

O momento perfeito

Desde que cheguei ao Al-Anon ouço membros falando sobre a prestação de serviço. Esse é um assunto que me parecia muito delicado, afinal de contas as pessoas já tinham muitos compromissos com a família, trabalho, afazeres domésticos, religião (sem contar o tempo que tinham que dedicar ao alcoólico). Então, como me dispor a mais um compromisso? Ter que participar da reunião, não sendo eu “a pessoa que tinha o problema”, já me parecia demais. Teria que me envolver mais ainda? Gastar meu tempo em outros horários parecia inconcebível.

Envolvi-me com o serviço dentro do Grupo logo que cheguei ao programa, porque me convidaram para coordenar as reuniões e eu não conseguia dizer não. Imaginei que fazendo a minha parte dentro do Grupo, já estava de bom tamanho. Não estava nos meus planos ficar por muito tempo no programa mesmo.

Mas tudo isso mudou com a responsabilidade que o serviço me trouxe. Fui me envolvendo, aprendendo sobre o programa e sobre mim mesma. Aos poucos fui me comprometendo mais e me voluntariando a outros serviços e responsabilidades.

Quando me convidaram para ocupar uma posição no Distrito eu achei que não era o momento certo.

Queria organizar melhor meu tempo para poder me dispor a prestar esse serviço. Me preparei por alguns anos, me aposentei, e quando achei que estava tudo sob meu controle, me candi-

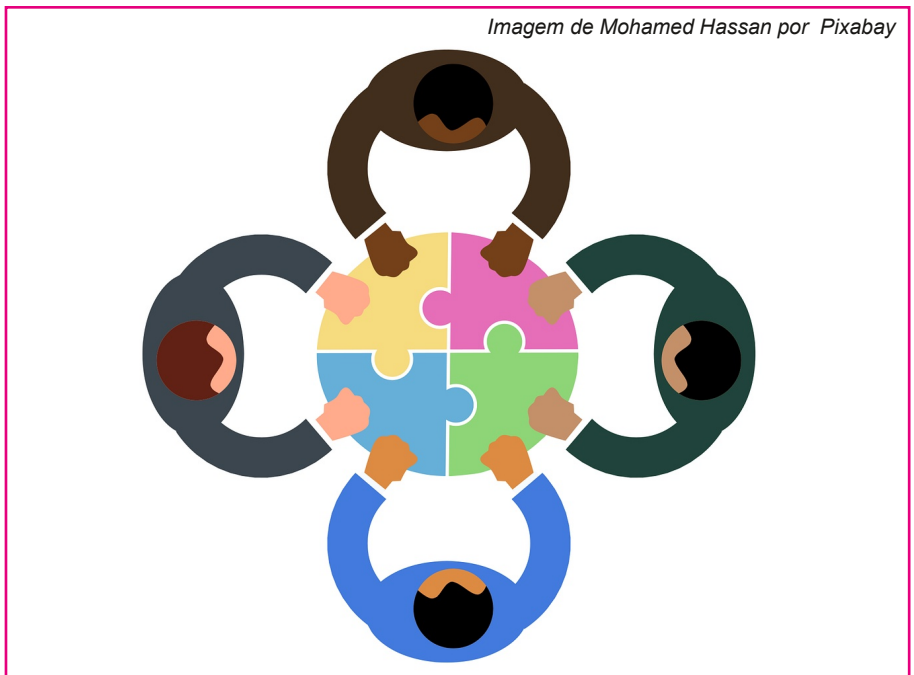


Imagem de Mohamed Hassan por Pixabay

datei e fui eleita.

Estava tudo perfeito... no dia da eleição... Quando assumi o mandato muita coisa já tinha mudado, eu havia voltado a trabalhar e meu momento perfeito tinha saído do meu controle. Se eu tivesse imaginado que isso ia acontecer, com certeza não teria me candidatado a essa posição.

Um ano depois veio a pandemia de COVID-19 que virou de cabeça para baixo a vida de todo mundo.

Foram tempos difíceis, mas os membros se uniram. O amor pelo Al-Anon e a importância que esse programa tinha em nossas vidas nos fizeram superar coisas que pareciam impossíveis. Membros que nem tinham celular, estavam participando de reuniões online do Distrito. Olhando para trás, posso afirmar com toda certeza de que o Poder Superior esteve conosco,

nos orientando e apoiando.

Com certeza não era o momento perfeito de prestar serviço que eu havia imaginado, mas certamente era o momento que o Poder Superior preparou para mim. Tenho certeza de que eu tinha que passar por todo esse aprendizado. O Lema “Solte-se e entregue-se a Deus” nunca fez tanto sentido para mim.

Já está em tempo de começarmos a pensar no próximo mandato. Hoje posso “construir argumentos” para justificar que não estou no momento perfeito para me voluntariar a um outro serviço, ou posso deixar que o Poder Superior prepare esse momento perfeito para mim.

E você? Também está esperando um momento perfeito?

Conhecendo o Alateen

Assumi o cargo de Representante de Grupo no Grupo em que participo e, recentemente, comecei a participar das reuniões de Distrito, me colocar a par do que acontece no Al-Anon fora do Grupo e ter a oportunidade de estudar o **PEP-24/27 Manual de Serviços Al-Anon/Alateen**. A Área passa muitas sugestões de estudo; entre elas ações para conhecer melhor o Alateen, colocando literatura na programação do Grupo, participar das reuniões de estudo on-line sobre apadrinhamento de um Grupo, enfim, se preparar para receber o adolescente nas reuniões de Al-Anon e, quem sabe, abrir um Grupo Alateen no futuro.

Particpei da reunião de estudos on-line e foi muito bom ouvir as experiên-



cias de quem presta serviço como Madrinha ou Padrinho Alateen. Como todo serviço no Al-Anon, requer responsabilidade, amor, dedicação e saber ouvir. Na reunião on-line estudamos o **G-19 Para Iniciar um Grupo Alateen**. É importante ter no Grupo folhetos direcionados aos adolescentes recém-chegados e ter as peças da

Literatura Aprovada pela Conferência (LAC) disponíveis para que as pessoas possam adquirir.

Sempre presto serviço ao Al-Anon e, quando me deparo com coisas novas, vem a ansiedade e o medo, mas tudo dá certo quando temos as informações no Manual, Guias e apoio de membros experientes. O que percebi nos relatos foi que este serviço nos proporciona um aprendizado muito grande, crescimento e sentimento de realização, quando temos a oportunidade de ouvir e ajudar os adolescentes que sofrem com o alcoolismo.

Vera S. – Membro do Distrito 50

Cuidando de mim

Quando cheguei ao Al-Anon me sentia perdida. Soube o que me trouxera até ali, pois não tenho um marido alcoólico e meu pai estava sóbrio havia 23 anos (desde dezembro/1998).

Chegando, percebi os traumas e medos que me acompanhavam. Num momento pós pandemia meu esposo se descontrolou com a bebida me trazendo à tona inseguranças sobre viver o que vivi vendo meu pai - que

sempre foi meu herói - fazer no período do alcoolismo.

Nunca sofri diretamente porque sempre fui a princesa do meu pai, mas o modo como ele, transformado pelo álcool, tratava minha mãe que era uma delicadeza de mulher, me matava.

Meu pai é e sempre foi o melhor pai que eu e meu irmão (falecido) pudemos conhecer, mas o álcool realmente o transformava em alguém que eu nunca mais quero ver.

Hoje vejo e compreendo porque vim ao Al-Anon. Vim e venho para curar feridas e medos que não sou capaz de enfrentar no meu lar, estando no lugar da minha mãe.

Agradeço a todos os membros do Al-Anon que me ajudam a vencer todos os dias e agradeço especialmente meu querido pai que me trouxe aqui.

Franciele B. - Grupo Raio de Sol - Distrito 51

Gratidão a 2024! Seja bem-vindo 2025!

Mais um ano está se encerrando. Nele pudemos superar desafios, realizar projetos, progredir no nosso conhecimento pessoal e do Al-Anon como um todo.

Agradecemos a todos que de alguma forma contribuíram para esse trabalho coletivo e em unidade. Desejamos que no próximo ano o Poder Superior conduza todos nós com muitas inspirações, boa vontade e disposição. Feliz 2025 a você e seus familiares.

Comitê de Área Al-Anon de São Paulo

Aniversário de 40 anos do Distrito

O Distrito 57 completou 40 anos de existência em 4 de agosto de 2024. Uma longa e abençoada caminhada foi trilhada ao longo desse tempo. As dificuldades geraram aprendizados e as boas experiências são mantidas na memória das pioneiras e veteranas que relembram e compartilham os frutos gerados pelo programa do Al-Anon.

No domingo, 22 de setembro de 2024, o Distrito, através dos seus 3 (três) atuais Grupos (Central de Jaca-

reí, Girassol e Mãos Dadas de São José dos Campos), organizou um evento em comemoração ao 40º aniversário e contou com a presença de Paulo A., Delegado de Área Al-Anon de SP, que fez uma valiosa apresentação com o tema: “Boa liderança, boa estrutura, boa recuperação”.

Aproveitamos a ocasião para homenagear três pioneiras que iniciaram o Al-Anon em Jacareí, bem antes de o Distrito se formar. Elas completaram 50 anos de Al-Anon no ano de 2024.

Às pérolas amadas: Rute, Marli e Nair, nossa eterna gratidão e carinho!

Na ocasião, contamos com aproximadamente 30 pessoas, entre membros do Al-Anon e seus familiares. Após encerramento da reunião, tivemos um festejo com salgados, bolos, sucos e refrigerantes. Foi uma tarde muito proveitosa, integrativa e animada.

Mônica R. – membro do Grupo Mãos Dadas, Distrito 57

Da Praça para a sala...

Nós, do Grupo Despertar com Sabedoria, da cidade de Pirassununga, fizemos um trabalho de divulgação, junto com os membros de A.A., em janeiro de 2024.

O local foi a praça central. Arrumamos nossa literatura, para que todos que por ali passassem, pudessem conhecer. O filme de divulgação também foi passado no data show. Mas o que chamou atenção, foi o que aprendi na Assembleia do ano passado, a dinâmica da galinha e da pata...

Fui me aproximando das pessoas, pedindo um minuto de atenção, expli-

cando o que era o Grupo Al-Anon e entreguei o folheto **D-2 Para divulgação do Al-Anon e Alateen**. Percebi que as pessoas estavam com pressa, mas passei, brevemente, a mensagem de esperança do Al-Anon a eles, falei que não ia desistir. Lembro-me de uma moça bonita que estava vendendo doces, me aproximei, pedi licença, pois estava oferecendo os doces para um cliente e rapidamente falei aos dois que, se tivessem algum parente ou amigo com problema de alcoolismo, podiam nos procurar no endereço que estava carimbado no

folheto.

A moça agradeceu e guardou o folheto na bolsa. Passados dois meses, a mãe desta moça veio até o nosso Grupo e, desde então, participa ativamente, na sala e fora dela.

Agradeço ao Poder Superior por nos ajudar a encontrar essas famílias que precisam de esperança. Minha gratidão eterna a esta associação chamada Al-Anon. Que minhas mãos estejam sempre abertas para acolher quem precisa de ajuda.

Márcia B, RD do Distrito 53

Editorial

Prezados leitores,

Nesta edição temos matérias que relatam sentimentos e experiências no caminhar da programação de recuperação de seus membros. O compartilhar de experiências do 21º Encontro e Assembleia de Área de São Paulo nos incentivam à prestação de serviço. E, por falar em incentivo, temos uma novidade! O “Espaço da Literatura”, enriquecendo nosso conhecimento. Meus agradecimentos a todos os colaboradores.

Alcione G. – Editora do Baesp

Carta aberta da Coordenadora de Área

Depois de nosso 21º Encontro de Área, venho agradecer por vocês, membros Al-Anon da Área de São Paulo, existirem!

Na nossa diversidade de cabeças pensantes, de emoções e sentimentos tão diversos – não importa a estatura, aparência – mulheres e homens, de todas as idades, somos movidos pela necessidade de nos recuperarmos dos efeitos que o alcoolismo causou e causa em nós.

Buscamos o bem-estar, bem-estar comum, para que o maior número possível de membros – por que não todos? – se sintam acolhidos, pertencentes e continuem voltando. Se não for este o princípio da atração... desconheço outro modo.

Pequenas coisas, somadas, podem proporcionar esse bem-estar. O abraço, o sorriso que acolhe na chegada, o crachá com o meu nome e do Grupo ao qual pertencço, a lista de assinaturas onde coloco o meu nome – para votar ou não; um lugar para descansar e repor as energias; alimentação; um lugar sem aperto para me sentar no plenário.

De minha parte, **manter a mente aberta** ao novo e diferente, tem me ajudado bastante na percepção desse bem-estar; passa também pelo **escute e aprenda** e o **manter os princípios acima das personalidades**. Sintonizar nos Três Legados me traz sempre de volta à essência do programa: me recupero pelos Passos, mantenho a unidade praticando as Tradições e presto serviço com a “cartilha” dos Conceitos.

Planejar nosso 21º Encontro de Área e a Assembleia anual buscou proporcionar esse bem-estar comum. Temos consciência de que a perfeição é inatingível, mas percorremos um caminho de progresso tentando eliminar as coisas indesejáveis, e buscando envolver todos os participantes de forma



que, ao regressar às suas origens, sentissem que fizeram parte do todo, que desejem continuar voltando... Foi bonito ver o desenvolver dos trabalhos nos grupos, visitar as áreas de exposição, receber os visitantes nas áreas... Interessante também a percepção do conhecimento expressado – algumas coisas já tínhamos escutado, outras sabíamos, e algumas pudemos aprender e despertar nossa curiosidade para ir buscar mais informações.

Al-Anon – tudo a respeito: desde o funcionar do Grupo Al-Anon e Alateen, a consciência de grupo, a Divulgação que “alimenta” os Grupos e assegura a continuidade de nossa existência, os Serviços de Informação Al-Anon – SIAs, que proporcionam acesso a informações e literatura, as finanças que nos sustentam, o Escritório de Serviços Gerais Al-Anon-ESGA proporcionando a unidade e garantindo a estrutura, os instrumentos do programa à nossa disposição, a importância do Anonimato, o Comitê de Área e todos os servidores... O panorama foi apresentado, e todos fazemos parte: em algum lugar existe a minha, a sua, a nossa colaboração; talvez em mais de um lugar, em vários ou muitos...

Jardineiros que somos, buscamos colocar nossos talentos nessa “jardinagem” contínua e coletiva, para que o jardim fique lindo, colorido, perfumado; eu diria um jardim agradável e atraente – para sempre termos vontade de mostrá-lo a pessoas que sofrem e dentro dele possam se sentir em um ambiente seguro, sereno e cheio de

esperança. Da jardinagem fez parte se inteirar das “coisas” do Al-Anon do Brasil, escutando o repasse da 45ª CSG, e das coisas do Al-Anon de nossa Área de SP – o relatório de todos os servidores, a prestação de contas, o orçamento para o próximo período. Também faz parte da jardinagem de alguns aprovar tudo isso, escolher uma entre as sugestões recebidas de Tópico para ser discutido na 46ª CSG e Tema para a 47ª CSG e, além de tudo isso, neste ano, eleger um candidato a candidato a Curador indicado pela Região Sudeste. Outros jardineiros participaram com esclarecimentos, apoio e incentivo. Muitos talentos trabalhando para o bem-estar comum – é assim que observo!

De um leque de dádivas, recebi **amizades** e para trabalhar no jardim, veio a **gratidão**, dentro de uma flor de cor pouco tradicional. Interpreto que não estou sozinha na minha prestação de serviço, apenas preciso continuar expressando minha gratidão. Então, não discuto com o Poder Superior que tem nos conduzido, Ele está certo!

Continuo agradecendo aos membros Al-Anon e Alateen da Área de São Paulo que direta ou indiretamente proporcionaram este 21º Encontro de Área de 2024. Sintam-se abraçados.

Nos vemos por aí...

Josabel S., Coordenadora de Área de São Paulo

Espaço da Literatura

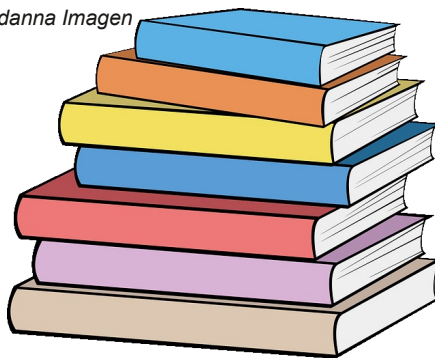
Vou falar da minha primeira peça: o **PEP-6 – Mensagem de esperança**.

Na minha primeira reunião fui presenteada pelo Grupo com essa peça, juntamente com a Oração da Serenidade. Cheguei em minha casa depois da reunião e não li o folheto. Guardei na minha gaveta de camisetas e esqueci lá.

Continuei participando das reuniões, adquirei outras peças de Literatura que estudávamos semanalmente e muito tempo depois, quando fui arrumar a gaveta, o encontrei guardado bem no fundo.

Como é um folheto com poucas páginas, parei a arrumação e sentei para lê-lo. Minha surpresa foi que apesar de ser um texto curto, esclarece muito sobre a doença do alcoolismo e como afeta os familiares. Também fala da aplicação do Programa Al-Anon em nossas vidas com um encorajamento

Imagem de Pandanna Imagen
por Pixabay



para trabalharmos nossas atitudes em vez de ficarmos parados esperando que tudo se resolva sozinho. Com a ajuda dos Doze Passos existe uma esperança.

Naquele momento eu entendi o real motivo dessa peça ser indicada para doarmos a um membro em potencial que chega às nossas salas pela primeira vez. Era tudo o que eu precisava saber naquela minha primeira reunião, mas não aproveitei.

Depois disso, mantenho meu **PEP-6**

– **Mensagem de esperança** em minha biblioteca pessoal e sempre que posso o leio. Cada vez que o faço tenho uma reflexão diferente e aprendo um pouco mais sobre mim mesma. É uma peça para ser lida em todas as horas e apesar de não ser comum nas programações dos Grupos, eu a recomendo para ser estudada nas reuniões.

Rita S. - Coordenadora do serviço especial de Literatura

Você está convidado(a) a compartilhar sobre sua peça da LAC preferida, destacando os pontos positivos e atrativos que encontrou nela. Neste espaço será publicado o seu texto.

Prestando serviço me sinto melhor

Mais uma Assembleia! Que dias maravilhosos compartilhamos!

A cada Assembleia vejo quão rico é o nosso programa. Com quantas surpresas somos presenteados nestes três dias em que nos desligamos do mundo para mergulhar nos assuntos que vão direcionar nosso querido Al-Anon por mais um ano de trabalho.

Quanta alegria em ver um membro novo pela primeira vez, participando. E mais ainda em ver jovens procurando recuperação no serviço. Temos também as emoções dos reencontros, companheiros que vemos somente na

Assembleia. E ainda as emoções das surpresas que o Comitê Organizador nos prepara, uma mais deliciosa que a outra.

No momento do repasse da Conferência de Serviços Gerais (CSG), temos a oportunidade de sentir o que é a CSG. Os relatos do nosso Delegado nos fizeram viajar no tempo e “estar lá”, pelo menos - nos “sentir lá”.

Também temos os momentos de descontração, onde trocamos ideias, mensagens, abraços calorosos... e dançamos, comemorando os encontros.

Escute e aprenda foi o Lema do

Al-Anon que permeou a nossa Assembleia este ano. Uma boa escuta nos traz conhecimento e recuperação e nos move à responsabilidade e comprometimento como membros.

Desde a recepção até o encerramento podemos sentir a ação do Poder Superior nos guiando, sejam em assuntos de serviço ou de recuperação. Mais uma vez me sinto grata por poder participar, feliz por saber que o segredo está na próxima Assembleia e recarregada de energia e ânimo para poder continuar neste caminho.

Até à próxima, serenidade.

Adriana J. – Distrito 52

Al-Anon – Tudo a respeito

Começo agradecendo ao Poder Superior por ter conduzido o 21º Encontro e Assembleia de Área - 2024 dentro de um clima de paz, participação, harmonia, amor e, principalmente, unidade, apesar de alguns imprevistos alheios à nossa vontade. Agradeço a Ele por ter me dado a oportunidade de participar de todo o processo, desde a visita aos possíveis locais para a realização do Encontro até o seu momento final, entre abraços de conhecidos de muitos anos e dos muitos novos que vieram pela primeira vez.

Entre as várias atividades igualmente importantes deste ano quero destacar o trabalho em grupos “Al-Anon - Tudo a respeito”. Foi um desafio pensar, elaborar, organizar, pôr em prática, um trabalho que envolvesse todos os participantes em todas as etapas. Foram muitas reuniões em que pude praticar o programa Al-Anon e ver sua aplicação pelos membros presentes na preparação dessa atividade. Inicialmente, pratiquei os Lemas: **Escute e aprenda, Mantenha a mente aberta e Pense**. Depois tive oportunidade de pôr em prática o **Conceito Cinco**, não na forma de apelação e petição, e sim no direito de ser ouvida e dar a minha opinião. Outros membros que participaram deste processo também tiveram essa oportunidade. Após a colocação de pontos e contrapontos



em várias reuniões, chegou-se a um consenso, guiado pela manifestação do Poder Superior, na consciência coletiva dos membros da diretoria, Delegado e Delegada Suplente, Coordenadores dos serviços especiais e membros do Comitê Organizador. Para que pudéssemos realizar o trabalho, foi necessária a ajuda de outros dois membros, que foram convidados, e prontamente se colocaram à disposição, aos quais nós agradecemos. Nesta etapa ficou claro para mim, que *a Participação é a chave da harmonia (Conceito Quatro)*, sem esquecer da **Tradição Um**, em que o bem-estar comum esteve em primeiro lugar.

A realização do trabalho em grupo durante o Encontro me mostrou o quanto é importante o **Conceito Nove** - *Boa liderança pessoal em todos os níveis de serviço é uma necessidade.*

Era um “serviço” de uma hora e meia e como se fez importante a presença de um líder. (Agradecemos a colaboração de cada um dos líderes). E também senti que quando estamos imbuídos de um único propósito, aplicando a **Tradição Cinco** no objetivo do trabalho, o resultado aparece porque **Juntos podemos fazê-lo**.

Parabéns e gratidão a todos os membros que participaram do 21º Encontro e Assembleia de Área 2024 e espero encontrá-los em 2025.

E aos que, por alguma razão, não puderam participar, fica a mensagem de esperança de que no Al-Anon sempre temos oportunidades de participar e o Al-Anon é e será o que cada um de nós fizer por ele com **amor e gratidão**.

Suely M., Secretária do CAASP

Mensagem de agradecimento

Queridos membros do Grupo Esperança, neste momento estou emocionada, compartilhando alegria por mais um ano do nosso maravilhoso Grupo, primeiro lugar onde conheci o sentimento de pertencimento.

Apesar da ausência e da distância,

sinto como se estivesse sempre com vocês. Muito obrigada por me mandarem notícias do Grupo. Se for da vontade de Deus, que Ele permita que nosso Grupo exista sempre, acolhendo e curando emocional e espiritualmente nós, familiares e amigos de alcoólicos.

Tenho muito carinho por todos e fico grata e feliz por pertencer ao Al-Anon.

Meus votos de felicidades com muito amor e gratidão por tudo que recebi. Levo o Al-Anon dentro de mim e quando tenho oportunidade, divulgo.

Wilma - Grupo Esperança, Distrito 2

Cuidar e zelar para florir



Na dinâmica de encerramento da Assembleia de Área de 2024, fizemos a leitura das páginas 32 e 33 do **P-78 Quando prestei serviço, me senti melhor**. O texto nos fez lembrar quando chegamos ao Grupo como visitantes - deram-nos as boas-vindas, fomos recepcionados com carinho, e compartilhamos um pouco do nosso sofrimento; saímos com nosso coração mais leve e sereno.

Reunião após reunião começamos a perceber que aquele lugar era cuidado por aqueles jardineiros - membros servidores de confiança que cuidavam e zelavam com gratidão.

Hoje, de visitantes, passamos a ser



todos jardineiros; percebemos que também precisamos fazer a nossa parte como membros voluntários que entendem que a prestação de serviço profunda, melhora nossa própria recuperação e nos dá uma oportunidade de colocar a gratidão em ação.

Esse é o Al-Anon que encontramos: esse lindo jardim!

Mas o que fazer para que esse lindo jardim possa ser visitado por outros familiares e amigos de alcoólicos?

O que nos trouxe a esse jardim foi o sofrimento, mas o que nos mantém nele é muito mais forte: é a recuperação, a unidade e o serviço.

Lembre-se que fazer florescer é cuidar da sua própria recuperação.

Cuide e zele por sua própria recuperação... e assim este jardim continuará sempre lindo para acolher, sempre mais e mais, familiares e amigos de alcoólicos.

Izilda P., Comitê Organizador do 21º Encontro e Assembleia de Área 2024

Minha Jornada no Al-Anon

Imagem de ddzphoto por Pixabay



Cresci em um lar marcado pelo alcoolismo. Meu pai bebia desde antes de eu nascer, e isso fez a minha infância ser bem difícil. Quando completei 21 anos, minha vida começou a mudar de verdade ao descobrir o Al-Anon. Esse Grupo se tornou um apoio fundamental para mim.

Por meio das reuniões, aprendi a amar e a aceitar que o alcoolismo do meu pai não era minha responsabilidade. Foi um desafio, mas muito necessário. Aprendi a focar na minha vida e a me desligar amorosamente da vida dele.

Apesar de ter tido uma infância ruim, minha vida adulta é muito boa. Hoje,

me sinto feliz e abençoada. Essa jornada não foi fácil, mas com o apoio do Al-Anon, encontrei a força que precisava para transformar minha vida. Sou grata por cada passo que dei e pela vida que construí até aqui.

Bianca M., Grupo Vila Gomes Cardim – Distrito 8

❖ No período entre 23 de dezembro de 2024 e 1 de janeiro de 2025, não haverá expediente no escritório do CAASP. A partir de 2 de janeiro de 2025, atendimento normal, das 9h40 às 16h.

❖ Já leu o Resumo da 45ª Conferência de Serviços Gerais? Já esteve no repasse da Conferência com o Delegado de Área? E entregou o questionário “A Conferência chegando ao Grupo”? Se sim, agradecemos; se ainda não conseguiu, dá tempo de fazer. A opinião dos membros é muito importante.

REUNIÕES ON-LINE DE ACOLHIMENTO A FAMILIARES DE ALCOÓLICOS SIPALANON/ÁREA DE SÃO PAULO

Reunião para aqueles que ainda não conhecem o programa de recuperação Al-Anon
<https://us02web.zoom.us/j/83498882695> (DOMINGO, 19H30)

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

ATENÇÃO: em 2024, reuniões até dia 22 de dezembro. Retomamos em 2 de fevereiro de 2025.



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 46ª CSG – 2025:

Princípios acima das personalidades – a unidade tem pressa

2024: Manual de Serviços – conhecer para praticar o programa Al-Anon/ Alateen

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 Boletim.

Mandem matérias e informações para alanonsp2016@gmail.com

O SERVIÇO AJUDA NA NOSSA RECUPERAÇÃO