

Bienvenido Octubre..!!

Llega un nuevo mes, y con el tan solo amor nuevas metas e ilusiones..



Gracias septiembre por todo lo que me diste..!!

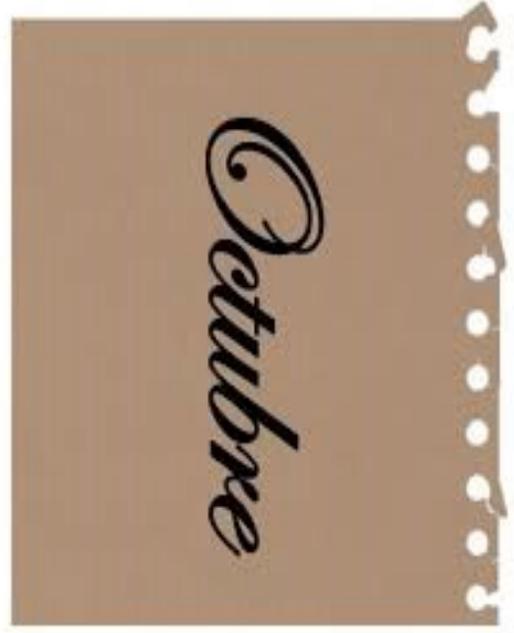
Te deseo que sea un mes lleno de Bendiciones..!!

Llámenos para mas información sobre nuestros servicios al (562) 948-2190

Fecha limite para recibir sus anuncios: el día 10 de cada mes

vía Fax: 562-948-2122
(llame para asegurarse de que recibimos su fax)
o por correo electrónico a:

boletinsocal@gmail.com



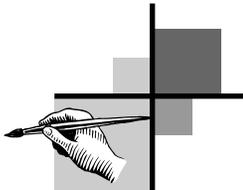
OFICINA INTERGRUPAL HISPANA
DEL SUR DE CALIFORNIA, INC.

11627 E. Telegraph Rd. #150
Santa Fe Springs, CA 90670

DATED MATERIAL

Current Resident

PRSR1 STD
NON-PROFIT ORG
U.S. POSTAGE
PAID
SFS, CALIF.
PERMIT NO. 50



Directorio de Servidores

Cordinadora General	Raquel Barajas	(562) 948-2190	coordinadoraSoCal@gmail.com
Co-Cordinadora	Miriam Méndez	(626) 840-8404	Miriammendez@sbglobal.net
Secretaria	Gina González	(562) 948-2190	gnahgs@hotmail.com
Tesorera	Maricruz H.	(562) 948-2190	TesoreriaSoCal@gmail.com
Coor. De Literatura	Martha Pinedo	(626) 419-0504	pinedo_martha@yahoo.com
Coor. De Registros	Anthony Ávila	(562) 209.9983	RegistrosSoCal@gmail.com
Coor. De Boletín	Rodolfo Paredes	(626) 993-4358	BoletinSoCal@gmail.com
Webmaster	Edith R.	(626)340-9008	Webmaster@OficinalIntergrup-HispanaAl-Anon.org
Coor. De Alateen			
Coor. De Eventos	Carolina Graciano	(562) 948-2190	Caro.Graciano@yahoo.com
Coor. De Voluntarios	Nena	(909) 762-8985	NenaLupercio65@gmail.com
Nominaciones e Historia	N/A		

#80 GFA. Fortaleza, Esperanza y Amor

Les hace una invitación a su aniversario # XXVII
El Sábado 13 de Octubre de 2:00 a 11:00 p.m.

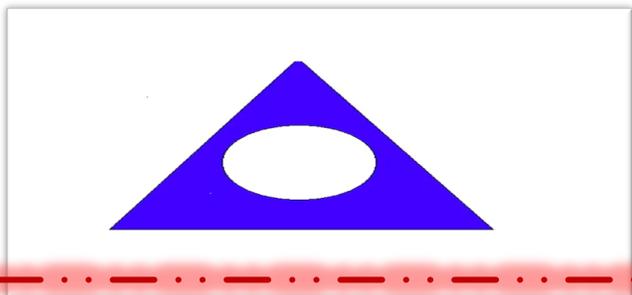
3355 E. Gage Ave. Huntington Park Ca. 90255

Planificadas: 28 de Septiembre

Y 10- 11- 12 de Octubre das de 6:00 a 9:00 p.m.

En el local del grupo: 8141 State St. South Gate, Ca. 90280

Celia: (562) 965-4252 Laura (562) 686-6497



¡¡ ATENCION !!

Este boletín tiene como propósito mantener informados a los miembros de grupo sobre lo que sucede en nuestra Hermandad Al-Anon, a mantener y mejorar la comunicación de los Grupos y la Oficina Intergrupual Hispana.

Este boletín es gratis para el grupo. Si tu eres la persona que recibe el boletín (cuando la etiqueta tiene un numero (#) en el lado superior derecho, pertenece al grupo), por favor llévalo al grupo para que se lea y así mantener al grupo informado. Ahora, si deseas recibir una publicación personal, dentro de esta pagina encontrarás el formulario, llénala y envíala con tu donación monetaria. Nuestra Sexta Tradición declara que Al-Anon no apoya ninguna empresa ajena.

SEPTIMA TRADICION EN ACCION

La contribución de grupos a la Oficina es para sufragar los servicios esenciales de Al-Anon a la comunidad. Agradeciendo su apoyo, por favor hacer su Cheque o Money Order a:

OFICINA INTERGRUPAL HISPANA AL-ANON

Nombre del Grupo o persona _____

Ciudad _____

Numero de Grupo # _____ Tipo de grupo _____

Al-Anon, Enfoque Hijos Adultos, o Alateen

Cantidad de donación _\$ _____ Fecha de envío _____

Envíelo a la Oficina Intergrupual Hispana Al-Anon

11627 E. Telegraph Rd. Suite 150 Santa Fe Springs, CA 90670



DESEAS RECIBIR EL BOLETIN EN TU CORREO ELECTRONICO?

ENTONCES ENVIA UN MENSAJE A TU SERVIDOR DE BOLETIN:

RegistrosSoCal@gmail.com

DONACION PERSONAL DE BOLETIN

NUEVO 6 MESES \$ 10.00 FECHA DE DONACION _____

RENOVACION UN AÑO \$15.00 _____

Nombre _____

Dirección y Apartamento _____

Ciudad, Estado y Código Postal _____

Numero de Teléfono () _____

Envíelo a la Oficina Intergrupual Hispana Al-Anon

11627 E. Telegraph Rd. Suite 150 Santa Fe Springs, CA 90670

XXXIX Convención Hispana de AL-ANON/ALATEEN

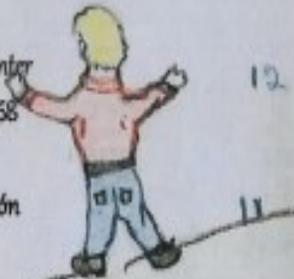


Del Estado de California

“Sueña sin Miedo, Vive sin Límites”

Noviembre 16, 17 y 18 del 2018
Con Participación de AA.

Sheraton Fairplex Hotel & Conference Center
601 W. McKinley Ave., Pomona, CA 91768
Reservaciones: 1-888-627-8074
Clave para Reservar: Al-Anon Convención



Registros: Donación \$ 25.00
Donación Alateen \$10.00
Contacto: Aracely 1 (323) 620-9499

Banquetes: \$ 58.00
Contacto: Rocio 1 (909) 753-4984

Lugar y Alojamiento
Contacto: Yessenia 1 (562) 500-2199

Este Evento Reune El Komunito Para La Seguridad De Miembros De Alateen
“Al-Anon Es Una Asociación No Lucrativa Donde Nuestro Único Propósito Es Ayudar A Los Familiares Y Amigos De Los Alcohólicos”

1 PASO Grupos de Familia Al-Anon

ANUNCIOS DE SU OFICINA INTERGRUPAL

Reporte de Servicio de Voluntarios del mes de Agosto del 2018

Llamadas por primera vez.....= 25	Llamadas misceláneas= 79
Llamadas a otros grupos de 12 Pasos = 3	Llamadas en la maquina de mensajes = 17
Llamadas de profesionales= 2	Horas Trabajadas por Voluntarias.....179

Les Invitamos a la próxima junta de la Oficina Intergrupala Representante Servicio Intergrupala (RSI),

Octubre 13, Diciembre 8, exactamente a las 11 am.

(el segundo sábado del mes par) 5780 Pioneer Blvd., Whittier, CA 90606

Guirado Park Por motivos de seguridad, favor NO LLEVAR NIÑOS

ALTO. No sufran tanta hambre, ira, soledad o cansancio. Utilizo este recordatorio para ayudarme a fijar límites sanos para mí, cosa que no aprendí como hijo de un alcohólico. En el pasado, a menudo creía que debía pasarme varios días sin comer o dormir, También ponía a prueba los límites de mi capacidad para afrontar enormes dosis de tensión y aislamiento sin prestar atención a mis necesidades emocionales. En Al-Anon he aprendido una manera más suave y sencilla de ocuparme de mí. Me parece muy útil tener una lista breve de los sectores básicos en los que paso por alto mi propio bienestar: alimentación, salud emocional, compañerismo y descanso físico. Primero, ¿me hace ruido el estómago? Entonces tengo que detener lo que estoy haciendo y comer algo. ¿Estoy demasiado enfadado para detalles triviales de mi vida? Si es así, puedo tomarme un descanso y pegarle a un almohadón o participar en algún ejercicio físico. ¿Me siento solo? Podría ir a una reunión o llamar a mi Madrina. Finalmente, ¿Estoy tan cansado que no puedo mantener los ojos abiertos? Entonces es hora de dormir una siesta o de ir a la cama por una noche de sueño profundo. Pensamiento del día: Cuando me siento tenso, me detengo “Podemos estar atentos a la señal de ALTO y prestarnos atención particular cuando sufrimos hambre, ira, soledad o cansancio”

Courage to Be Pg. 139

Esperanza Para Hoy Pg. 96

Reporte de Tesorera - Julio 2018

Numero y nombre del grupo	Cantidad	Numero y nombre del grupo	Cantidad
HA6 Abramos el Corazón	\$30.00	34 Libertad	\$20.00
44 Abre Las Ventanas al Amor	\$10.00	66 Luz de Vida	\$30.00
16 AL-ANON Español	\$10.00	3 Nueva Vida	\$60.00
47 Alegría	\$20.00	69 Nuevo Amanecer	\$25.00
37 Amor y Compresión	\$40.00	95 Nuevo Despertar	\$10.00
73 Aprendiendo Amar	\$20.00	22 Nuevo Despertar	\$25.00
10 compleción Y Recuperación	\$10.00	38 Nuevos Caminos	\$30.00
65 Cultivando la Paz	\$15.00	88 Otro Comienzo	\$20.00
HA5 de La Supervivencia a la Recuperación	\$20.00	23 Panorama de Amor	\$40.00
58 De Regreso a lo Fundamental	\$30.00	24 Por la Gracia de Dios (Junio, Julio y	\$80.00
89 Despertar	\$15.00	HA4 Regreso a la Plenitud	\$45.00
62 El Despertar	\$20.00	20 Renacimiento	\$10.00
HA1: Encontrado Equilibrio	\$10.00	61 Semillas de Esperanza	\$30.00
14 Enfoque para padres de Hijos Alcohólicos	\$25.00	124 Senderos de Amor	\$47.00
174 Esencia de Vida	\$10.00	124 Senderos de Amor	\$43.00
105 Esperanza Para Hoy	\$25.00	60 Un Dia a la vez	\$15.00
HA1: Hijos Adultos Hesperia	\$20.00	79 Una Luz en el Desierto	\$10.00
29 La Gran Familia	\$65.00	93 Una Luz en mi Camino	\$30.00
51 La Nueva Luz	\$20.00	21 Valor Para Cambiar	\$30.00
1 Latino Americano	\$40.00	HA2 Vive y deje Vivir	\$20.00
34 Libertad	\$20.00	78 Volver a vivir de Nuevo	\$10.00
Donaciones / Venta de literatura		Gastos / Transferencias	
Contribución de grupos	\$1,105.00	Renta de oficina	\$1,443.60
Venta de literatura	\$2,765.26	Venta de Literatura / Transferencia	\$2,765.26
Impuestos de literatura	\$307.68	Impuestos / Transferencia	\$307.68
Contribución de boletines	\$15.00	Teléfono e internet	\$187.26
Contribución de directorios	\$24.00	Citio de Internet/website de Oficina	\$27.95
Cargo de envío por correo	\$13.41	Voluntarios - Millaje reembolsado	\$290.00
Circulo de Ganadores (SCWS para Alateen)	\$25.00	Franchise Tax Board	\$50.00
Contribución Personal	\$8.00	Office supplies	\$169.54
Rifa del Evento de anv de la oficina	\$201.00	Lit don. Para el evento de la oficina	\$83.35
Evento de la oficina (Anv. Oficina)	\$1,701.71	Gastos de envíos por correo	\$13.41
CD	\$35.00	Gastos de Boletín Julio	\$12.06
Donación de literatura a oficina	\$566.00	Gastos varios del evento	\$566.80
		Total de gastos y transferencias	\$5,916.91
Total de donaciones y ventas	\$6,767.06	Total de donaciones y ventas	\$6,767.06
		Total de gastos y transferencias	\$5,916.91
		Saldo a Favor	\$850.15
Maricruz Hernández			
Tesorera			

Al-Anon Hijos Adultos Juntas de Unidad 2018

Grupo FAHA Aprendiendo a vivir
Martes 16 de Octubre de 8:00 a 9:30 p.m.
1901 W. Pacific Ave Ste. 280 W. Covina Ca. 91790
Tema: Libertad de Sentir Libro Abramos el Corazón
GFAHA VIVE Y DEJA VIVIR
Jueves 15 de Noviembre del 2018 de 7:30 a 9:00 p.m.
585 E. Colorado Pasadena, Ca.91101
La Gratitud me Dio Poder Sobre mí Estado de Animo
Libro de la Supervivencia a la Recuperación Pg. 101

#1 GFA. Latino Americano

Les Estamos Pidiendo su Apoyo a Nuestras Reuniones:

Los días Lunes y Miércoles a las 7:00 a 8:30 p.m.

415 St. Louis St. Los Ángeles CA. 90033 Mary (323)382-7616
Sandra (323) 424-8381 HOLLENBECK PARK

#2 GFA "PUERTA ABIERTA"

Pide Apoyo a sus Reuniones los martes de 7:00 a 8:30p.m.

415 St. Louis. Los Angeles Ca. HOLLENBECK PARK
Yolanda :(323) 244-0412

#106 "LA NUEVA LUZ"

Les Invita a su Nueva Reunion los Domingos de 9:00 a 10:30 a.m. En el Segundo Piso

2510 N. Grand Ave. Santa Ana Ca. 92705 St. 103

#37 GFA "AMOR Y COMPRESION" Les Invita a su Nueva Reunión para Padres y Abuelos de Alcohólicos todos los Miércoles a las 6:30
8756 E. Artesia Blvd. Bellflower Ca. 90706

#15 Arco Iris LGBT. (Lesbianas, Gays, Bisexual y Transgénero)

Tiene sus reuniones todos los martes de las 8:00 9:30p.m.

1147 South Alvarado St. Los Ángeles, Ca. 90006

Francisco(323) 636-5568

Aniversarios

#148 GFA. "Un Nuevo Camino"

El 4 de Octubre de 6:00 a 9:00 p.m.

Les invita cordialmente a su aniversario # XXXV

Con oradores invitados Al-Anon, A.A., A.H.A.

401 Veterans way Colton Ca. 92324

Maria: (909) 682-5554 Graciela: (909) 758 -1048

#134 GFA. "El Grupo Arco Iris"

Les hace la cordial invitación a su aniversario # XII

El Sábado 20 de Octubre de 12:00 a 4:00 p.m.

5465 E. Citronell Ave. Pico Rivera, Ca. 90660

Oradores Invitados : Al-Anon, A. H. A.

Sara: (562) 857-9555

#HA9 GFAHA " ESPERANZA"

Se Complace en Invitarlos a su VIII Aniversario

El Domingo 21 de Octubre del 2018 de 8:00 a 11:30 a.m.

4270 Acacia Ave. Pico Rivera, CA. 90660

Antonia: (323) 721-0820 Maricruz (213) 220-9952

#93 GFA. "UNA LUZ EN MI CAMINO"

Se Complace en Invitarlos a su XXV Aniversario

Martes 30 de Octubre del 2018 de 9:30 a.m. a 11:30 a.m.

4018 Hammel St. "Hall" Los Ángeles, Ca. 90063

Ana Maria (323) 261-8270 Carmelita: (323)9009020

LOS TRES LEGADOS

Décimo Paso

Me disgusté cuando leí por primera vez este Paso. Sentí que me había equivocado durante la mayor parte de mi vida y parecía que este Paso sería una continuación de ese sentimiento. Una noche, en una reunión, escuché a una persona leer el Décimo Paso "proseguimos con nuestro examen de conciencia, admitiendo espontáneamente nuestras faltas al momento de reconocerlas". El énfasis estaba en nuestras, no en faltas. Por supuesto, cometo faltas en algunas ocasiones, pero de igual forma tengo la razón. La lectura de ese Paso me dio la libertad de fijarme en mi comportamiento desde un punto totalmente diferente. Al final de cada día, puedo examinar lo que he hecho durante el día y determinar si tengo que cambiar mi comportamiento. A veces tengo que reparar el mal causado. Sin embargo, también me doy cuenta de que he hecho algunas cosas que son beneficiosas, no solo para mí sino también para los demás. Dicho Paso se relaciona con las tareas domésticas diarias, tal como tender las camas, preparar la cena y lavar los platos. Al practicar ese Paso, elimino las telarañas con mi programa.

En Busca de la Libertad Personal Pg. 53

Décima Tradición

Hace poco me di cuenta que no estaba aplicando la Décima Tradición en mi relación con mi hija adulta. Se casó con alguien que es parte de una familia de alcohólicos activos y a menudo llama para desahogarse de su frustración. Hasta el momento, se ha negado a asistir a Al-Anón. Me di cuenta de que le estaba diciendo lo que yo haría, como si yo fuera una autoridad en el asunto. También le hice preguntas, lo que provocó que ella se sintiera mal o se enojara. Eso produjo una ruptura esporádica en nuestra relación. He Llegado a pensar en su situación como un "asunto ajeno". He aprendido que a menos que ella pida un consejo específico o una opinión, yo no debería dárselo. También es importante que yo no sólo guarde mis opiniones para mí, sino también que suelte las riendas por completo. De lo contrario, esos pensamientos tienden a revelarse a través de mi lenguaje corporal y el tono de mi voz. Cuando me esfuerzo por juzgar y criticar menos, entonces tengo la libertad de prestarle un oído atento y darle a mi hija el amor que ella necesita.

En Busca de la Libertad personal Pg. 109

Décimo Concepto

Antes de llegar a Al-Anón me dijeron que dejara de jugar a ser Dios. En ese momento, me sentí insultada. Después de todo, solo trataba de ayudar. Pensé que conocía el sendero del alcohólico que formaba parte de mi vida debía seguir, e hice todo lo que pude por lograr que lo siguiera. Pensé que mi lucha era con el alcohólico. Sin embargo, me di cuenta que al tratar de hacer por el alcohólico lo que solo su Poder Superior podía hacer, realmente estaba jugando a ser Dios. Cuando trato de manejar los asuntos de otra persona, rápidamente me encuentro en medio de un caos provocado por la administración de doble dirección. Estoy agradecida con el Dios de mi entendimiento, así como la otra persona, puedan manejarse bien sin mí.

En Busca de la Libertad Personal Pg. 163

Distritos, Talleres u Otros

Distrito 48 REUNIONES 2018

Nos reunimos el último Martes de cada mes en:

First Christian Church 7:00 pm a 9:00 pm

10909 New St, Downey, CA 90241 Septiembre 25, Octubre 30,
Noviembre 27 y Diciembre 25.

Clara (310) 220 - 7411 y Mari Cruz (323) 206-7111

Distrito 64 REUNIONES 2018

Las juntas para este Distrito están programadas para el segundo sábado de cada mes non

Noviembre 10

Morgan Park / 10:00 AM a 1:00PM

4100 Baldwin Park Baldwin Park, CA 91706

Rep de Distrito 64 Marcelino Martínez D64rdh@gmail.com

Alt de Rep de Distrito 64

Secretaria Distrito 64 Ana Schettini Anitabonita25@hotmail.com

<http://www.scwsd64.org>

URGENTE

La Oficina Intergrupar necesita servidores voluntarios!! Si puedes dar un poco de tu tiempo por favor comunícate con

Nena al (909) 762-8985 Gracias!!

“Cuando las personas dan una mano, la vida adquiere sentido”

Valor Para Cambiar p. 188

“Han visitado nuestro sitio de red últimamente? Vaya e inscribase en La página de visitas (visitantes) y díganos sus comentarios.”

www.oficinaintergruparhispanaal-anon.org



Grupos de Familia Al-Anon

Fortaleza y esperanza para los amigos y familiares de bebedores problema

Vengan y celebremos la hermandad

Cumpliendo y Transmitiendo el mensaje de Recuperación

ANIVERSARIO #LVII

De Al-Anón

6 de Octubre del 2018

De 11:00 a.m. a 6:00 p.m.

2323 Workman St.

Los Ángeles, Ca. 90026

Nota: favor de traer un sándwich o torta para compartir