

## ¿Te duele la forma de tomar de alguien querido? Los grupos Alateen pueden ayudarte...



### ¿Qué es Alateen?

Alateen forma parte de Al-Anon. Es para jóvenes de 12 a 20 años cuya vida ha sido afectada por la bebida de otra persona.

### Cuando los jóvenes se reúnen en los grupos Alateen:

- **Comparten experiencia, fortaleza y esperanza entre sí.**
- **Hablan de sus dificultades.**
- **Aprenden formas eficaces de enfrentar sus problemas.**
- **Se ayudan entre sí a comprender los principios del programa Al-Anon y Alateen.**

Alateen, parte de los Grupos de Familia Al-Anon, es una hermandad constituida por jóvenes cuya vida ha sido afectada por el alcoholismo de un familiar o un amigo íntimo. Nos ayudamos mutuamente compartiendo nuestra experiencia, fortaleza y esperanza.

Estamos convencidos de que el alcoholismo es una enfermedad que afecta a la familia desde el punto de vista emocional y, a menudo, físicamente. Aunque no podemos cambiar ni controlar a nuestros padres, podemos desprendernos emocionalmente de sus problemas y aún seguir amándolos.

No discutimos sobre religión ni nos afiliamos con ninguna organización externa. Nuestro objetivo primordial es solucionar nuestros problemas. Tenemos sumo cuidado en proteger el anonimato de cada miembro, al igual que el de todos los miembros de Al-Anon y AA.

Aplicando los Doce Pasos a nosotros mismos, comenzamos a crecer mental, emocional y espiritualmente. Estaremos siempre agradecidos a Alateen por brindarnos un programa tan maravilloso y saludable para disfrutarlo y seguirlo en nuestra vida.

*Preámbulo sugerido de Alateen para los Doce Pasos*



## ¿Te preocupa la forma de beber de un ser querido?



*Hoy tenés un lugar*



Entidad de Bien Público sin Fines de Lucro  
Personería Jurídica N° C. 6083  
Registro Bienestar Social N° 2237

**Oficina de Servicios Generales Al-Anon para la República Argentina**  
Alsina 1441 – 1° Piso Of. 102/103  
Ciudad de Buenos Aires (1084)  
Tel: 4382-9211 /Fax (011)4382-9229

**0800 333 0784**

Lunes a viernes de 13:00 a 17:00 hs  
osg@alanon.org.ar  
www.alanon.org.ar



## ¿Te has sentido ofendido o avergonzado por el comportamiento del bebedor?

A millones de personas les afecta el exceso en la bebida de alguna persona allegada.

*¡Hoy tenés un lugar!*



*Hoy tenés un lugar*



A. ALSINA 1441 1°PISO OF.102, C.A.B.A.  
INFO@ALANON.ORG.AR  
+54 011 4382-9229/0800-333-0784  
WWW.ALANON.ORG.AR

/AlanonArgentina  
/alanon\_argentina  
@Alanon\_Arg  
Al-Anon Argentina

## No es necesario beber para sufrir los efectos de alcoholismo. Los familiares y amigos están afectados.

El alcoholismo es una enfermedad “de la familia”. Beber compulsivamente afecta al alcoholico y al mundo que lo rodea: amistades, empleo, hijos, padres, relaciones amorosas, matrimonio, todos sufren los efectos del alcoholismo. Los que quedan más profundamente afectados son los que están en contacto directo con el alcoholico. Reaccionando ante el comportamiento del alcoholico. Tratamos de controlar la bebida de este, pero vemos que hacerlo está fuera de nuestro alcance. No tardamos en sentirnos culpables, asumiendo el dolor, temores y culpas del alcoholico.

- ¿Te sentís confuso, deprimido y nervioso?
- ¿Te agobian los temores?
- ¿Rechazas invitaciones o reuniones familiares y sociales?
- ¿Te sentís avergonzado?

## Ayuda y esperanza

Los que llegamos a Al-Anon lo hacemos desesperados, incapaces de pensar en una posibilidad de cambio, incapaces de seguir adelante. Nos sentimos defraudados por nuestro ser querido, abrumados de responsabilidades, creemos que estamos solos. No importa qué nos ha impulsado a

acudir a Al-Anon: el comportamiento de un amigo alcoholico, del cónyuge, de un hijo, hermano, o pariente alcoholico. Poco a poco en las reuniones aprendemos a enfrentar este problema sinceramente, actuando con fe y valor. Los familiares de los alcoholicos, sin lugar a dudas, necesitamos de Al-Anon para aprender a vivir a pesar de la confusión y desesperación creadas por el problema de la bebida constante. En Al-Anon ganamos confianza en nosotros mismos y aprendemos que, a veces, el rechazo más obstinado de toda ayuda puede cesar al ver que la actitud de la familia va mejorando al comprender la enfermedad del alcoholismo y la comprensión de nosotros mismos.

“Cuando alguien, dondequiera que sea, pida ayuda, que nunca falte allí la mano de Al-Anon y Alateen, y que empiece por mí”



¿Te sientes atrapado? Si la bebida de otra persona está afectando tu vida, Al-Anon y Alateen pueden ayudarte.



## INFORMACIÓN PARA PROFESIONALES

Muchos miembros Al-Anon continúan buscando ayuda profesional además de la habitual asistencia a las reuniones. La relación entre Al-Anon y la comunidad profesional siempre ha sido de intercambio, cooperación y apoyo.

## Aprovechando otros recursos

El propósito de Al-Anon es ayudar a familiares y amigos de alcoholicos. Nos reunimos para obtener comprensión y orientación para afrontar los efectos del alcoholismo. Con el tiempo, descubrimos que los principios de nuestro programa pueden aplicarse en todos nuestros asuntos. Pero hay momentos en que, con el objeto de resolver circunstancias particularmente difíciles, necesitamos ayuda y apoyo más especializado, como terapia o asesoría letrada. Muchos nos hemos beneficiado atendiendo a estas necesidades, además de asistir a Al-Anon.

## Al-Anon coopera con los profesionales brindándoles:

- Oradores y literatura para conferencias, talleres y reuniones.
- Reuniones abiertas.
- Reuniones en escuelas, instituciones y otras dependencias.
- Direcciones y horarios de reuniones de grupos locales.
- Gran variedad de publicaciones.
- Invitaciones para asistir a nuestras reuniones abiertas a todo público.

“En el caso de pacientes que conjuntamente con el tratamiento concurrían a Al-Anon, la evolución de ellos era manifiestamente más favorable.”

**Dra. Eva Giberti**

Psicóloga y Asistente Social

Coordinadora del programa de víctimas contra la violencia, dependiente del Ministerio de Justicia

