



SUNSHINER

Conozca el Panel 58

El nuevo manual de servicio se puede descargar en

<https://al-anon.org/for-members/members-resources/manuals-and-guidelines/service-manual/>



Area 10 Reports

Por favor, vaya al siguiente enlace para ver todos los informes de la AWSC Meeting Jan 13-14, 2018:

<http://www.southfloridaal-anon.org/servicemainpage/members-documents/>



Mi primer distrito Meting

Mi primera reunión en el distrito fue mucho estar sentado y escuchando. Estar bien informado y preparado por un patrocinador de servicio fue muy útil. Sin ser engañado o conectado podría ser muy largo y confuso.

Una reunión distrital es muy detallada, y esa es una buena manera de ver la atención que se destina a ayudar a las personas afectadas por el consumo de alcohol de alguien. Se necesita un gran cuidado para sanar vidas; verlo en mi reunión del 1r Distrito, por muy técnica que sea, me recuerda cómo la "atención" permite Al-Anon en su conjunto. Por eso, estoy agradecido.

Kelly R. District #160



un joiner / hacedor, mi reacción inmediata fue levantar la mano sin pensarlo dos veces, pero esta vez, decidí escuchar mi instinto y contenerme. ¡Literalmente tuve que sentarme en mis manos! Después de que mi ansiedad pasó, pude trabajar a través de esa posición de silla no funcionaría para mí y estaba entonces de que fuera capaz de parar y pensar primero, en lugar de saltar justo para sentir que pertenecía.

Por esa experiencia, en la próxima reunión, estaba seguro de mí mismo cuando defendí una posición diferente que era más adecuada para mí.

Virginia G.

District #180



Mi primera reunión

Mi primera reunión fue en una reunión llamada Lago Azul. Era una gran reunión y todo el mundo se reía y bromeaba. Inmediatamente, supe que pertenecía porque sentía el magnetismo de la comunidad. A pesar de que lloré la mayor parte del tiempo, seguí regresando porque los miembros estaban poniendo mis sentimientos en palabras.

El tiempo pasó y la reunión se trasladó a otro lugar y finalmente se retiró. Me he ramificado a otras reuniones. Nunca olvidaré lo poderoso que es Al-Anon y cuánto he hecho a lo largo de los años.

Becky B. District #180

Continúe la página 2





Conozca el Panel 58

Mi primer patrocinador

Me llevó un año darme cuenta de que mi crecimiento en Al-Anon dependía no sólo de leer CAL Literature diariamente y asistir a reuniones frecuentes, sino a trabajar con un patrocinador. Los dos primeros no podían hacerlo, pero el tercero dijo que lo intentará si llámé. Ha sido una gran experiencia de crecimiento para mí, ya que hemos formado una relación sana y mutuamente solidaria.

Artie P. District #140

Mi primer patrocinador fue amable, gentil y me recordó a mi mamá que falleció cuando tenía 28 años. Nuestra relación duró 25 años antes de morir de camino a casa de nuestra reunión de Al-Anon. La amaba mucho y está en mi memoria para siempre. Tengo una foto de los dos en una fiesta de Luaua y su foto conmemorativa en mi escritorio para que pueda verla todos los días. El consejo más maravilloso de Al-Anon que me dio fue que estamos en un programa suave y sabría cuándo estaba listo para seguir adelante. No necesito empujar nada ni sentirme culpable por nada o sentir que no estoy trabajando bien mi programa.

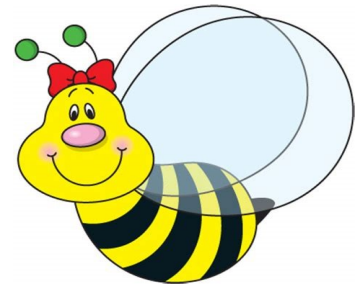
Gracias por pedirme que escribiera esto. Ha traído recuerdos dulces de mi querida Patrocinadora, Eleanor.

Miembro Area 10

Mi primera reunión distrital: lo que me gustaría saber

- ◆ dormir lo suficiente!
- ◆ ¡Mucho café!
- ◆ Se inclinó mucho sobre la diferente posición para el servicio
- ◆ ¡Necesito involucrar más a los miembros más jóvenes!

Miembro Area 10



Mi Sponsor Siempre Dice...

- ◆ "¿Te estás pensando demasiado en ti mismo? No te mates con cosas."
- ◆ "Ríe más" - busca el humor en tu vida!
- ◆ "Tienes que tomar el amargo con el mejor."
- ◆ "Pon el foco en ti mismo."
- ◆ "Mantén tu lado de la calle limpio."
- ◆ "Si no te gusta la forma en que se hizo, ofrézcase a hacerlo."
- ◆ "Mi Poder Superior no me da nada que no pueda manejar."
- ◆ "Esto es un chisme, ¡no cotilleamos!"
- ◆ Recuerde que las cosas son exactamente / desdoblarse cómo necesitan ser / desplegarse. Tu Poder Superior tiene las cosas bajo control y lo sabe.
- ◆ El amor es siempre la respuesta apropiada.
- ◆ Pasos 4, 5, 6, 7, 8 te va a llevar algún tiempo
- ◆ Incluso si todos en mi vida —mis padres, esposo, hermanos, hijos, empleadores y amigos hubieran hecho exactamente lo que yo quería— todavía no habría sido feliz, Joyous y Free. Porque eso es un trabajo interno, sólo lo puedo hacer yo.

Esas palabras de oro de la sabiduría, que a veces, usted puede pensar que su patrocinador en





Conozca el Panel 58

Explosión del pasado: mi primer encuentro

Fui a mi primera reunión el 22 de mayo de 1986. Me lo sugirió un consejero para ir a una reunión de Al-Anon. No quería ir a AL-Anon. Quería pagarle a un consejero \$150 para que "me arregle".

En mi primera reunión, una mujer se me acercó para decirme que no sabía mi nombre, pero que podía contar mi historia. Luego procedió a contarme mi historia. Me quedé estupefacto. Pensé en ir a Al-Anon por seis semanas y graduarme. No hace falta decir que eso no es lo que pasó. Empecé en esa primera reunión y nunca me detuve. Yo estaba casado con mi segundo marido, pero él no había encontrado la recuperación todavía. Terminó divorciándose por otra mujer que había conocido en el programa. Es bueno que tuviera a Al-Anon porque me llevó a través de ese divorcio.

Finalmente me casé de nuevo, no como alcohólico, sino con un alcohólico. Mis amigos del programa me apoyaron en esa reunión. Cuando vino con la enfermedad de Alzheimer, los amigos del programa me apoyaron. Cuando pasé por mi tercer divorcio, de nuevo mis amigos del programa me apoyaron. Estoy muy agradecida de haber tenido un programa.

Bonnie R.—Area 10



Anuncios

New Pamphlet: Just for Tonight Bookmark (M-81) fue presentado en marzo.

Nuevo lanzamiento del libro: "Intimacy in Alcoholic Relationships", una colección de historias personales de Al-Anon se presentará en la Convención Internacional en julio en Baltimore. El orden en llegar es el primero en servir.

Compartir: WSO necesita compartir para el nuevo libro "Tres legados", especialmente sobre los pasos 5, 7, 8, 10, 12, todas las tradiciones y todos los conceptos. Enviar usos compartidos a WSO.

Compartir necesarios: WSO necesita compartir para el foro. Envíe todos los usos compartidos a WSO.

CALENDARIO DE EVENTOS

- ◆ August 23-25, 2019 **South Florida Al-Anon Convention**

Hyatt Regency Coconut Point—501 Coconut Rd Bonita Springs, FL 34134

- ◆ Septiembre 13-15, 2019 **ASAMBLEA DEL AREA Reunión de Primavera**

Doubletree Sunrise-Sawgrass Mills 13400 Sunrise Blvd. Sunrise, FL 33323

- ◆ Octubre 19, 2019 **Area 10 Day of Workshops**

Cypress Lake United Methodist Church—8570 Cypress Lake Dr, Ft Myers FL, 33919

- ◆ Enero 11-12, 2020 **Reunión de Verano de AWSC**

Embassy Suites Fort Myers—10450 Corkscrew Commons Dr Estero, FL 33928

- ◆ Puede 15-17, 2020 **ASAMBLEA DEL AREA Reunión de Primavera**

Embassy Suites Fort Myers—10450 Corkscrew Commons Dr Estero, FL 33928



ANUNCIOS

SE NECESITAN PERSONAS QUE DESEEN COMPARTIR: La OSM esta necesitada de estas personas para el nuevo libro "Three Legacies" especialmente acerca del paso 5, 7, 8, 10, 12, todas las tradiciones y todos los conceptos. En

Area 10
Day of Workshops

*Great books help you understand
and they help you feel understood.*

Timely Topics inspired
by CAL
Hosted by District 150



Date: Saturday, Oct 19, 2019

Location: Cypress Lake United Methodist Church
(Chapel Complex)

Address: 8570 Cypress Lake Dr. Ft Myers

Time: 10:00am — 4:00pm (Doors open at 9:30am)

Exciting workshops: Topics include Intimacy in Alcoholic
Relationships and Hope & Understanding for Parents & Grandparents

\$5.00 donation at the door

Potluck lunch, bring a dish to share

50/50 Raffle

Directions: Travel north on I-75 to exit # 131
go west on Daniels Pkwy becomes Cypress
Lake Dr for 6.5 miles. Church is on the right.

For more information contact dyander12@embarqmail.com OR insearchofsue@gmail.com

30th Annual AFG Florida South Area 10 Convention
30 Years of Memories:
Look How Far We've Come!



With A.A. & Spanish A.A. Participation

Friday August 23, 2019 – Sunday August 25, 2019

Early Bird postmarked by December 31, 2018	\$25
Pre-Registration postmarked by July 31, 2019	\$30
After July 31, 2019 ON-SITE ONLY	\$40
Events	
Friday Night "Party Like It's 1999" Gathering.....	RSVP BELOW
<i>No Charge Admission; food/beverages available for purchase (5:30pm-7:30pm)</i>	
Saturday Night Banquet	\$50
<i>Advanced special requests available if selected below.</i>	
Convention Memorabilia (advance purchase; available convention weekend)	
Convention T-Shirt	\$15
Convention Tote Bag	\$10
AFG Lanyard	\$5
Alateen (INCLUDES Saturday Night Event).....	\$15
<i>Notarized Travel & Medical Release Form is required</i>	

Enjoy a look back over the past 30 years of convention and recovery with Workshops, Speakers, Literature, Raffle, Hospitality, Alateen & A.A. Programs, Friday Gathering, Saturday Banquet, & Boutique!

Hotel Accommodation Choices:

King Bed or 2 Queen Bed Room \$129.00 per night plus taxes
 ~Up to 4 people per room~
 ALL rates INCLUDE resort fee, parking, in-room WIFI & mini fridge!

Make it a longer vacation! Enjoy the same discounted room rates available 3 days before and 3 days after convention weekend.
 All rooms are based on hotel availability.
 First come, first served basis. Book early!

Hyatt Regency Coconut Point
5001 Coconut Road
Bonita Springs, FL 34134

Make reservations **BEFORE July 31, 2019:**
 Call 1-800-233-1234 & mention **AFG FL South Convention**
 #2 Visit www.southfloridaal-anon.org/convention for link to Hyatt Online
 Check In 3:00 pm & Check Out 11:00 am Free Self Parking or \$15/night valet

More information about the convention, to register online with any major credit card, or to see images of the convention memorabilia items check out the Area 10 website: www.southfloridaal-anon.org/2019convention
 Email questions to: conventionquestions@afgfls.com

Checks/Money Orders Payable to: **AFG FLS CONVENTION 142 Jupiter Street Jupiter, FL 33455**

One form per guest. Print legibly in blue/black ink, please. Date: _____

Name: (First & Last) _____

Address: _____

City: _____ State: _____ Zip: _____

Phone: () _____ Email: _____

(Email addresses will be used for FL South Area Convention purposes only)

Badge Name: _____ District # _____

Program (circle one)	Al-Anon	Alateen	A.A.	Preferred Language (circle one)	English	Spanish
-----------------------------	---------	---------	------	--	---------	---------

Al-Anon or A.A. Adult Registration
 Postmarked before December 31, 2018 \$25
 Postmarked before July 31, 2019 \$30

Alateen Registration
 Registration & Saturday Event \$15

Events
 Friday "Party Like It's 1999" Gathering.....RSVP YES NO (Purchase food & beverage choice at event)
 Saturday Night Banquet..... \$50 Circle Optional Dinner Choice: Gluten Free Vegan

Convention Memorabilia
 Convention T-Shirt (Adult XS-5XL) Size _____ \$15
 Mens Ladies
 Convention Tote \$10
 Al-Anon Lanyard..... \$5

(Above souvenir items will be available for pickup at convention only)

Total Amount \$ _____ **Check#** _____ (No refunds or exchanges, all sales & sizes are final, all prices include sales tax where applicable)

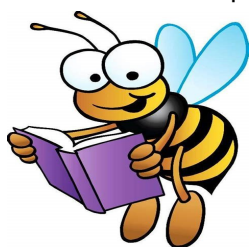


Area 10 Mailing Address:
 Florida South Area 10, Inc.
Po Box 1676
Jensen Beach, FL 34958-1676
 Website:
www.southfloridaal-anon.org

Al-Anon Family Group Headquarters, Inc.
 1600 Corporate Landing Parkway
 Virginia Beach, VA 23454-5617
 Phone: (757) 563-1600

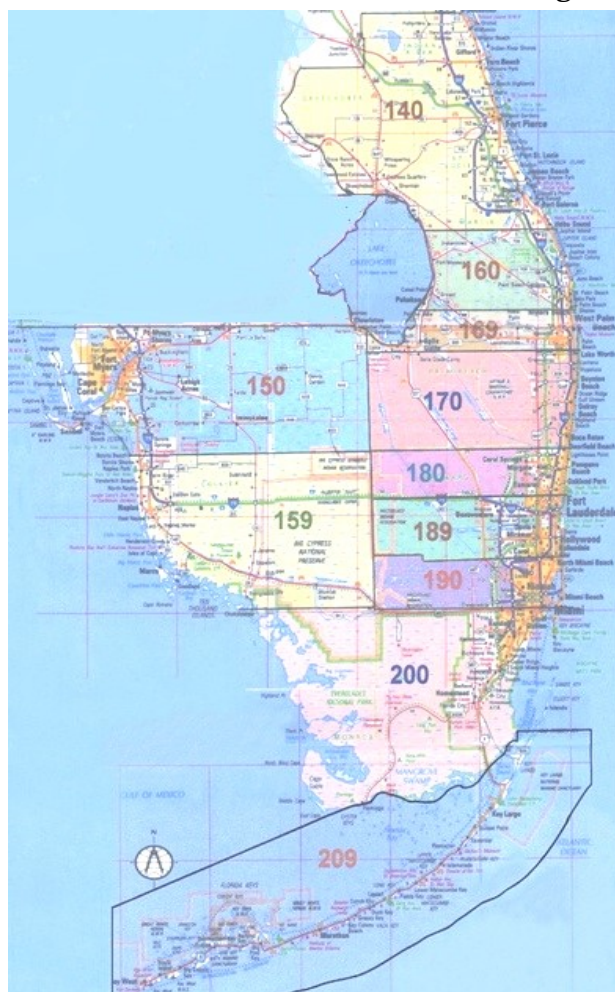
The Sunshiner is YOUR Area newsletter!

Por favor, envíe libremente las comparticiones de servicios, informes, información, respuestas a las preguntas, citas que su patrocinador de Al-Anon siempre dice, comentarios, retroalimentación, y sugerencias para:.



newsletter@afgfls.com

Next deadline October 1, 2019



Las opiniones expresadas en este boletín son estrictamente las de la persona que les dio.

Panel 58 Officers & Coordinators

Chair	Lisa M.	chair@afgfls@afgfls.com
Delegate	Cheryl A.	delegate58@afgfls.com
Alternate Delegate	Diane B.	altdelegate@afgfls.com
Secretary	Juliette L.	secretary@afgfls.com
Treasurer	Kathy D.	treasurer@afgfls.com
AAPP	Kathy H.	aapp@afgfls.com
Immediate Past Delegate	Pat K..	delegate55fls@gmail.com
Alateen	Stu D.	Alateen@afgfls.com
Archives	Kathleen L.	archives@afgfls.com
Group Records	Andy M.	grouprecords@afgfls.com
Literature	Laura B.	literature@afgfls.com
Newsletter	Nadine A.	newsletter@afgfls.com
Public Outreach	Norma P.	publicoutreach@afgfls.com
Spanish	Terri M.	spanish@afgfls.com
Web	Scott B.	webmaster@afgfls.com
2018 Convention Chair	Jennifer D.	2018undertheseachair@gmail.com