



OFICINA CENTRAL HISPANA DEL NORTE SAN FRANCISCO

3401-A Cesar Chávez Street, Suite # C
Segundo Nivel tel.: (415) 824-1834 SF. CA 94110

Publicación # 8 / Agosto 2023 /



ACLARACIÓN: Esta edición del boletín mensual de AA de San Francisco es una publicación que se elabora con las mejores intenciones de poder

servir y a la vez mantener informados a los Grupos y a la comunidad en general sobre los asuntos relacionados con Alcohólicos Anónimos Junto, con sus representantes también conocidos como ROI. Cada artículo presentado en esta edición sólo expresa los pensamientos de la

comunidad en general de AA. Las personas interesadas en publicar información en la edición mensual de este boletín, se le sugiere ponerse en contacto con su ROI o sea su representante de grupo, esta publicación es editada en la Oficina Central Hispana de Alcohólicos Anónimos.

NUEVA MESA DE SERVICIO DE LA OFICINA CENTRAL HISPANA AA.

COORDINADOR:	Mario C	415-574-9594	ALTERNO:	Vacante
SECRETARIO	Cesar M	415-261-4878	ALTERNO:	Vacante
TESORERO	Nahun E	415-678-6792	ALTERNO:	German B 415-604-6540
LITERATURA	Isabel M	415-424-7361	ALTERNO:	Vacante
EDITORIAL	Manuel S	415-410-7986	ALTERNO:	Vacante
Paso 12	Donald	415-824-1834 Disponible las 24 hrs	ALTERNO:	Vacante
ENLACE CON EL DISTRITO	Nicasio	415-948-3120	ALTERNO:	Vacante



REUNIONES DE REPRESENTANTES DE GRUPOS:

Primer y tercer jueves de cada mes: reunión de los representantes de cada grupo y mesa de servicio de la oficina.

Segundo jueves de cada mes: puntos pendientes a tratar y estudio de las guías A.A. de la oficina de Inter grupo

Cuarto jueves de cada mes: Reunión de mesa de servicio.

CARTELERA DE EVENTOS

★ Grupo Geneva 5529 Mission Street San Francisco, CA 94112, tel. 415-587-0442

Sesiones diurnas de lunes a domingo de 12:00 pm a 2:00 pm.

Sesiones nocturnas de lunes a sábado de 8:00 pm a las 10:00 pm

Domingos 7:30 pm y 9:30 pm.

Iniciados del mes 4.

Número de asistencia diaria 12-20

Cuarto sábado de cada mes sesión de trabajo.

Mesa de servicio Coordinador: Dagoberto L.

Tesorero: Sergio G.

Alternos de Tesorero: Miguel V

Secretario: Calin

Alternos de Secretario: Noel

R.O.I

Literatura: Mauricio.

★ Grupo Hispano 3557 20th Street San Francisco, CA 94110

Sesiones matutinas todos los días de 7:00 am a 9:00 am.

Domingos de 4:00 pm a 6:00 pm.

Nocturnas de lunes a sábado de 08:00 pm a las 10:00 pm Asistencia 15

Iniciados 1.

Primer lunes del mes sesión de trabajo

La nueva mesa de servicio: Coordinador: Julio

Secretario: Gilberto

Tesorero: José Luis

Literatura:

R.O.I: Manaces

★ Grupo Renovación 3458 Cesar Chavez St, San Francisco, CA 94110

Sesiones de lunes a viernes de 11:00 a.m. a 1:00 p.m.

Sesiones de Lunes a Domingo de 7:30 pm a 9:30 pm

Número de asistencia diarias 20.

Sesión de trabajo el último martes del mes.

Literatura

Lucy, R.O.I

nueva mesa de servicio: Coordinador Medardo. Alternos: Secretario: Noe Tesorero: Felipe E.

Alternos: Emma

★ **Grupo 29 de mayo 405 Grand Avenue # 205 South San Francisco, CA**
(**marcar 3 # para ingresar al grupo room 205.)**

Sesiones nocturnas de 8:00 pm a 9:30 pm todos los días.

Sesiones diurnas sábado y domingo de 12:00 pm a 1:30 pm

Sesión de Trabajo Primer Sábado del Mes

Asistencia Diaria: 8-10

☆ **Grupo Esperanza 3419 Mission Street San Francisco, CA 94110**

Sesiones de lunes a viernes de 8:00 pm a 10:00 pm

La nueva mesa de servicio

Coordinador: Nehemías,

Secretario: Juan L,

Tesorero: José Z.

R.O.I:

☆ **Grupo Central 4260 Mission Street San Francisco, CA. 94112**

Sesiones los 7 días a la semana de 10:00 am a 12:00 pm y de 02:00 pm a 04:00 pm.

Sesiones de 8:00 pm a 10:00 pm.

Asistencia diaria: 45

Nuevos 1.

Sesión de trabajo 1ero y 3er lunes de cada mes de 8:00 pm a 10:00 pm.

Sesión de estudio el 2do. y 4to lunes de cada mes.

Último viernes de mes inventario del grupo

Primer miércoles del mes .Sesión de apadrinamiento

Primeros tres jueves de mes sección de recién llegados,

Nueva mesa de servicio:

Coordinador: Orlando G

Alternos:

Secretario: Roberto M.

Alternos: Melvin B

Tesorero: Carlos H

Protesorero: Carlos D,

La Viña: Mario R

R.O.I: Melvin

Alternos: O.M.G

Literatura: Carlos B.

Mesa pro aniversario:

Coordinador: Orlando

Pro-coordinador: Blanca

Secretario :Jeremias

Tesorero: David I.

Pro-tesorero: Germán

◆ **Grupo siempre unidos**

Tenemos sesiones virtuales martes y viernes de 08:00 pm a 09:30 pm. I.D: 420-845-642-0.

contraseña: 18-56-420, ahora tenemos sesión abierta los martes de 7:30 pm a 9:00 pm en: 216

Mosswood Way, South San Francisco, CA 94080

★ **Grupo Progreso 827 Vienna Street San francisco, CA 94112 Iglesia Epiphany, O'keefe Hall**
entre las calles Amazon y naples

Sesiones de 7:00 pm A 9:00 pm los lunes y miércoles.

Nueva mesa de servicio: Secretario: Aldo C.

Tesorero; Ana María.

Asistencia 5

ESTAMOS DE FIESTA COMPAÑEROS, INFORMES AL FINAL DEL BOLETÍN, TE ESPERAMOS

★ **Grupo Misión 2010 Misión Street San Francisco, CA. 94110**

Sesiones los 7 Días de la semana de 12:00pm a 2:00pm. y 5:00pm a 7:00 pm

Asistencia diaria 23. Iniciados del mes 1 y 3 por firmas.

Sesión de trabajo 2do. sábado del mes

sesión de estudio todos los lunes.

La nueva mesa de servicio:

Coordinador: Juan G

Pro Coordinador: Edy

Secretario: Manuel H.

Tesorero: Javier

Alternos: Miroshka

Literatura Y

R.O.I: Jose R

★ **Grupo El Salvador 3020 Mission Street San Francisco, CA. 94110**

Sesiones lunes a Sábado de 4:00 pm 6:30 pm y Domingo de 10:00 am 12:00 pm

Sesión de trabajo el 1er viernes de mes

Asistencia dirias 25 miembros, Iniciados del mes 1

Nueva mesa de servicio: Coordinador Juan Carlos S

Secretario: Kevin

Tesorero: Jorge G

R.O.I Donald R

★ **Grupo Actitud, Fe y Acción 1562 Page Street. San Francisco CA. 94117**

Sesiones lunes, miércoles y viernes de 6:30 pm a 8:00 pm

Coordinador: Gabriel P

Secretario: Nicasio C

Tesorero: Emma

Cafetero: Alejandra C

Literatura: José C

Asistencia de 4 a 9 ,

primer viernes de cada mes sesión de trabajo.

Informes: JOSE C. (415) 747-5173.

CALIN V. (415) 574-1906.

EMMA M. (415) 846-1849.



Tu dolor nadie lo siente,
tu alegría nadie la nota,
tu tristeza nadie la ve, pero
pórtate mal y todos te criticarán.



DIRECTORIOS DE GRUPOS DE “AA” EN SAN FRANCISCO, CA.

OFICINA CENTRAL HISPANA DE ALCOHÓLICOS ANÓNIMOS

3401 a Cesar Chavez Street, Suite “C”. San Francisco, CA 94110.

Sesiones de los R.O.I primero, segundo y el tercer jueves de cada mes de 07:00 pm a 09:00 pm.

GRUPO CENTRAL

4260 Mission Street San Francisco, CA. 94112.
Sesiones los 7 días de la semana de 10:00 am a 12:00 pm, de 2:00 pm a 4:00 pm y de 8:00 pm a 10:00 pm

GRUPO HISPANO

3557 20th Street. San Francisco, CA. 94110.
Sesiones matutinas todos los días de 7:00 am a 9:00 am.
Domingos de 4:00 pm a 6:00 pm. Nocturnas de lunes a sábado de 08:00 pm a las 10:00 pm

GRUPO GENEVA

5529 Misión Street. San Francisco, CA. 94112
Sesiones diurnas de lunes a domingo de 12:00 pm a 2:00 pm. Sesiones nocturnas de lunes a sábado de 8:00 pm a las 10:00 pm Domingos 7:30 pm y 9:30 pm.

GRUPO EL SALVADOR

3020 Mission Street San Francisco, CA. 94110
Sesiones lunes a Sábado de 4:00 pm 6:30 pm y Domingo de 10:00 am 12:00 pm

GRUPO MISION

2010 misión Street. San Francisco CA. 94110

GRUPO ACTITUD FE Y ACCIÓN

1562 page st San Francisco California 94117
Sesiones: Lunes, miércoles y viernes de 6:30 pm a 8:30 pm

GRUPO PROGRESO

827 Vienna Street San Francisco, CA 94112 Iglesia Epiphany, O'keefe Hall entre las calles Amazon y Naples
Sesiones de 7:00 pm A 9:00 pm los lunes y miércoles.

GRUPO SOLO POR LA GRACIA DE DIOS

380 Eddy ST. SF. CA. 94102

GRUPO RENOVACIÓN

3458 Cesar Chavez St, San Francisco, CA 94110
Sesiones de lunes a viernes de 11:00 a.m. a 1:00 p.m.
Sesiones de Lunes a Domingo de 7:30 pm a 9:30 pm

GRUPO ESPERANZA

3419 Misión Street. San Francisco, CA. 94110
Sesiones de lunes a viernes de 8:00 pm a 10:00 pm

GRUPO 29 DE MAYO

405 Grand Avenue suite #205. So. San Francisco, CA. 94080.
Sesiones nocturnas de 8:00 pm a 9:30 pm todos los días.

GRUPO SIEMPRE UNIDOS

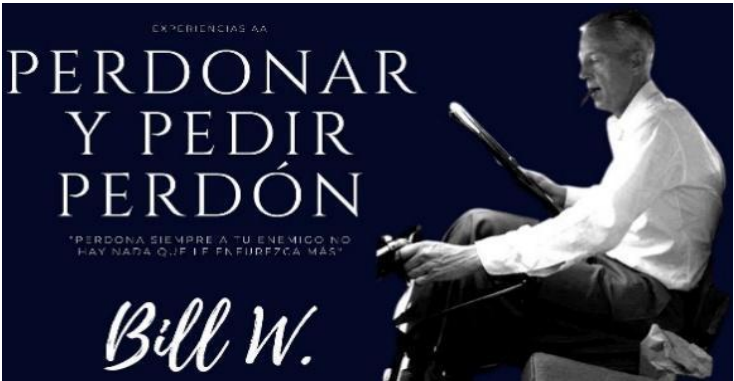
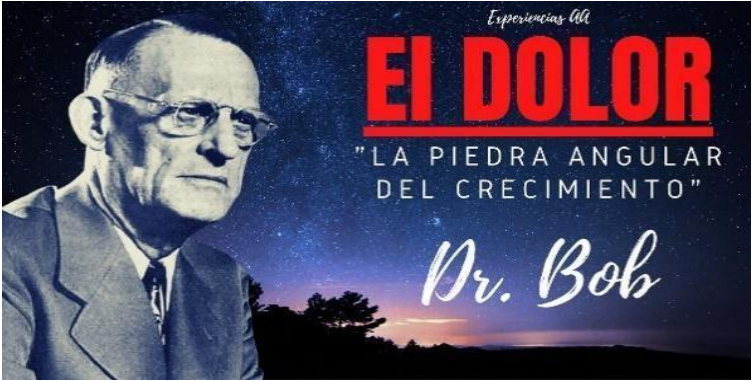
1216 Mosswood Way, South San Francisco, CA 94080



REPORTE DE TESORERÍA

REPORTE DE TESORERÍA DEL MES DE:			
NOMBRE DE LOS GRUPOS		CANTIDAD EN DÓLARES	
GRUPO MISSION			
GRUPO EL SALVADOR		\$100.00	
GRUPO ESPERANZA			
GRUPO HISPANO		\$50.00	
GRUPO GENEVA		\$50.00	
GRUPO CENTRAL		\$200.00	
GRUPO PROGRESO		\$20.00	
GRUPO 29 DE MAYO			
GRUPO RENOVACION		\$40.00	
GRUPO SERENIDAD			
Séptima de reunión de ROI	Agosto 3	\$81.00	
Séptima de reunión de ROI	Agosto 10	\$56.00	
Séptima de reunión de ROI	Agosto 17	\$62.00	
Séptima de reunión de servidores	Agosto 24	\$36.00	
Voluntarias Septima de servidores		\$28.00	
Voluntarias			
Ganancia de Comité de Literatura		\$147.00	
TOTAL COLECTADO EN EL MES:		\$870.00	

SALDO ANTERIOR EN CAJA	\$1,136.10
SUBTOTAL EN CAJA	\$2,006.10
DETALLES DE GASTOS	
RENTA	\$1,002.40
INTERNET Y TELEFONO	\$179.68
OTROS COSTCO	\$76.81
LOWES	\$79.27
COPIAS DE LLAVES	\$12.50
TOTAL DE GASTOS	\$1,350.66
TOTAL COLECTADO	\$2,006.10
- TOTAL DE GASTOS	\$1,350.66
TOTAL EN CAJA	\$ 655.44
PRE RESERVA SALDO ANTERIOR	\$6,842.89
PRO RESERVA ACUMULADA AGOSTO 3	\$29.00
PRO RESERVA ACUMULADA AGOSTO 10	\$31.00
PRO RESERVA ACUMULADA AGOSTO 17	\$28.00
PRO RESERVA ACUMULADA AGOSTO 24	\$10.00
PRO RESERVA ACUMULADA AGOSTO 29	\$ 7.00
TOTAL COLECTADO DE PRE RESERVA	\$105.00
TOTAL EN CAJA:	\$6,947.89
- GASTOS	\$1,255.86
GRAN TOTAL EN CAJA	\$5,722.03





OFICINA CENTRAL HISPANA DEL NORTE DE SAN FRANCISCO



3401-A CESAR CHAVEZ ST SUITE # C

SAN FRANCISCO, CA 94110

TESORERÍA DE EVENTOS ESPECIALES		
SALDO ANTERIOR		\$
GRUPO MISSION		\$
R.O.I LESLY DEL GRUPO CENTRAL		\$
GRUPO MISSION		\$
GRUPO PROGRESO		\$
R.O.I LESLY DEL GRUPO CENTRAL		\$
GRAN TOTAL:		\$

**La adicción
es una enfermedad, no es un
crimen.
Un adicto
no necesita castigo, necesita
ayuda.**



**OFICINA CENTRAL HISPANA
DEL NORTE DE CALIFORNIA
SAN FRANCISCO**

3401-A CESAR CHAVEZ ST, SUITE C SAN FRANCISCO, CA 94110



REPORTE DE LITERATURA

REPORTE DE LITERATURA DEL MES DE:	AGOSTO 2023
SALDO ANTERIOR:	\$4,789.00
VENTA DE LITERATURA	
GRUPO CENTRAL	\$582.00 + \$418.00 = \$1,000.00
GRUPO EL SALVADOR (Juego de cartulinas)	\$85.00
GRUPO EL SALVADOR (Literatura)	\$485.00
GRUPO GENEVA	\$276.00
RIFAS DEL MES EN LA OFICINA:	
Agosto 3	\$9.00
Agosto 10	\$8.00
Agosto 17	\$13.00
Agosto 24	\$8.00
Agosto 29	\$12.00
TOTAL DE RIFAS	\$50
VENTA DE MONEDAS	\$84.00
CALENDARIO (1)	\$12.00
TOTAL DE VENTAS, RIFAS Y MONEDAS	\$1,992.00
- GANANCIA DE 1 DÓLAR A LA TESORERÍA	- \$147.00

COMPRA DE LIBROS A WORLD SERVICE	- \$443.08
----------------------------------	------------

COMPRA DE MONEDAS	\$397.42
TOTAL DE COMPRAS	\$840.50
RESUMEN GENERAL	
TOTAL DE VENTAS, RIFAS Y MONEDAS	\$1,992.00
- COMPRAS DE MONEDAS Y LITERATURA	- \$840.50
- TOTAL DE GANANCIA A RESERVA	- \$147.00
SUBTOTAL	\$1,004.50
+ SALDO ANTERIOR	\$4,789.00
GRAN TOTAL EN EL BANCO	\$5,793.50



OFICINA CENTRAL HISPANA
DEL NORTE DE CALIFORNIA
SAN FRANCISCO



VENTA DE BOLETINES DEL MES DE: **AGOSTO**

GRUPOS	VENTAS
Grupo Central	\$20.00
Grupo Renovacion	\$10.00
Grupo Mission	\$20.00
Grupo Progreso	\$12.00
Grupo Hispano	\$10.00
Grupo El Salvador	\$20.00
	\$
TOTAL DE VENTAS	\$98.00
SALDO ANTERIOR	\$0.00
TOTAL EN CAJA	\$98.00
- TOTAL DE GASTOS	\$0.00
SALDO TOTAL	\$92.00

LOS 12 SÍNTOMAS DE LA BORRACHERA SECA

POR JOSÉ ANTONIO ELIZONDO LÓPEZ

TERCER SÍNTOMA: EL ESCORPIÓN AMARGADO

AMARGURA E INSATISFACCIÓN EXISTENCIAL POR LA PERSISTENCIA DE RESENTIMIENTOS.

El resentido deambula por el mundo como los escorpiones, arrojando su ponzoña y cuando su aguijón falla en su intento de agredir, se pica a sí mismo.

El escorpión, llamado también alacrán, es un arácnido de vida nocturna que pasa el día oculto entre las piedras y por la noche sale a cazar, su característica más llamativa es el aguijón en que termina su cola, este aguijón está provisto de una glándula venenosa y cada vez que pica inyecta su ponzoña a sus víctimas, se dice que, cuando el escorpión no logra picar a su víctima se clava a sí mismo su venenoso aguijón y puede provocar su propia muerte.

A veces los seres humanos, en especial los adictos en recuperación que no han tenido la posibilidad de liberarse de sus resentimientos se comportan de una manera similar a estos arácnidos, y a pesar que están en una abstinencia del alcohol o limpios de drogas, la persistencia de sus resentimientos los hace caer en una crónica amargura existencial, que les impide alcanzar el estado de sobriedad, este es otro tipo de borracho seco al que se le ha llamado el escorpión amargado.

El resentimiento es un sentimiento natural, todos lo hemos sentido, de hecho, en algunas ocasiones el resentimiento (positivamente manejado) puede ser útil, por ejemplo, cuando provoca que una persona se levante y actúe en forma positiva, sin embargo, es común que los alcohólicos y adictos manejen el resentimiento en forma negativa, lo cual empeora la situación.

El resentimiento es un veneno que se va acumulando en la mente, esta glándula mental, llena de ponzoña, recibe el nombre de amargura, El amargado resentido deambula escondido bajo la hosquedad y camuflajeado con el sarcasmo, agrede con su ponzoña a todo aquel que se le acerque y cuando su lanceta no logra dar en el blanco se pica a sí mismo provocando su lenta destrucción.

El alcohólico y el adicto en general, cuando comienza su proceso de recuperación, se enfrenta a dos serios problemas de insanidad mental: la culpa y el resentimiento, ambos son sentimientos disruptivos que evidencian que la persona en recuperación no ha logrado desencadenarse del pasado, no ha logrado su verdadera liberación, sigue atrapado por los fantasmas del ayer que le impiden un correcto y adecuado manejo del presente, es el alcohólico en recuperación que no ha logrado perdonarse (culpa) ni perdonar a los demás (resentimiento).

La culpa será motivo de un análisis posterior dentro de los 12 síntomas de borrachera seca, en el presente apartado se analizará una de los más frecuentes y que con más tenacidad impiden el verdadero crecimiento del adicto en recuperación, la persistencia de los resentimientos.

El resentimiento acumulado es un absceso que se infecta y se convierte en amargura, existen muchos alcohólicos y adictos a drogas que, siguen resentidos, resentidos con la vida, con sus padres, con sus hermanos, con su exnovia, con su cónyuge, con algún amigo o con su jefe, y aunque permanecen abstemios el resentimiento persistente ha impedido esa liberación que les permitirá disfrutar de todas las cosas agradables de la vida que generan serenidad y plenitud, en otras palabras, el resentimiento provoca amargura y esta impide la plenitud de vida.

Resentimiento quiere decir volver a sentir, el resentido está atrapado en ese sufrimiento psicológico que provoca el rencor, el resentido sigue **sintiendo** esa desagradable sensación, porque de alguna manera se mantiene encadenado al recuerdo, está atrapado, no puede salir.

El resentido está anclado al pasado, la situación que generó el resentimiento queda guardada en su memoria emocional y cada vez que vive situaciones semejantes en su interrelación con otras personas vuelve a sentir (re-sentimiento) el dolor psicológico de la primera experiencia, repitiendo lo ocurrido una y otra vez en su mente, al repetir esto durante mucho tiempo, el resentimiento se alimenta solo y el resultado es que el resentido se envuelve en la autoconmiseración.

Lo anterior hace que el resentimiento se vuelva la fuerza propulsora de sus vidas, por supuesto, una fuerza propulsora muy negativa que convierte al resentido en ese escorpión que va emponzoñando a todo el que se le acerca y que finalmente termina destruido por su propio veneno,

Hay resentidos famosos en la historia que hicieron de su resentimiento la fuerza propulsora de sus vidas, tal es el caso de Adolfo Hitler, que con su resentimiento hacia los judíos desencadenó el holocausto, o el reciente caso de Osama Bin Laden que provocó tanta destrucción con su rencor hacia los estadounidenses.

Cuando te encuentras ocupado resintiéndote por algo o alguien, ese alguien o algo está controlando tu vida, tu resentimiento ocupa toda tu tiempo y energía y no deja espacio para el desarrollo de tu salud mental y espiritual.

“El resentimiento es el ofensor número uno, destruye más alcohólicos que cualquier otra cosa, de esto derivan todas las formas de enfermedad espiritual” (Libro grande de AA, p, 60)

“Es evidente que una vida en la que hay resentimientos profundos solo conduce a la futilidad y a la infelicidad, en el grado exacto en la que permitamos que esto ocurra, malgastamos más horas que pudieron haber sido algo que valiera la pena” (Libro grande de AA, p, 62)

¿Hacia quien se tienen resentimientos?

Uno puede estar resentido con personas que pueden ser miembros de la familia o individuos fuera de ella, podemos tener resentimientos muy antiguos o más actuales, por personas vivas o quienes ya murieron.

El resentimiento se puede dirigir a las instituciones, el gobierno, la policía, las escuelas, la iglesia, las empresas transnacionales, el ejército, etc, también pueden estar resentidos contra ciertos principios: Leyes, códigos morales, los diez mandamientos, las reglas de la moda, el reglamento de tránsito, las obligaciones fiscales entre otros.

Es importante la identificación de los resentimientos por lo que es recomendable que todos los adictos en recuperación hagan una lista de las personas, las instituciones, y los principios con los que están resentidos.

Causas del resentimiento

Una vez elaborada esta lista de personas, instituciones y principios con los que uno se encuentra resentido, hay que reflexionar en cada uno de ellos y analizar cuál fue la causa del resentimiento.

En muchas ocasiones, las raíces de los resentimientos son inconscientes, y ciertos mecanismos de defensa psicológicos impiden a la persona llegar a las verdaderas causas, por lo que en estos casos es necesaria la ayuda de un psicoterapeuta profesional que ayude a esclarecer los verdaderos motivos, en otros casos, la simple reflexión o trabajar el cuarto y el quinto paso con los compañeros del grupo se puede conocer la causa de este dolor psicológico.

CONTINUARÁ ... EL ENLACE DE ESTE CAPÍTULO EN EL PRÓXIMO BOLETÍN

Cuando el alcohol me hizo postrar de rodillas, me preparo para pedir el don de la fe. Y todo fue transformado, nunca más, a pesar de mis dolores y mis problemas, experimentaria el desconsuelo de los años anteriores. Vi el universo iluminado por el amor de Dios, Ya no estaba solo.



Bill W. Cofundador de AA



GRUPO PROGRESO

**827 VIENNA ST, SAN FRANCISCO, CA
IGLESIA EPIPHANY, SALOON O'KEEFE**



NOS COMPLACE INVITARLOS A NUESTROS DÍAS ESPECIALES DE COMPARTIMIENTOS

MIÉRCOLES 6 DE SEPTIEMBRE DE 7:00 PM A 9:00 PM

Gabriel: Actitud, Fe y Acción Tema: El Dilema de la Incredulidad.

Jesus: El lenguaje del Corazón Tema: Recuperación.

MIÉRCOLES 13 DE SEPTIEMBRE DE 7:00 PM A 9:00 PM

Yamileth: Grupo Central Tema: 8vo. Capítulo

Wilfredo G: Grupo El Salvador Tema: Trabajando con los demás

MIÉRCOLES 20 DE SEPTIEMBRE DE 7:00 PM A 9:00 PM

Oscar: Half Moon Bay Tema: Resentimientos

Juan S: Grupo Central Tema: AA llega a su mayoría de edad

CELEBRACIÓN DE NUESTRO 59 ANIVERSARIO

MIÉRCOLES 27 DE SEPTIEMBRE DE 7:00 PM A 9:00 PM

Macrina: Al-Anon Tema: Que es Al-Anon y cómo funciona

Samuel: Una Luz en mi Camino Tema: Como Trabaja

Carlos G: Grupo El Salvador Tema: Hay Una Solución

Los esperamos compañeros a darle vida a nuestro legado de La Unidad

FELICES 24 HORAS