

# Casa de Espiritualidad María Inmaculada

Tel. 933 954 111  
Carrer Edith Llaurador, 22  
08391 Tiana (Barcelona)

## CÓMO LLEGAR?

### Desde Barcelona

#### A Tren de cercanías R1 en Sants

Paradas desde Sants: Pza. Catalunya, Arc de Triomf, El Clot, Sant Adrià del Besòs, Badalona i Montgat

Luego Bus B-29 desde Montgat hasta la casa de espiritualidad.

B Metro L2 hasta Pep Ventura + Bus B-29 hasta la casa de espiritualidad

### Desde el Aeropuerto

Tren R2 desde terminal hasta Sants y desde allí opción A.



Al-Anon y Alateen área 2 Barcelona - Girona

**“¡QUÉ BELLA ES LA VIDA,  
SI APRENDO A VIVIRLA!”**

**35 CONVIVENCIAS**

**AL-ANON Y ALATEEN ÁREA 2**


**3, 4 Y 5 DE FEBRERO DE 2022**

**Tiana, Barcelona**

## PROGRAMA VIERNES 3 DE FEBRERO


17:00	<b>Recepción</b>	
19:00	<b>BIENVENIDA</b>	
20:30	<b>CENA</b>	
22.00	<b>Reuniones NOCHE</b>	
	SALA A	Tema: EMPEZAMOS A CONOCERNOS Libro: Descubramos nuevas opciones, páginas 57- 59
	SALA B	Tema: COMPRENSIÓN DE LA ENFERMEDAD DEL ALCOHOLISMO Libro: Viviendo con un alcohólico, página 9-13
	SALA C	Tema: LEMAS Libro: Grupos de Familia de Al-anon, páginas 79 a 82
23:30	Descanso y reuniones libres	

## PROGRAMA SÁBADO 4 DE FEBRERO

07:00	<b>Café madrugón</b>	
08:00	<b>Chi-kung (despertar del cuerpo)</b>	
09:00	<b>DESAYUNO</b>	
10.00	<b>Reuniones MAÑANA 1</b>	
	SALA A	Tema: LEMA "PROGRESO, NO PERFECCIÓN" Libro: Esperanza para Hoy, día 21 de septiembre
	SALA B	Tema: PONER EL FOCO EN MI ES LA PASARELA HACIA LA SERENIDAD Libro: Descubramos nuevas opciones, página 60
	SALA C	Tema: EL PODER DE LAS ACTITUDES Libro: Como ayuda Al-anon a los familiares, página 76-78
11:30	Descanso - <b>VENTA LITERATURA</b>	
12:00	<b>Reuniones MAÑANA 2</b>	
	SALA A	Tema: NO PODÍA PERMITIRME MOSTRAR DEBILIDAD Libro: Intimidad en las relaciones alcohólicas, página 43
	SALA B	Tema: ¿CÓMO AYUDA LA ESTRUCTURA DE AL-ANON A NUESTRAS VIDAS? Libro: Descubramos nuevas opci. pág.95-96, En busca libert. pág. 228-229
	SALA C	Tema: ESPIRITUALIDAD Libro: Intimidad en las relaciones alcohólicas, páginas 7, 88,89, 145-147
14:00	<b>COMIDA Y DESCANSO</b>	
16:30	<b>Reuniones TARDE 1</b>	

	SALA A	Tema: SEGUIMOS VINIENDO Libro: Abramos el corazón, páginas 152-153
	SALA B	Tema: VERGÜENZA Libro: En todas nuestras acciones, páginas 11, 21, 22, 83, 214
	SALA C	Tema: NEGACIÓN Libro: Alateen, esperanza para los hijos, páginas 4-7, 60, 6
18:00	Descanso - <b>VENTA DE LITERATURA</b>	
19:00	<b>Reuniones TARDE 2</b>	
	SALA A	Tema: UNA LECCIÓN SOBRE LA ACEPTACIÓN Libro: Cuando estoy ocupado..., páginas 28-29
	SALA B	Tema: EL CRECIMIENTO ESPIRITUAL DERIVADO DEL DOLOR Libro: Abramos el corazón, pág 173-174
	SALA C	Tema: SERENIDAD Libro: Descubramos nuevas opciones, pág. 237-239
20.30	<b>CENA</b>	
22:00	<b>Reuniones NOCHE</b>	
	SALA A	Tema: INTIMIDAD Libro: Intimidad en las relaciones alcohólicas, página 77
	SALA B	Tema: AFRONTAR LA MUERTE DE UN SER QUERIDO Libro: Abramos el corazón, página 108
	SALA C	Tema: CONFIANZA PARA TENER INTIMIDAD Libro: Intimidad en las relaciones, pág. 37-39, 39-40
23:30	Descanso y reuniones libres	

## PROGRAMA DOMINGO 5 DE FEBRERO

07:00	<b>Café madrugón</b>	
08:00	<b>Chi-kung (despertar del cuerpo)</b>	
09:00	<b>DESAYUNO</b>	
10.00	<b>Reuniones MAÑANA</b>	
	SALA A	Tema: ¿QUÉ ES LA MEDITACIÓN PARA MI? Libro: Senderos de recuperación, páginas 108-109 y Esperanza para Hoy página 116
	SALA B	Tema: CONCIENCIA Libro: Esperanza para Hoy, página 238
	SALA C	Tema: SABIDURÍA Libro: Esperanza para Hoy, página 156
12:00	<b>DESPEDIDA</b>	
14:00	<b>COMIDA</b>	