

Distrito 18
Voz de la razón



Convención Internacional 2023 en Albuquerque, Nuevo México!

Llevaba bastante tiempo esperando con ansias esta Conferencia Mundial. Nos registramos temprano. Mi otra experiencia fue una Conferencia Mundial de AA en San Antonio hace unos años.

A nuestra llegada a Albuquerque el jueves, el hotel y el sistema de transporte al Centro de Convenciones donde se celebraría la conferencia me parecieron muy acogedores. Nos indicaron que obtuviéramos la aplicación Whova que tenía toda la conferencia de cuatro días. Se organizaron todos los eventos, talleres, reuniones de oradores y el desfile. Podría personalizar mi propio plan de participación en eventos y transferirlo a la agenda de mi teléfono. Había un lugar para tomar notas y comunicarse con otros en la conferencia. Pude conseguir esto con semanas de antelación.

Algunos de los talleres se repitieron durante el día, por lo que si te perdiste el taller por la mañana, es posible que puedas retomarlo más tarde ese mismo día. Todo esto dependía de la disponibilidad, por supuesto.

Los oradores fueron ricos en recuperación y aprendí mucho de sus historias. Tuvimos más de 3500 asistentes en vivo al evento del viernes por la mañana. El desfile estuvo integrado por gente de Al-Anon de aproximadamente 20 a 30 países y de nuestros 50 estados desfilando en este salón gigante, algunos vistiendo o poniéndose ropa o

artículos especiales que representaban sus áreas/países. Vi mucha alegría pura. Miré a todas esas 3500 personas al otro lado del pasillo y pensé: ¡Guau, en algún momento todos comenzamos nuestro propio viaje personal hacia las salas de Al-Anon mientras el alcoholismo nos pateaba el trasero y mírennos hoy!

Greg F.

Esta fue mi primera vez en una convención internacional. No sabía en absoluto qué esperar, pero pensé que no podía equivocarme si iba a estar en un lugar lleno de miembros de Al-Anon. Hubo tantas sesiones diferentes para elegir y terminé escuchando diferentes oradores y paneles que abarcaban desde temas sobre resolución de conflictos, vivir los legados, intimididad y hacer reparaciones. La sesión más impactante para mí fue un panel sobre resolución de conflictos. Uno de los panelistas habló de varios ejemplos sobre cómo emplea el programa en conflictos familiares con sus hijas gemelas. Escuchar su experiencia, fortaleza y esperanza me ayudó a ver dónde podría beneficiarme al usar estas mismas herramientas. El orador revisó la tarjeta de resolución de conflictos, que admito que he tenido en mi billetera durante años y ni una sola vez la he leído, y mucho menos la he usado. ¡Escucharla hablar fue increíble! Lo que más aprendí de esto fue reconocer los sentimientos y buscar comprender en lugar de ser comprendido. Eso me ha ayudado a desapegarme y verdaderamente *escuchar* la persona con la que estoy en conflicto. Si escucho ira, a menudo es un subproducto del miedo. Eso es algo con lo que puedo más que identificarme, y nos pone a mí y a la otra parte en igualdad de pie. Ser capaz de ver la raíz de la situación a través del comportamiento me ayuda a aliviar la presión y la tensión y me ayuda a encontrar compasión por la otra persona. A partir de ahí, soy mucho más capaz de escuchar lo que dicen y resolver el conflicto para encontrar una solución en lugar de reflejar su enojo o simplemente tratar de superarlo.

krista

Entrando a mi primera conferencia internacional a los 21 años en recuperación. Qué asombrado estaba de que se me mostrara la nueva esperanza incluso en las luchas del calor, la falta de acceso a la comida, encontré placer al conectarme en persona, concentrarme en un rompecabezas y en las piezas que aparecían.

Manos que aparecen para recibir un gran masaje y luego ven ese regalo dado a los demás. Cómo he disfrutado cara a cara la importancia de la recuperación. No asistí a muchas reuniones pero sí a las que necesitaba.

Me acordé del ABC para ayudarme con mi gratitud y ver toda la humanidad, el amor y la

aceptación. Mi mayor lección fue estar en el momento, con Nuevo México en su punto máximo de calor y caminar en altitud era incómodo. Ver a otras personas que no había visto en algún tiempo, ya fueran semanas, meses o años, era la reunión familiar que quería, no la de mi familia de origen.

Viajé con una amiga durante el período entre mis calambres en las piernas y su bota debido a una fractura en el pie y al no tener acceso a un vehículo, nos fue bastante bien, incluso el día que pensábamos que tendríamos un buen viaje, el restaurante estaba a una cuadra. del hotel donde estaba el auto y cinco cuerdas entre el hotel y el centro de convenciones por lo que tenía sentido caminar esa última cuadra para comer.

La aplicación Whova fue una excelente manera de ver las fotografías que otros habían publicado en el desfile, ya que nuestra área "Sí, NorCal" estaba al frente y no podía ver bien. estaba emocionado devista Todos los demás miembros de la multitud como caras familiares nos saludaban con tanta emoción como nosotros.eran saludándolos. Hablé con una joven de San Francisco que compartiría su historia en su grupo base la próxima semana. Me recordó cuando la recuperación era nueva, a través de sus ojos se renovaba en mí. Un miembro se comunicó conmigo desde la aplicación Whova porque tiene una segunda casa cerca de mi área. El mío en el condado de Monterey CA, el de ella en Las Vegas NV. Dos semanas después, se presentó en mi grupo habitual el sábado por la mañana e incluso después fue a almorzar con nosotros. Considerándolo todo tenía nuevoesperanzas, Nuevos amigos con recuperación renovada.

Con mucho aprecio y gratitud por lo que Al-Anon me ha brindado.

Debbie O.

Distrito 24 California Norte Área 3

Gracias por pedirme que escriba algo para el boletín. No creo que sea la persona adecuada para preguntar. Mi experiencia no fue la mejor. No me sentía bien cuando llegué y pasé la mayor parte del tiempo descansando en mi habitación. Pude asistir a un par de sesiones, pero no muchas. Resulta que cuando llegué a casa mi hija me preguntó si me había hecho la prueba de covid. Cuando lo hice, di positivo. Me siento muy mal por compartir el covid en la conferencia. Aunque ahora he dado negativo, todavía estoy tratando de recuperarme.

New Hopes, New Friends, Renewed Recovery

There is no better way to hang out with your 4,000 plus BFFs than at an Al-Anon International Convention, even if you can only name about 20 of them. That only made it easier to practice my program and acceptance of glitches. The weather took a break from its brutality and managed to be relatively reasonable.

The Conference started with Thursdays' "A day of Connecting". Presentations were made by World Service Office employees and volunteers, the Executive Committee, Trustees, Delegates, and Officers. Where else can a regular member actually talk and share with the movers and shakers of an organization. Being able to put a face to a name is great. There were five topics in three sessions. I enjoyed "Stepping Out of Your Comfort Zone into Concept Nine", "WSO: Your Friends at the Clearinghouse", and "Get It Done! Service Stories of Success". The first one emphasized leadership and asked a couple of thought provoking questions. What fear or character defect stands in the way of my stepping out of my comfort level? When thinking about taking on a service commitment ask the outgoing office holder, What did they wish they knew before taking the position? In the second one I attended, it was stressed how important the Group Representative is to the structure of Al-Anon. The presenter also went over what the World Service Office provides each group. This is usually the information from the back of the quarterly individual appeal letter. The last session I attended that day, one of the presenters was able to walk in with her luggage just in time to make the last presentation of the day.

Friday opened with the spectacular “Language of Love Parade”, the number of participants and where they were representing was amazing. It made one feel that they were witnessing a truly international event. The speakers who shared were inspiring, they helped emphasize looking for similarities not differences. Then the really hard work began of CHOICES. It would have been great to be able to split ones self into many clones in order to get to all the intriguing meetings. Topics included Steps, singular and grouped, Slogans, Writing Workshops, the new daily reader, and Intimacy in Alcoholic Relationships (B-33) one chapter at a time. There were also Alateen meetings and open AA meetings.

Saturday night’s big meeting again had great speakers and so did the Sunday morning Spiritual Meeting. I felt that for the topic meetings when I chose a small room I got more out of the meeting because there was always more participation from the attendees. I think my favorite meeting was a small one of “First Things First”. Another favorite was “Progress Not Perfection”. From the latter I gleaned the quote, “I will make myself available to hear the whisper of my Higher Power”.

Of course the rage was the new daily reader, A Little Time for Myself - Collection of Al-Anon Personal Experiences, (B34). It is wonderful! It has a very extensive index with many topics that have not appeared in the other daily readers. Also with each page at the end is a question. It works great for topic discussions or for journaling.

If one starts putting change (\$) away starting now, it will be possible to attend the next Al-Anon International Convention in 2028. However, we have to wait until the AA International Convention in 2025 at Vancouver, British Columbia, to find out where our next convention will be.

*Hugs,
Barbara*

**No pude traducir esta sección porque se proporcionó en papel compartido.

Elecciones distritales para el panel 2024-2026

La próxima reunión de distrito es el 5 de noviembre. Ven a enterarte de lo que sucede y consulta las posiciones abiertas. Las descripciones de Representante de distrito (DR) y Representante de distrito alternativo (ADR) se encuentran en las páginas 147-148 del manual de servicio actual. Ambos puestos deben ser ocupados por un Representante de Grupo (GR) entrante, saliente o anterior.

Además de los puestos de Representante de Distrito (DR) y Representante de Distrito Alternativo (ADR), los puestos de Coordinador se pueden cubrir sin el requisito de Representante de Grupo (GR).

Aquí hay un enlace a la pestaña Servicio del sitio web del distrito con las descripciones de los puestos de Coordinador: [Servicio](#). Todos los coordinadores actuales han dicho que estarían encantados de responder preguntas sobre sus posiciones.

Las posiciones aún abiertas:

- Representante de Distrito (DR)
- Representante de distrito alternativo (ADR)
- Coordinador de Alateen
- Coordinador de Archivos
- Coordinador de Registros de Grupo
- Enlace Hispano/Coordinador de Diversidad
- Coordinador de Literatura
- Coordinador de Boletines
- Coordinador IP/CPC
- Coordinador del sitio web

Personalmente he trabajado en algunos puestos de Coordinador, así como de Representante del Distrito Alternativo (ADR). Reunirme y trabajar con otras personas que prestaban servicios en el distrito ayudó a ampliar mi programa. Aprendí muchas cosas sobre mí y sobre cómo Al-Anon realmente trabajó en todos mis asuntos.

Vicki B.

**Reuniones de Distrito:**

Cuando: El primer domingo de cada mes de 1:30 a 3:30

Dónde: Nuevos comienzos: 1425 Standiford Ave, Modesto (detrás de la tienda Fleet Foot)

OMS: ¡Abierto a todos!

Consulte el calendario en el sitio web del Distrito 18 para ver más eventos, incluidas reuniones de oradores:

<http://alanonsanjoaquinvalley.org/events.htm>

Consulte el calendario de NCWSA para eventos en otros distritos:

<https://northerncaliforniaal-anon.org/calendar/>

In The Loop Noticias de la OSM

Para registrarse para recibir los correos electrónicos mensuales de la OSM, haga clic en el enlace a continuación, complete los siguientes campos y haga clic en Enviar. [Inscríbete en el bucle](#)

¿Sabías que la OSM tiene un blog donde puedes compartir sobre el tema actual?

Aquí está el sitio web: [Blog del miembro](#).

Lista de reuniones de miembros jóvenes de Al-Anon: [Lista de reuniones centradas en los jóvenes](#)