis. Meu pai faleceu em 25 de dezembro daquele ano. Para a XX Convenção de AA, em 2022, levei minha mãe, companheira pioneira do Al-Anon, e quem me trouxe ao programa no colo, quando eu tinha 2 anos de



idade.

Assim como na vez anterior, a sensação de pertencimento traz uma paz indescritível. Ver companheiras que se apoiaram durante esses dois anos, em reuniões online, encontrarem-se ao vivo pela primeira vez foi emocionante, assim como foi profundamente generoso e for-

talecedor cada palestra e depoimento. Não consegui sair da sala do Al-Anon: eu não podia perder nada porque a surpresa poderia estar na próxima reunião! O Poder Superior esteve presente e manifestou-se em diversos momentos e por meio de diversas companheiras: fui contemplada com alguns pequenos despertares espirituais, sobre os quais me emociono ainda agora ao lembrar.

Realmente vi e vivenciei que realmente "a participação é a chave da harmonia";

*Gláucia O. - Distrito 8*

## Continuei voltando

**F**iquei sabendo do Al-Anon através do meu familiar alcoólico quando ele ingressou no AA, após um final de semana tenso. Neste dia ele trouxe um folheto do Al-Anon, **Alcoolicismo a doença da família**, que uma companheira que estava na reunião emprestou. Li e reli o folheto sem entender o porquê de eu ser impotente perante o álcool se não era eu que bebia.

As reuniões de Al-Anon eram feitas às segundas-feiras das 16h às 18h. Eu não tinha como participar. Minha primeira reunião foi em maio de 1994, quando o Grupo abriu reunião aos sábados à noite. Na minha terceira reunião, só estavam presentes, eu e uma companheira e ela pediu para que eu coordenasse a reunião, quando questionei ela disse: é só ler o li-

vro Grupos Familiares Al-Anon (nessa antiga edição havia um roleteiro intitulado: Boas vindas sugeridas do Al-Anon/Alateen).

Alguns meses depois, comecei a ir esporadicamente às reuniões da tarde e, foi numa dessas reuniões, que a RG do Grupo entregou o cargo e pediram para que eu assumisse e me disseram que eu não tinha que fazer nada demais, era só comparecer na reunião de Distrito, uma vez por mês, e levar as contribuições. Assim, comecei a prestar serviço como Representante de Grupo (RG). Na minha primeira reunião de Distrito não entendi nada, fiquei muito assustada, eu não sabia o que falar nem como agir, saí de lá desorientada e com a impressão que estava no lugar errado.

Lembro-me que em uma das reu-

niões de Distrito, informei que os companheiros de AA iam fazer divulgação em uma escola e pediram que eu os acompanhasse e uma das companheiras, presente na reunião, disse: - Não é assim que funciona, tem que saber onde, quando, que horas, quanto tempo, quantas pessoas irão etc. Fiquei tão assustada que nunca mais voltei ao assunto. Com o passar do tempo (mais de um ano) compreendi a minha impotência, não só perante o alcoolismo, mas também perante vários aspectos de minha vida e então realmente comecei a praticar o programa e a trabalhar minha recuperação.

Hoje digo com toda certeza, prestar serviço no Al-Anon, me ajudou a continuar voltando.

*Cida S. - Distrito 50*

**CONTRIBUIÇÃO PARA CAMPANHA DA GRATIDÃO  
EFETUADA PELOS GRUPOS DOS DISTRITOS  
E REPASSADA AO ESGA PELO CAASP NO ANO DE 2022**

DISTRITO	GRUPO	VALOR	DISTRITO	GRUPO	VALOR
2	Guarani	400,00	50	Ação de Graças	110,00
3	Vila Prudente	240,00		Primavera	260,00
	Reviver	450,00		Itanhaém	30,00
5	Primavera II	50,00	52	Poder Superior	290,00
	Lapa	65,00		Renascer (Limeira)	200,00
	Nova Chance	500,00	Casa Branca	400,00	
	União de Osasco	155,00	53	Despertar com Sabedoria	400,00
6	Primavera I	67,00	54	Perseverança	300,00
	Renascer para Vida	500,00		Distrito	500,00
	Unidade e Recuperação	50,00		Vivendo a Vida	10,00
	Piraporinha	60,00		Laranjal	40,00
7	Veleiros	229,00	55	Águas de Lindoia	10,00
	Parque das Nações	444,30		Itatiba	200,00
8	Caminhos da Recuperação	500,00	59	Amor e Paz	5,00
	Belem	529,00	62	Distrito	300,00
	Chega Mais	500,00	Vida Nova	290,00	
	Mogi	100,00	CAASP	500,00	
9	Seguidores de Lois	100,00	<b>TOTAL</b>		<b>9.384,30</b>
	Sapopemba	600,00			

## Feliz jornada

**E**m setembro/2018, fui convidada pela então Secretária de Área de São Paulo, Denair S. a me candidatar ao mesmo cargo. Na hora pensei: - Será? Pensei mais um pouco e aceitei a sua sugestão.

Quando fui eleita, os membros me deram essa oportunidade de prestar serviço como Secretária de Área de São Paulo de 2019 a 2022. Tive apadrinhamento da Secretária que me antecedeu e de membros experientes no serviço que conheciam a estrutura do

CAASP.

Foram anos de muito aprendizado, de muitos desafios e superação de dificuldades.

Pude exercer as minhas atividades com a graça do Poder Superior, o apoio da Diretoria, dos Coordenadores dos serviços especiais, Colaboradores, da ex-funcionária do CAASP e dos Representantes de Distrito, que compartilharam as suas experiências de serviço, com muita fé e esperança, além dos esclarecimentos das peças de LAC de ser-

viço e Guias do Al-Anon. Sei que tenho muito a aprender, mas a cada dia que presto serviço ao Al-Anon, me percebo com mais capacidade de agir com mais clareza e transparência, perante muitos aspectos de minha vida.

A prestação de serviço no Al-Anon me oferece muitas oportunidades de crescimento. Agradeço a todos que participaram comigo nesta jornada.

*Alcione G. - Secretária de Área do CAASP de 2019 a 2022*

## Editorial

**Prezados leitoras e leitores,**

É com muita satisfação que entregamos o Baesp nº 154, a primeira edição do ano de 2023. A importância da comunicação, a esperança de um Grupo que retornou às reuniões presenciais, os depoimentos animadores e emocionantes das participações na XX Convenção de AA em Belo Horizonte/MG, o reconhecimento e agradecimento a um trabalho realizado e, o compartilhar de experiências do quanto prestar serviço contribuiu para uma recuperação. Muito inspirador e encorajador! Boa leitura a todos!

*Alcione G. – Editora do Baesp*

# Al-Anon de SP na XX Convenção de AA – BH

**M**uitos membros Al-Anon da Área de SP se encontraram em BH, entre os dias 7, 8 e 9 de outubro de 2022, por ocasião da XX Convenção de AA com a participação de Al-Anon. Cheios de gratidão, alguns enviaram seus “retalhos” para que mais pessoas pudessem ter acesso a essa experiência...

O espaço Expominas estava com salas cheias, com palestras diversificadas. Eram muitos e muitos AAs e Al-Anons, todos felizes, às vezes explodindo de tanta emoção. A organização estava impecável, acreditamos que a Covid-19 deu mais espiritualidade a tudo isso. A sala do Al-Anon estava transbordando de tantos companheiros e as palestras com conteúdo, esclarecimentos, ensinamentos, passados com muito amor. Minha companheira Raquel C. que já participou de vários eventos, ficou admirada pelo todo e agradecida. Muitas caravanas, de Norte a Sul do Brasil. A abertura belíssima com suas bandeiras, os oradores com sua palavra de espiritualidade: com certeza o Poder Superior estava ali presente. “**Funciona...**” foi a palavra mais aclamada! Somos gratas por termos ganhado essa viagem, e eu, Neide, participado pela primeira vez neste evento.

*Neide C. – Distrito 1*

Sou uma veterana no Al-Anon. Foram 6 anos de espera, mas valeu a pena: o que eu vi e vivi foi de muita ajuda para mim! Minhas forças foram renovadas para fazer muito mais por este programa de ajuda. Não dá para demonstrar nestas linhas as coisas boas que eu vivi nesses dois dias. Foram depoimentos que só fazem a gente se sentir muito bem. Agradeço

ao Poder Superior por ter participado desta Convenção.

*Aninha – Distrito 51*

Minha primeira Convenção de AA! É indescritível o que se sente estando lá. É uma energia, um sentimento que toma conta da gente, sentimentos às vezes enterrados, começam a aflorar.

Para vocês terem noção do poder dessa energia, eu passei mal no dia da abertura, pela manhã; achei que não conseguiria ir, mas fui. Chorei, vibrei, dancei, abracei! No dia seguinte, em sala de Al-Anon, já tinha conversado com uma amiga dizendo que à tarde não iria, pois ainda não estava 100%. Conforme fui ouvindo os depoimentos das companheiras, tomada por várias emoções, que não sei colocar aqui, falei para minha amiga “à tarde eu volto”. Ela não foi, mas eu sim! Estava totalmente energizada e foi simplesmente maravilhoso. E o encerramento então? Mais uma vez digo: - Indescritível. E novamente chorei, vibrei, abracei, dancei. Para saber como é, somente estando lá, por isso deixo um convite: a próxima será em Fortaleza. Prepare-se e vá, nos encontraremos lá, e você poderá entender o poder transformador de AA e Al-Anon na vida das pessoas.

*Ana Lucia B – Distrito 52*

Tenho muitos anos de Al-Anon, mas foi a primeira vez que participei de uma Convenção de AA e foi o momento mais lindo de toda a minha trajetória em Al-Anon. Pude conhecer vários amigos e rever aqueles que há tanto tempo eu não via... Foi muita felicidade. Foi uma coisa mágica, eu não consigo nem explicar. Passar por esta experiência foi muito gratificante.

*Celina – Distrito 6*

Agradeço imensamente a Alcoólicos Anônimos e aos Grupos Familiares Al-Anon pela organização deste evento maravilhoso. É uma oportunidade única de aprendizado e compreensão desta terrível doença chamada alcoolismo. Parabéns a programação dos Grupos Al-Anon: foi muito bom o compartilhar daqueles momentos que nos proporcionaram a serenidade e a sabedoria. O compartilhar de cada momento desse imenso trabalho e prestação de serviço por parte de todos; foi maravilhoso. Muito obrigada a todos que transformaram esses dias em momentos de unidade e espiritualidade. Até à próxima!

*Izilda P. – Distrito 51*

Sou mais uma da primeira Convenção. Fui sem expectativas, apenas querendo fazer parte do momento e acabei me sentindo integrada e acolhida, com as palmas do “Bom dia, bom dia, bom dia” na entrada do pavilhão, a cada manhã, com o som da banda

que convidou a cantar e dançar e cumprimentar os “companheiros” conhecidos e desconhecidos. Organização na simplicidade, mas com tudo o que era necessário, cadeira, comida, cafezinho – era a terra do cafezinho! – literatura (de AA e de Al-Anon), assinatura de revista e Boletim e muitas experiências para me assegurar que vale a pena, que funciona, e que ainda tenho muito para “consertar” no meu modo de viver ao lado de um alcoólico.

*Josabel S. – Distrito 55*

Foi muito emocionante fazer parte da Convenção de AA depois de tanta espera e ansiedade por um abraço! Ver as pessoas queridas foi tudo de bom; encontrar pessoas ao vivo, que antes só víamos na telinha, e poder abraçá-las, foi tudo de bom. A energia dos abraços... Que bom que eu fiz parte

desta emoção!

*Luzinete T. – Distrito 6*

Eu e minha companheira de Al-Anon, caímos de paraquedas. O Poder Superior fez com que este dia acontecesse para nós. Um lugar mágico, onde parecia que uma luz emanava de todas as partes. Parecia que era uma família gigante que resolvera se encontrar. E lá estava eu, fazendo parte. Meus olhos se encheram de lágrimas ao ver homens, mulheres, jovens, deficientes físicos, todos felizes porque se encontraram e estavam, só por hoje, sóbrios. Eu, como membro Al-Anon, fiquei honrada por fazer parte desta família que ajuda familiares que ainda sofrem com a doença do alcoolismo. Gratidão eterna ao meu Poder Superior e aos membros que não puderam ir e proporcionaram nossa viagem. Desfiz as

malas e agora estou fazendo outra para a Assembleia de Área de SP em Jundiá.

*Marcia Cristina – Distrito 53*

## **VALEU BH!**

Em tempo: Tive o privilégio de participar das 5 Convenções de AA anteriores, em Salvador/BA (2000), São Paulo/SP (2003), Manaus/AM (2007), Cuiabá/MT (2012), Maceió/AL (2016) e agora, na XX Convenção em Belo Horizonte/MG. Todas elas foram muito bem organizadas e tiveram a participação do Al-Anon. Quer você tenha estado presente em alguma delas ou esta tenha sido a sua primeira, que tal se animar e se preparar para a XXI, que está prevista para acontecer em Fortaleza/CE em setembro de 2027?

*Maria Regina S. – Distrito 2*

# **BAESP: 40 exemplares em dez anos**

**E** assim se passaram dez anos... Em dezembro de 2012, na sala do Siplanon, após a última reunião daquele ano, uma moça aproximou-se e me perguntou: Você é a Coordenadora da Área de SP? Eu não a conhecia e respondi: Sim, por que?. Ela me disse: Estou interessada em prestar serviço no Al-Anon e gostaria de saber se tem algo que eu posso fazer. Eu lhe respondi: Este ano tivemos Assembleia de Eleição em outubro, mas na reunião de janeiro/2013 escolheremos os Coordenadores dos serviços especiais. Ela continuou: Quais são

eles? Respondi: Alateen, Arquivo Histórico, Literatura, Divulgação e o Boletim (BAESP). Sem titubear ela disse: Tenho interesse em prestar serviço no Boletim da Área, pois trabalho em uma revista e sei fazer a diagramação e a edição de boletins. Essa pessoa é a Heloísa C., que por dez anos ininterruptos, generosamente prestou serviço no CAASP como responsável pela diagramação e edição do BAESP, com esta “cara” que vocês conhecem. Dispensa comentários a respeito da beleza de cada um dos 40 exemplares que ela realizou: criatividade, bom gosto, escolha das

imagens, cores, formato e tamanho da fonte, as cores escolhidas em cada edição e tantas outras coisas positivas.

Durante estes dez anos trabalhamos par e passo com a diretoria do CAASP, com uma equipe formada pela Coordenadora do BAESP e os membros convidados para fazer a revisão das matérias. E continuo até hoje fazendo parte desta equipe, com muita alegria, satisfação, dedicação e amor a cada edição que cuidadosamente ajudamos a preparar/elaborar.

*Maria Regina S. Colaboradora do CAASP*

# Trabalhando juntos

**J**aneiro chegou com os desafios de um novo ano, um novo serviço, novas perspectivas, “novos” companheiros de jornada. Lembro-me de algumas palavras que repeti no início e desenrolar da pandemia: - Somos todos cobaias!

Experimentar fazer coisas que nunca fizemos. Prestar serviço com membros que conhecemos de outros lugares, mas que se tornam nosso “grupo” – no Distrito, no SIA, na Área. Gente nova, serviço novo, forma nova de fazer as coisas que precisam ser feitas para o Al-Anon e Alateen continuar firme e renovado no propósito de ajudar as pessoas que sofrem com a maneira de beber de alguém a quem amam. O rodízio de servidores é salutar e estimulante! Tradições e Conceitos são nosso respaldo para prestar serviço; até

mesmo algumas exigências legais nos orientam nos órgãos de serviço; Guias, Manual, apadrinhamento, tudo pode nos auxiliar nos nossos novos cargos.

Assim, me proponho a ser “co-baia” quando, para prestar o serviço que outros antes de mim fizeram, me dedico a pensar e decidir fazer primeiro as primeiras coisas, mantendo simples, escutando e aprendendo e, sobretudo, entregando ao Poder Superior e deixando Ele agir.

Sei que posso contar com meus companheiros de jornada, porque cada grupo tem os talentos necessários que se completam, para juntos prestar o serviço que nos confiaram.

É interessante constatar que recebemos a sabedoria necessária para lidar com os desafios, a serenidade para encará-los, e a cora-

gem de encontrar os caminhos para os superar. Não existe “ordem de prioridade” entre serenidade, coragem e sabedoria; por si só, cada uma surge, na medida e quando necessária(s). Esperança e fé que brotam de nosso programa Al-Anon são igualmente importantes para manter a unidade e favorecer o progresso do maior número de membros, lembrando-nos do nosso bem-estar comum.

**“A palavra “comum” me diz que para ficar bem, precisamos trabalhar juntos para fazer o que é melhor para o todo.” B-27 Esperança para hoje, pág. 43, ed. 2012.**

Um dia de cada vez, coloquemos em prática! Sejam todos bem-vindos a 2023!

*Josabel - Coordenadora de Área do CAASP*

## Serviço – comece pelo café

**A**ssim aconteceu comigo quando cheguei no Al-Anon em 1997. Quando falavam sobre serviço no Grupo, eu sentada na cadeira me encurvava. Um dia, na leitura da peça da LAC **P-78 Quando prestei serviço, me senti melhor**, a RG do Grupo incentivava os membros a prestarem serviço e começou a falar dos cargos: RG, RG Suplente, Tesoureiro, Secretário etc. Porém, quando falaram que precisava de alguém para fazer o café, não pensei duas vezes e me dispus a colaborar.

Com o alcoolismo ativo, sempre

sentia muito medo de convidar familiares e amigos para tomar um café em casa, sentia muita vergonha que as pessoas soubessem o que se passava em casa, isso me deixava fora de mim. E fazer o café no Grupo me tirou o medo, devolveu minha autoestima. Eu me sentir útil foi maravilhoso. Assim comecei na prestação de serviço, fazer o café foi a porta de entrada para tantos outros serviços que, com gratidão, faço até hoje. Nesse início do ano de 2023, fui convidada pela Coordenadora do CAASP para colaborar na primeira reunião do ano em janeiro

e, mais uma vez, fazer o café me deu a oportunidade de expressar toda minha gratidão. Feliz daquele que descobre esse despertar espiritual com a orientação do Poder Superior. Quando me coloco a serviço, abro espaço para receber mais e agradecer.

Compreender que eu realmente pertencço ao Al-Anon, me ajuda a trilhar meu caminho para a recuperação com mais sanidade e confiança em mim mesma. Gratidão sempre.

*Izilda P. – Distrito 51*

# O Grupo Novo Amanhecer amanhece de novo

**F**iquei muito emocionada ao participar, no dia 10 de dezembro de 2022, da reunião presencial do Grupo Novo Amanhecer em novo endereço. A reunião, que acontecia online desde março de 2020, devido à pandemia da Covid-19, voltou em 26/11/2022 ao modo presencial. Lembro-me do dia em que o antigo Grupo da minha região, o Grupo Itaberaba, teve que mudar de endereço.

Fomos para Brasilândia. Como o nome não era mais conveniente, fechamos o Grupo Itaberaba (que significa pedra reluzente) e abrimos o Grupo na Igreja Santo Antônio que teve como sugestão

ser chamado “Novo Amanhecer”, pela companheira Elvira, que foi aceito e votado por aclamação. Alguns anos depois, ficamos sem esse espaço. No fim de dezembro/2015, sem ter um novo endereço este Grupo fechou. Mas quis o Poder Superior, por meio de um membro, que encontrássemos um outro endereço e reabrimos o Grupo Novo Amanhecer que amanhecia de novo, pois mantivemos o nome. Este espaço estava à nossa disposição, mas por causa das obras do Metrô da linha 6, o acesso ficou muito difícil e perigoso.

Estávamos procurando um novo endereço e novamente o Poder

Superior nos mostrou um outro lugar. O Grupo Espírita Bатуíra da Vila Terezinha estava interessado em ter em suas dependências um Grupo de Al-Anon e também de Alcoólicos Anônimos. Após a realização de um CCP e divulgações no local, o Grupo Al-Anon passou a se reunir neste novo local.

Estamos amanhecendo, de novo, na Rua Jorge Pires Ramalho, 70, Vila Terezinha, São Paulo, SP, aos sábados das 10h às 12h. Desejo que o nosso Grupo Novo Amanhecer, amanheça a cada dia e um dia de cada vez, dando flores e frutos como sempre.

*Cida D. - Distrito 5*

## Novo desafio e parte da minha história

**O**lá, tudo bem? Sou Alcides, membro Al-Anon. É com gratidão ao Poder Superior, ao programa do Al-Anon e aos companheiros e companheiras que receberam a mim e minha esposa, de braços abertos quando procuramos ajuda, que passo hoje a prestar serviço como Representante de Grupo.

Chegamos na primeira reunião de Al-Anon, no dia 12/06/2019, justamente no dia do meu aniversário de 51 anos. Chegamos com uma carga pesada e sem rumo, pois quatro dias antes tínhamos deixado nosso familiar, internado em uma clínica para reabilitação de dependentes químicos: - um

choque para toda família.

Mas o agir de Deus, como nós O concebemos, nos reserva surpresas, a partir de um momento tão difícil para nós, familiares, e para ele, o nosso familiar. Hoje, passados três anos e sete meses, estou assumindo um compromisso na prestação de serviço no Al-Anon – eu nunca tinha imaginado isso! Gratidão por tudo que eu recebi e continuo recebendo. Para meu familiar, tudo se tornou aprendizado para seguir a vida. Também ele presta serviço na irmandade que ele frequenta. Presta serviço, também em reuniões nos presídios e reuniões semanais em clínica de reabilitação para dependentes

químicos, entre outras coisas, expressando a gratidão pela sua recuperação. Hoje estamos juntos, eu no Al-Anon e ele na sua irmandade. Agradeço a todos por esse trabalho em que estamos envolvidos, proporcionando meios para a recuperação dos familiares e da nossa.

Gratidão ao Poder Superior sempre. Gratidão ao programa do Al-Anon e gratidão aos membros. Só por hoje, um dia de cada vez, agradeço pela oportunidade.

*Alcides – Distrito 54*



\* A 44ª CSG acontecerá entre os dias 28 e 31 de março de 2023 online. Desejamos harmonia, serenidade e coragem nas decisões.

\* Vamos estudar as Tradições? Inscrito, participe e passe adiante o conhecimento.

Quem não se inscreveu ainda tem vagas.

\* Maio – mês de I.P.: Vamos organizar?

\* Você, seu Grupo... já pensou como comemorar o 15 de maio – Dia do Al-Anon no Brasil?

## REUNIÕES ON-LINE PARA RECÉM-CHEGADOS SIPALANON /ÁREA DE SÃO PAULO

<https://us02web.zoom.us/j/88373857469> (TERÇA FEIRA, 20H00)

<https://us02web.zoom.us/j/84940248127> (QUARTA FEIRA, 15H00)

<https://us02web.zoom.us/j/83498882695> (DOMINGO, 19H30)

É necessário ter a plataforma Zoom instalada no celular ou no computador



SIPALANON - Serviço  
de Informação Paulista  
Al-Anon  
sipalanon@gmail.com  
(0xx11) 3228-7425



SIACAR - Serviço de  
informação Al-Anon/Alateen  
de Campinas e Região

Atendimento: 2ª e 5ª - das 14h às 16h  
siacar.alanon@hotmail.com  
(0xx19) 3236-4398

## Tema da 44ª CSG – 2023

Comunicação – elo fundamental da unidade do Al-Anon/Alateen

2023: Tradições do Al-Anon/Alateen – Obediência ao que não é exigido

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:** Alcione G. - **Diagramação:** Alexandre F.

**Colaboradores:** Diretoria do Comitê de Área Al-Anon de São Paulo, Delegado, Delegado 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](mailto:alanonsp2016@gmail.com)

**O SERVIÇO AJUDA NA NOSSA RECUPERAÇÃO**