

The Forum

Pauta de escritura de el Forum

Todo el mundo tiene algo que compartir sobre el programa de Al-Anon, ya sea un miembro nuevo o de largo plaso. *The Forum* publica intercambios que detallan cómo Al-Anon ha ayudado a los miembros a recuperarse de los efectos de la bebida de otra persona — para mejorar y vivir una vida más feliz. Nuestras historias comparten nuestras lágrimas, miedos, alegrías y risas y describen las formas en que abordamos y respondemos a las penas, los milagros, los contratiempos y los avances que son parte de nuestro viaje de recuperación.



No tienes que tener todas las respuestas, y tu historia no tiene que ser perfecta. Sólo comparte desde tu corazón. El personal de la Oficina de Servicio Mundial editará la gramática, la puntuación, la ortografía, la claridad y la extensión. Se necesita valor para escribir con total honestidad, pero encontrar ese valor es otro paso hacia la recuperación para usted y para aquellos que leen lo que comparte.

Nota: Actualmente, *En acción* consiste en compartimientos en inglés de *The Forum* que han sido traducidas al español.

Recuento de palabras para compartimientos en The Forum:

- Intercambio de temas estándar: 300 a 400 palabras
- «Nuestros Tres Legados» (compartir un Paso, Tradición o Concepto de Servicio)—200 a 400 palabras
- «Rincón LAC» (compartir sobre una pieza particular de la literatura de Al-Anon): 200 a 400 palabras
- Mi historia de Al-Anon: hasta 1200 palabras
- Intercambio breve: de 100 a 250 palabras
- «Una cita a la vez» (una o dos oraciones originales que capten algo de verdad sobre su recuperación): de 15 a 50 palabras

Ideas de temas son ilimitadas como su imaginación:

- Los Legados: ¿Cómo te ayuda específicamente un Paso, Tradición o Concepto de Servicio?
- Lemas: «Hazlo con calma», «Manténlo simple», «Escucha y aprende», «Un día a la vez», etc. (Consulta los índices de los libros de Al-Anon y Alateen para obtener lemas adicionales). Como ha aplicado un lema en una situación difícil?

- Conceptos de recuperación como el desprendimiento con amor, la serenidad o mantener el enfoque en mí mismo.
- Tener o ser un/a padrino/madrina, pedirle a un miembro que sea su padrino/madrina, cambiar de padrino/madrina.
- Una obra literaria favorita y cómo te ayudó.
- Viviendo en sobriedad.
- Resolviendo conflictos.

Cuando escribiendo para The Forum, tenga en cuenta los siguientes consejos:

- Escriba a partir de su propia experiencia usando pronombres en primera persona del singular (yo, mí o mi). Enfócese en sí mismo, no en otra persona.
- Mantenga su tema relacionado con Al-Anon. Evite generalidades, asuntos externos, centro de tratamiento o lenguaje terapéutico, filosofías religiosas y otros programas de Doce Pasos.
- Evite «enseñar» o dar consejos.
- Observe las Doce Tradiciones de Al-Anon cuando comparta.

Complete este formulario (o su equivalente en línea), incluyendo su nombre y dirección para que la OSM pueda reconocer su envío. Si se publica lo que comparte, la OSM le enviará una copia gratuita del número en el que aparece.

Además, incluya una traducción al inglés con su compartimiento en español. Si necesita ayuda para traducir su parte al inglés, envíe su compartimiento a: _____ . en español serán al inglés y ambos serán enviadas a la OSM por _____ .

Nota: Todo lo que se comparte pasa a ser propiedad de Al-Anon Family Group Headquarters, Inc., y se puede usar en total o parcialmente para desarrollar material impreso o electrónico de Al-Anon/Alateen.

Marque uno: Por favor use mi primer nombre, última inicial y estado para crédito Por favor firmeme como "Anonimo" Por favor usa mi seudónimo

Nombre: _____ Teléfono: _____

Dirección: _____ Correo electrónico: _____

Estado/Provincia: _____

País: _____

Código postal: _____

(Los miembros pueden fotocopiar y compartir este formulario con otros miembros)

Si no se necesita soporte de traducción al inglés, envíe su compartimiento, la traducción al inglés y este formulario a:

AFG, Inc., Attn: *The Forum*

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

Fax: 757-563-1656 • Correo electrónico: **wso@al-anon.org**

Para enviar un intercambio en línea, vaya a **al-anon.org/forumshare**