

¿Dudas acaso de tu cordura?

Cuando la forma de beber de otra persona es parte del problema...

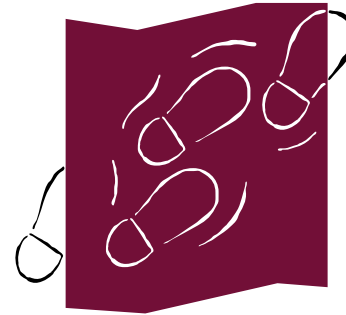
Al-Anon puede ayudar.

S E R V I C I O

GRUPOS DE FAMILIA AL-ANON
esperanza para los familiares y amigos de los alcohólicos



¿Siente que no tiene a dónde recurrir?



“Quería quedarme en la cama todo el día.”

“No puedo creer que esto me haya sucedido a mí.”

“Yo estaba segura de que era él quien estaba loco; por eso me sorprendí cuando fui yo quien terminé en la sala de un hospital psiquiátrico.”

“Fui a un centro médico para pedir ayuda.”

“Ya no podía soportar más. Llevé a mi esposa a un hospital psiquiátrico porque ya no sabía que hacer.”

“Cada día era como estarse muriendo poco a poco.”

Invitación de Al-Anon

Los invitamos a que trate de practicar nuestro programa. En las reuniones Al-Anon conocerá otras personas que tienen los mismos problemas que usted.

En Al-Anon comenzamos a recuperarnos de los efectos causados por el contacto directo con un alcohólico. Hacemos esto compartiendo nuestras experiencias con otras personas. Cuando comenzamos a entender la enfermedad familiar del alcoholismo, estamos en mejor disposición de tratar nuestros problemas y mejorar nuestra vida.

Al escuchar y hablar con otros en las reuniones de Al-Anon obtiene apoyo y comprensión. En Al-Anon ya no está solo (a). Le exhortamos a que se comunique con el grupo de familia Al-Anon más cercano.

No existen cuotas ni honorarios. Nuestras reuniones son gratuitas. Cubrimos los gastos de nuestro grupo pasando la cesta. Todas las contribuciones son voluntarias.

Anónimo y confidencial. Tanto su identidad como lo que usted diga en la reunión será cuidadosamente protegido.

Es el momento de buscar ayuda

El alcoholismo es una enfermedad de la familia. Afecta a toda persona allegada al alcohólico. La mayoría de nosotros pensamos que el alcohólico es quien tiene que cambiar. Escuchar que nosotros también necesitamos cambiar y que es tiempo de mirar nuestra vida, nos toma por sorpresa. Asistiendo a una reunión Al-Anon, encontrará ayuda y comprensión. Ya no estará solo (a).

Existe una mejor manera

¿Está usted harto (a) de sentirse harto (a)? ¿Ha intentado todo lo que se le ha ocurrido, y nada parece funcionar? No sea demasiado riguroso ni se dé por vencido. Se encuentra en un momento crucial. Hay esperanza. Si desea que su vida sea diferente, Al-Anon le ofrece una mejor manera. En las reuniones Al-Anon conocerá personas que comprenden su frustración.

Le exhortamos a que trate Al-Anon.

Al igual que usted, todos en Al-Anon sabemos lo que es vivir en la incertidumbre del alcoholismo. En esta crítica etapa de su vida, puede comenzar a avanzar al averiguar dónde se celebran reuniones Al-Anon en su vecindario. Antes de salir de la institución, pídale a su consejero o a algún miembro del personal que lo ayude a ponerse en contacto con un grupo Al-Anon.

LISTA DE REUNIONES AL-ANON EN SU VECINDARIO:

O llame a: **1-888-4AL-ANON (1-888-425-2666)**

Estados Unidos y el Canadá. De 8 de la mañana a 6 de la tarde hora del Este, de lunes a viernes

Al-Anon y Alateen se sostienen por medio de las contribuciones voluntarias de sus miembros y por la venta de nuestra Literatura Aprobada por la Conferencia.

Titulo original: Doubting your Sanity?



Aprobado por la Conferencia de Servicio Mundial de los Grupos de Familia Al-Anon

Al-Anon Family Group Headquarters, Inc.
Al-Anon Family Group Headquarters (Canada) Inc.
www.al-anon.alateen.org • wso@al-anon.org

1600 Corporate Landing Parkway, Virginia Beach, VA 23454-5617

Teléfono: (757) 563-1600 Fax: (757) 563-1655

9 Antares Drive, Suite 245, Ottawa, ON K2E 7V5

Teléfono: (613) 723-8484 Fax: (613) 723-0151