



Bienvenida

“2013: Año de la Mujer en la Estructura”

“Rebosante de gratitud, el corazón tiene que latir con un amor que fluye hacia todo lo que nos rodea, la emoción más elevada que jamás podamos experimentar”.

Lo mejor de Bill, pág. 27.

Hacer sinergia es que los esfuerzos conjuntos entre un grupo de personas sumen más de lo que se espera: *Dos más dos igual a cinco.*

Todos nosotros tenemos un objetivo común: transmitir el mensaje de Alcohólicos Anónimos. Eso es fácil de entender, pero a veces, las diferencias meramente humanas nos llevan a desviar nuestra atención de esa meta.

Mucho fue el aprendizaje y la retroalimentación que se vivieron durante el evento de capacitación, con motivo del XXXVI Aniversario de la revista **Plenitud AA**. Los coordinadores de Plenitud de las áreas se dieron cita para compartir experiencias y nutrir sus servicios como portavoces de esta dádiva escrita, una poderosa herramienta para pasar el mensaje y ayudar a otros a recuperarse del alcoholismo: la revista **Plenitud AA**.

Ellos tienen ahora la responsabilidad de llevar estos talleres a sus distritos y grupos y crear así, entre todos, más y mejores resultados a través de nuestra junta impresa.

Este cuadernillo que tienes ahora en tus manos es el resultado de las mesas de trabajo que se compartieron durante la capacitación. Esperamos que sirvan también para motivar la iniciativa de involucrarnos con este servicio tan enriquecedor y a veces, tan poco reconocido como lo es el del comité de Plenitud.

F R A T E R N A L M E N T E
“Servicio: Lealtad a los principios”

Comité Transitorio del XXXVI Aniversario
de la revista **Plenitud AA**



Plenitud AA

Evaluación y seguimiento de los temas del año 2012

.....

1.- Cómo llevar la revista a todos los rincones del país:

Se ha tratado de llevar a cabo, pues se ha regalado la revista en diferentes lugares. Hay grupos que adquieren cinco revistas para colocarlas en las estéticas, consultorios dentales, etcétera. Se ha puesto en los asientos de los camiones rurales para que el público pueda leerla. Muchas áreas tratan de hacer un esfuerzo para que a cada interno alcohólico le llegue la revista. Se ha tratado de regalar a todos los profesionales que se conocen.

2.- El distrito: comunicación eficaz entre el área y el grupo:

Se ha capacitado a algunos coordinadores de los distritos para que estos a su vez lo hagan en sus grupos. Es muy importante lo anterior, pues muchos grupos no tienen la idea exacta de lo que es la revista y esa labor de concientización es de los distritos. En el área, cada mes se tiene una reunión como mínimo para darle vida a algunos de los temas de la capacitación. Es lógico que en los distritos debe pasar algo similar para motivar a los grupos. Cuando salga un artículo de 'X' área, mencionarlo claramente para que los grupos, a través del distrito, sepan que se están publicando las experiencias de su área.

3.- ¿Pasar el mensaje o que publiquen mi experiencia?:

Se ha hecho conciencia de que lo importante es elaborar artículos aunque no sean publicados y así sacar en la revista los mejores. Entre más artículos lleguen, más probabilidades tenemos de publicar mejores artículos. Lo anterior se logra con buenos talleres de redacción. Actualmente ya se tiene el incentivo de publicar algunos textos en la web. Como servidores de este comité debemos saber el contenido de cada revista para motivar algunos temas mencionando dónde están los mismos.

4.- Cómo darle vida al “Plan de Acción: 20,000 suscripciones”:

Se han incrementado las suscripciones, a tal grado, que ya hasta se rebasó las 20,000. En muchas áreas, todos los servidores tienen cuando menos una suscripción, pero es sugerencia tener mínimo dos o tres pues una siempre se debe cargar, otra se regala a un profesional y la otra a un doceavo. Se explica a la Comunidad la promoción del 1 X 1 y el obsequio de “Herramientas del Lenguaje del Corazón”. Un problema que encontramos es que en los cambios de período no hay un seguimiento en la adquisición de suscripciones porque muchas veces se da



el caso que un distrito adquiere 100 suscripciones y al otro período sólo 30. Los malos manejos de dinero, crean desconfianza en la Comunidad y baja, por consecuencia, la adquisición de los productos, cerrando así otro canal para la transmisión del mensaje. Resulta muy eficiente motivar a los compañeros por medio de correspondencia para hacerles saber que su suscripción está por vencerse. Se aprovecha la asistencia a los eventos para levantar suscripciones nuevas.

5.- Por qué y para qué *Plenitud AA*:

Se ha concientizado que efectivamente es un vehículo para la transmisión del mensaje; que la revista la leen personas y éstas llegan a un grupo. No somos vendedores, pero sí somos atractivos en el comité y para ello debemos crear buenas agendas y mecánicas en nuestras reuniones. Ante el desconocimiento, se ha sugerido y motivado el estudio de la sección “Criterios profesionales”.

Acciones sugeridas a desarrollar:

- Seguir capacitando a los coordinadores de los distritos a través de los temas compartidos durante el evento.
- Continuar con la secuencia de las suscripciones, vigilando su vencimiento y renovación.
- Llevar a cabo, al final del año, un inventario y una evaluación para crear planes de trabajo.
- Apadrinar al nuevo servidor para evitar así que los logros obtenidos no se pierdan al momento de la rotación.
- Motivar al delegado, al MC y al RSG para que adquieran su suscripción.
- Crear eventos inter-distritales de *Plenitud* para capacitar, compartir experiencias y tratar temas de interés en el área para seguir transmitiendo el mensaje a través de la revista.
- Visitar a los distritos para motivar el servicio.
- Conocer el contenido de los productos especiales. Así la motivación tiene mayor impacto en los compañeros.
- Que cada grupo haga un estudio de su entorno geográfico para ubicar lugares donde puede regalar una suscripción.
- Incluir en los eventos de distrito y de área un *stand* de *Plenitud* para dar a conocer los productos especiales.

Proyectos de mi comité

Sabemos que todo lo que se hace en Alcohólicos Anónimos es para seguir transmitiendo el mensaje. Pero, ¿cómo hacerlo? Es importante tener siempre una brújula, un mapa y un destino a dónde llegar, metas realizables hacia las cuales vayamos encaminándonos a través de nuestras acciones. Tener en claro qué proyectos podemos realizar como comité nos permite establecer límites, estrategias y fechas de entrega de tal manera que los objetivos se logren poco a poco y un día a la vez. El crear grandes metas con el fin de satisfacer nuestro ego muchas veces nos lleva al fracaso y a la frustración. Además, como coordinadores de Plenitud de área sabemos que no somos nada sin nuestros coordinadores de distrito y por tanto, los proyectos deben estar propuestos con liderazgo y con una mente abierta a que vengan ideas mejores y realizables para que todos los integrantes del comité, como una unidad, se sientan motivados y se logren los objetivos.

Cada comité debe conformarse en su forma íntegra, es decir, tener su cuadro básico completo: composición, objetivo y procedimiento. Una vez conformado el comité y con metas trazadas y acordadas por todos, se puede proceder a la acción.

Es importante conocer los informes trimestrales de la Junta Directiva de Plenitud y preguntar siempre que se tenga duda sobre alguna cuestión en particular.

El comité de Plenitud es muy importante en la estructura, ya que puede dar apoyo a los comités del trébol (CCT, CIC, CIP y CCCP), así como al comité de archivo histórico; e incluso, si éste último no existe en el área, se puede empezar por crear una colección de los productos especiales para exhibición y motivación en el área.

A veces, queremos crear proyectos muy grandes, pero las acciones sencillas tienen mayor trascendencia; lo que sucede es que no nos parecen atractivas al inicio. El liderazgo se ejerce con humildad, con atracción y con vías alcanzables y sustentables para la motivación de los compañeros.

Es importante, tomar las acciones del coordinador saliente y que a partir de ahí, el fin en mente quede establecido en los nuevos servidores. Por ello, es de mucha relevancia y de éxito, el crear una línea a seguir, es decir, delinear un plan de trabajo al inicio del servicio para evitar las improvisaciones y la desmotivación como consecuencia de ello.

Un buen proyecto necesita informes claros y concisos. Que las cuentas de dinero siempre sean transparentes: saldos anteriores, aportaciones, gastos de flete, saldo actual, etcétera. Esto se logra también con recibos, entregas puntuales de productos y compromiso al entregar los pedidos, las suscripciones y la información solicitada que emana de las reuniones.



Todos unidos por un fin en mente

Acciones sugeridas a desarrollar:

- Que todos los servidores de estructura cuenten con tres suscripciones: una para cargarla siempre, otra para regalarla a un profesional y otra para el ahijado o el doceavo.
- Que en los eventos, siempre haya un aula con temas de Plenitud.
- Establecer proyectos y metas realizables como comité, que tengan seguimiento, avance y evaluación de resultados.
- Si soy un coordinador saliente, apadrinar al nuevo para que el seguimiento de los proyectos alcance los resultados esperados por la conciencia del comité.
- Regalar la revista a un veterano para que se motive y se involucre de nuevo con la experiencia compartida en la revista.
- Involucrar al delegado, al coordinador de área, al MC y al RSG. Nuestro fin en mente, nuestro objetivo común, no importando el servicio que se tenga, es el de transmitir el mensaje de Alcohólicos Anónimos.
- Crear un proyecto para que todos los grupos tengan a su RCP.
- Darle continuidad a los proyectos del año pasado y a los de éste, en unión con los distritos.
- Acudir al plan de acción mensual de Plenitud, ya que da pautas a generar nuevas estrategias cuando se agoten las ideas.

El manejo de las finanzas en mi comité

Hablar de finanzas en nuestra Comunidad siempre es delicado; la confianza y el compromiso son esenciales para caminar juntos para seguir nuestras metas que alcancen a los alcohólicos que aún están sufriendo.

La confianza debe estar depositada en nuestros servidores y el compromiso que como servidor adquirimos nos debe llevar a ejecutar acciones, lograr objetivos y generar informes transparentes para que la información fluya y no se cree un ambiente hostil y desagradable que nos lleve a la desunión. Por ello, es de suma relevancia implementar mecánicas que permitan ser lo más transparente que sea posible en cuanto a las compras y a los gastos, así como documentos claros que eviten malas interpretaciones.

Estamos jugando con vidas y eso debe ser un punto importante a la hora de manejar el dinero. A veces, gana el resentimiento por aquellos que se fueron con los ingresos del comité. Pero no todos los servidores son iguales. Podemos elegir brindarles nuestra confianza y apoyarlos para que juntos, con lo que se tenga en el momento de iniciar los trabajos, se vaya para adelante y no para atrás.

Es importante tener un control en las suscripciones, por ejemplo, utilizando un folio con nombre de suscriptor, grupo y fecha de entrega. Que todo se haga con notas y firmas, así como los compromi-

dos de los deudores sean liquidados para poder seguir con nuestra labor. Recordemos que esa labor es por los que aún sufren por su manera de beber. El común denominador es que Plenitud representa una fuente de ingresos que va destinada a diversos rubros según la autonomía del área: mejoras para el área en general, tesorería, *stock* del comité, comités de acción, etcétera. Cada área trabaja el dinero de manera diferente; hay algunas que lo manejan a través del tesorero general; en otras ocasiones, es el mismo comité quien administra sus recursos. Para cualquier caso, es importante recordar nuestra responsabilidad que como servidores hemos adquirido: servir a Alcohólicos Anónimos, no servirnos de la Comunidad.

El archivar los gastos para que cualquier compañero los consulte genera confianza en los servidores y la aclaración de dudas crea empatía y armonía dentro de un centro de servicio.

Si se trabaja a consignación, hay que procurar que sea por poco dinero. Lo ideal es que las revistas sean pagadas al contado, pues así la atención y la energía se verán enfocadas más al estudio y difusión de los temas, que al gasto innecesario de tiempo en reclamos, cobranzas e inquietudes que nos desvían del objetivo común.



La confianza es nuestra mejor inversión

Acciones sugeridas a desarrollar:

- Enfrentar y ser responsables del servicio con el manejo del dinero.
- No centralizar el manejo del dinero en una sola persona. Por ejemplo, si se maneja el dinero con el banco, se puede controlar mediante dos o tres firmas autorizadas para movimientos de dinero que necesite el comité.
- Por lo anterior, generar también informes claros y honestos para incrementar la confianza en los demás compañeros.
- Que el comité de finanzas evalúe en conjunto con el comité de Plenitud la administración de los recursos que se generan en el trabajo general de la revista y sus productos especiales.
- Aprovechar el 20% de descuento que ofrece Oficina Plenitud a las áreas, para otras actividades que requieran dinero. A veces, no se puede crecer en el sentido económico. El objetivo no es la riqueza, sino generar los recursos para que las utilidades sean empleadas en redoblar nuestros esfuerzos y mejorar los servicios por la transmisión del mensaje.
- Realizar inventarios constantemente y mantener informada a la conciencia sobre ello.
- Entregar comprobantes o recibos por suscripciones y adquisiciones de productos especiales a distritos y compañeros en general, así como guardar una copia de los mismos para futuras aclaraciones.



Plenitud AA

Plenitud y los comités del trébol

Los eventos que se realizan en nuestra Comunidad tienen el único fin de transmitir el mensaje y los comités del trébol son pieza fundamental para que nuestro objetivo llegue a más personas que no conocen sobre Alcohólicos Anónimos. Es por ello que se considera la importancia que tienen en la estructura los siguientes comités: Centros de Tratamiento, Cooperación con la Comunidad Profesional, Instituciones Correccionales e Información Pública.

Tenemos la “Semana de Compartiendo Esfuerzos”, la “Semana del Interno Alcohólico”, la “Semana del Mensaje al Aire”, la “Semana del Enfermo Alcohólico Encamado” y la “Semana de los Jóvenes en Alcohólicos Anónimos”; todas ellas, oportunidades importantes para transmitir el mensaje. ¡Ahí es donde Plenitud puede entrar en acción!

Las reuniones con autoridades, con los medios e incluso con trabajadores sociales, pueden ser momentos que podemos aprovechar para hacerles llegar la revista. Sin embargo, puede existir el obstáculo de que los comités del trébol tengan pocos recursos, de tal manera que si ellos no acuden al comité de Plenitud, es momento que los servidores de la revista tomen las riendas y motiven a sus compañeros para que, conjuntamente, se redoblen esfuerzos y se alcancen mayores resultados.

Uno de los objetivos de que la Oficina Plenitud ponga a disposición paquetes de productos es precisamente para que el área, a través de su comité de Plenitud, busque la manera de abrir más caminos en dónde trabajar con la transmisión del mensaje. De estos paquetes, se puede destinar algún porcentaje de los productos para los trabajos en hospitales, prisiones, medios de comunicación, profesionales, jóvenes.

Plantearse presupuestos anuales para el apoyo de estos comités implica también un compromiso inmediato para generar planes de acción y trabajar así en conjunto; o acercarse a los profesionales con algunos productos de fin de año, a manera de obsequio, son puertas que se pueden abrir para iniciar una relación de cooperación mutua en beneficio de terceros: los alcohólicos que aún están sufriendo por su manera de beber.

Por lo anterior, la comunicación entre los comités del trébol, el comité de Plenitud y la Oficina Plenitud, es pieza fundamental para que los esfuerzos entre todos se vean beneficiados. Así, la oficina tiene también el compromiso de tener su sitio web y su blog actualizado, de tal manera que la información sobre paquetes, promociones, productos nuevos y revista, esté siempre al día y facilite los pedidos anticipados para que los comités lleven a cabo su misión de manera eficiente.

S

Plenitud AA



Entre todos logramos más y mejores resultados

Acciones sugeridas a desarrollar:

- Que durante las semanas de acción (Compartiendo esfuerzos, Interno Alcohólico, etcétera), se apoye a los comités del trébol con productos especiales de la Oficina Plenitud.
- Motivar a que cada comité del trébol adquiriera una suscripción.
- Que de los paquetes de productos que se adquieren, se destine un tanto de libros y revistas para apoyar el trabajo de los comités del trébol.
- Leer en algún espacio radiofónico alguna experiencia plasmada en la revista.
- Buscar la manera de lograr que se transmita, a través de la radio, alguno de los audios que vienen en los discos compactos *La voz de Plenitud AA*.
- Crear una estrategia financiera o presupuestos anuales que apoyen, a través del comité de Plenitud, a los comités del trébol.
- Motivar a los grupos a que donen sus revistas atrasadas para trabajar con las instituciones, centros de tratamiento, mensaje al aire, compartiendo esfuerzos, profesionales, autoridades, trabajadores sociales, jóvenes.



Plenitud AA

Áreas de oportunidad para mejorar la comunicación

Como ya hemos visto, el comité de Plenitud puede establecer proyectos y planes de acción con el comité de finanzas y los comités del trébol. Sin embargo, en ocasiones, la información que envía la oficina a las áreas no llega a su destino. No perdamos tiempo en echarnos la culpa, busquemos juntos soluciones. Como coordinador del comité de Plenitud se recomienda preguntar al delegado, al secretario del área o al coordinador, si han recibido alguna información por correo electrónico para Plenitud. Eso es un buen comienzo para tomar, después, una ruta de acción.

Se podrían usar los correos particulares de cada coordinador, en efecto, pero recordemos también que existe un Plan de Tecnología, y que tenemos una red interna de correos electrónicos, blogs y página web para mantener a nuestra Comunidad informada al respecto de todas las actividades que se generan para seguir trabajando con la revista.

Muchas veces, las distancias son un obstáculo. A veces, los servidores radican en lugares a donde no llega la señal de Internet ni la del celular. Pero siempre, antes o después de cada reunión en el área, se pueden brindar algunos minutos para establecer canales de comunicación entre los servidores y mantener así a toda la conciencia del área bien informada: Para mejorar el servicio es

necesario mejorar la comunicación. La falta de comunicación causa mucho mal, deteriora las relaciones y obstaculiza el servicio. Pero todos los problemas tienen solución, basta un poco de buena disposición y de recordar el objetivo que nos hermana. Asumiendo nuestra responsabilidad, brindando información clara y transparente, preguntando dudas e investigando, siempre se encontrarán mejores y más eficientes métodos de tener una estrecha comunicación en todos los niveles de la estructura.



Los problemas existen para que encontremos soluciones

Acciones sugeridas a desarrollar:

- Como coordinador de Plenitud del área, pregunta al delegado, al coordinador del área y al secretario, si han recibido información para el comité de Plenitud.
- Establecer proyectos que involucren a otros comités: los del trébol y el de finanzas.
- Se sugiere no descuidar nuestra recuperación, ya que estos servicios suelen ser muy absorbentes y los problemas dentro y fuera de Alcohólicos Anónimos, pueden ir mermando nuestro espíritu de servicio.
- Pedir apoyo a los MCS para delegar responsabilidades. Está comprobado que si nos damos tiempo para capacitar a nuestros compañeros y hacer retroalimentación, la cantidad de trabajo se distribuye haciendo el servicio menos desgastante.
- Continuar haciendo talleres y eventos de Plenitud. Se demostró que han mejorado la comunicación y la percepción de la Comunidad hacia la revista.
- Leer el *Manual de Comités de Plenitud AA*.
- Visitar los distritos y si es posible a los grupos para informar sobre lo que es el servicio de Plenitud.
- Evitar el “ése no es mi servicio” y encauzar hacia los medios correspondientes cualquier inquietud que llegue a nuestras manos en relación con la revista y sus productos especiales.
- En cada evento de área y en las ocasiones en que los comités del trébol trabajan para transmitir el mensaje, acudir como apoyo, ya sea con productos especiales, formatos de suscripción o con información relacionada con la revista y sus productos especiales.

Evaluación anual de los resultados

.....

<p>Proyectos de mi comité</p>	
<p>El manejo de las finanzas en mi comité</p>	
<p>Plenitud y los comités del trébol</p>	
<p>Áreas de oportunidad para mejorar la comunicación</p>	