

PARA A COORDENAÇÃO DE UMA REUNIÃO DE GRUPOS FAMILIARES AL-ANON ELETRÔNICOS (GFA-e)

Este roteiro deve ser utilizado, visando manter a unidade do Al-Anon/Alateen. Cada Grupo tem autonomia para dinamizar a reunião, desde que seja dentro dos princípios do Al-Anon.

Para melhor atender aquelas pessoas que vêm pela primeira vez é sugerida uma reunião em separado, utilizando o **GE-6 Para a coordenação de uma reunião presencial ou eletrônica com membros em potencial**.

Abertura

Meu nome é, sou Al-Anon, familiar de alcoólico e frequento as reuniões de Al-Anon. No momento, presto serviço coordenando esta reunião. Sejam bem-vindos.

Embora o Al-Anon não esteja afiliado a nenhuma seita ou religião, costumamos iniciar nossas reuniões com uma pequena oração, que é proferida nas reuniões de Al-Anon do mundo inteiro. Quem quiser, pode me acompanhar na Oração da Serenidade, após um momento de silêncio:

Deus, concedei-me a **Serenidade**
Para aceitar as coisas que não posso modificar,
Coragem para modificar aquelas que posso,
E **Sabedoria** para perceber a diferença.

Esperamos que aqui vocês encontrem a ajuda que nós tivemos o privilégio de encontrar. Nós que convivemos com o problema do alcoolismo, adquirimos uma compreensão que talvez poucas pessoas possuem. Também nos sentimos sozinhos e frustrados, mas no Al-Anon/Alateen descobrimos que não existe situação realmente sem esperança e que podemos encontrar alegria – e até mesmo felicidade, quer o alcoólico ainda esteja bebendo ou não.

Os Grupos Familiares Al-Anon são uma associação de parentes e amigos de alcoólicos que compartilham sua experiência, força e esperança, a fim de solucionar os problemas que têm em comum.

Nós acreditamos que o alcoolismo é uma doença que atinge a família e que uma mudança em nossas atitudes pode ajudar na recuperação.

O Al-Anon não está ligado a nenhum movimento político, organização ou instituição; não se envolve em qualquer controvérsia, nem endossa ou se opõe a qualquer causa.

O Al-Anon tem apenas um propósito: prestar ajuda a familiares e amigos de alcoólicos. Fazemos isso praticando os Doze Passos, encorajando e compreendendo nossos parentes alcoólicos, bem como acolhendo e proporcionando alívio a familiares de alcoólicos.

Os membros de Al-Anon que também são membros de outros grupos anônimos, são alertados a manter o enfoque somente no programa Al-Anon.

Solicitamos que sejam evitados diálogos ou apartes, para não confundir o pensamento da pessoa que está com a palavra.

NORMAS DE CONDUTA

Lembrete para o Coordenador: As normas de conduta deverão ser decididas anteriormente, por meio da consciência de grupo, ser explicadas no início da reunião – e reforçadas, caso seja necessário. Uma orientação carinhosa pode ajudar os participantes a entenderem o propósito do programa Al-Anon/Alateen.

Para ler no início da reunião

1. Desligar o microfone para evitar ruídos e interferências. Usar preferencialmente fones de ouvido, porque ajuda a preservar o anonimato dos participantes.
2. Desligar a câmera, a fim de que a conexão possa ficar mais leve para todos, caso haja necessidade.

3. Solicitar aos novos participantes que se identifiquem, abrindo a câmera.
4. Estar devidamente vestido e acomodado, de forma respeitosa. Lembrar de que estamos conectados com o mundo! Cortesia e respeito com todos os participantes é imprescindível.
5. Não é permitido fazer fotos ou *prints* da tela.
6. **Não é permitido realizar a gravação da reunião, por qualquer meio.**
7. Dar preferência a não comer em frente à câmera. Caso seja necessário, desligá-la.
8. Evitar atividades secundárias durante a reunião, como: fazer as unhas, artesanato, assistir tv, ouvir rádio, entre outras. Certificar-se da privacidade e segurança, levando em consideração o princípio do anonimato.
9. Manter aparelhos eletrônicos desligados ou em modo silencioso.
10. Evitar a utilização de termos profissionais, como “*co-dependente*”; expressões religiosas e outros.
11. Participação é a chave da harmonia. Portanto é importante estar preparado para participar.
12. Lembrar-se de que a sobrevivência do Al-Anon – e até mesmo sua continuidade, dependem de consciências bem informadas e da obediência ao que não é exigido.
13. Esta reunião terá a duração de

O programa Al-Anon

O programa se baseia nos Doze Passos, Doze Tradições e Doze Conceitos de Serviço que, pouco a pouco, tentamos aplicar às nossas vidas, um dia de cada vez, juntamente com nossos Lemas e a Oração da Serenidade. O carinhoso intercâmbio de ajuda entre os membros e a leitura diária da literatura do Al-Anon nos preparam para receber a inestimável dádiva da serenidade.

Tema da reunião

O tema da reunião de hoje é e após a leitura, a palavra está aberta para nossas experiências de vida, relacionadas à aplicação deste mesmo tema, lembrando que o enfoque deverá recair sobre nós mesmos e não sobre outra pessoa, seja alcoólico ou não.

Anonimato

Como uma associação de pessoas que são familiares ou amigos de alcoólicos, o Al-Anon não é anônimo, mas seus membros o são individualmente, preservam o anonimato uns dos outros e se mantêm anônimos, conforme recomenda o **S-9 Cartão de anonimato**:

Quem você vê aqui,
O que você ouve aqui,
Quando você sair daqui,
Deixe que fique aqui.

Tudo o que é dito na reunião de Grupo ou de membro para membro deve ser confidencial, respeitando a segurança e a privacidade dos participantes. Somente desta forma podemos nos sentir livres para dizer o que vai em nossas mentes e corações, pois é assim que ajudamos uns aos outros no Al-Anon.

Boas-vindas aos membros em potencial e recém-chegados

Gostaríamos de dar as boas-vindas àqueles que estão conosco pela primeira vez e àqueles que estão conosco há pouco tempo. Foi bom vocês terem vindo e melhor ainda que continuem voltando. Nosso programa tem ajudado muitos de nós a encontrar soluções que levam à serenidade. Muita coisa depende de nossas próprias atitudes e, à medida que aprendemos a colocar nosso problema em sua verdadeira perspectiva, verificamos que ele perde o poder de dominar nossos pensamentos e nossas vidas.

A situação familiar com certeza irá melhorando, à medida que colocamos em prática as ideias do Al-Anon. Sem essa ajuda espiritual, a convivência com um alcoólico é muito difícil para muitos de nós. Nossos pensamentos ficam distorcidos na tentativa de forçar soluções, ficamos irritados e nos tornamos insensatos, sem perceber.

Aqueles que estão conosco pela primeira vez, gostariam de dizer seus nomes? Poderiam nos dizer como tomaram conhecimento da reunião de Al-Anon?

Contribuições

O Grupo deverá ser totalmente autossuficiente, recusando contribuições de fora. Não há taxas nem mensalidades para participar das reuniões. A contribuição espontânea de cada membro é responsável por apoiar financeiramente o Grupo Al-Anon e é uma forma dos membros expressarem gratidão pela ajuda que receberam do programa (princípio da abundância), garantindo assim que o Al-Anon esteja disponível para qualquer um que buscar a recuperação dos efeitos causados pela doença do alcoolismo. Os recursos do Grupo são utilizados para apoiar o propósito do Al-Anon – levar a mensagem de ajuda e esperança para aqueles que ainda sofrem (Passo Doze).

As contribuições do Grupo Al-Anon apoiam o Escritório de Serviços Gerais Al-Anon (ESGA) e a publicação de peças da literatura. A **Literatura Aprovada pela Conferência (LAC)** também é Tradição Sete e está disponível para aquisição, no site www.al-anon.org.br

Atenção:

O Grupo Familiar Al-Anon Eletrônico (GFA-e) não fornece link e nem envia boleto para recebimento de contribuições. O Tesoureiro comenta brevemente sobre a Tradição Sete e orienta sobre como fazê-la.

Intervalo

Poderá haver intervalo, caso a consciência de grupo determine.

Comunicações

O Secretário tem alguma correspondência ou informação para o Grupo?

O Representante de Grupo (RG) tem alguma comunicação do Escritório de Serviços Gerais Al-Anon (ESGA)? Ou talvez deseje ler para nós algum artigo do **Boletim Al-Anon – Informativo Nacional**?

O Tesoureiro tem algum assunto para apresentar?

Apadrinhamento pessoal

O estreito relacionamento entre padrinho e afilhado ajuda a compreender melhor nosso programa. Você, que ainda não escolheu seu padrinho, está convidado a fazê-lo. Escolha alguém com quem você tenha se identificado para compartilhar as suas dúvidas. Reflita sobre esta sugestão após ter participado de algumas reuniões.

Alateen

Os Grupos Alateen são formados por adolescentes que têm problema de alcoolismo em suas famílias. Eles se reúnem para compartilhar suas experiências trabalhando o programa. Cada Grupo Alateen deve ser apadrinhado por dois membros adultos e experientes do Al-Anon. Os Alateens devem também participar das reuniões de Al-Anon.

Encerramento

Encerrando, gostaria de dizer que as opiniões aqui manifestadas são estritamente pessoais. Guardem aquelas de que gostaram e esqueçam as outras. Tudo que ouvirem aqui foi dito em confiança e deve ser confidencial. Façam com que fique dentro desta reunião e em suas mentes.

Algumas palavras especiais para aqueles que estão conosco há pouco tempo: sejam quais forem os seus problemas, há entre nós alguns que também os tiveram. Se vocês procurarem manter a mente aberta, encontrarão ajuda.

Vocês acabarão por compreender que não existe situação tão difícil que não possa ser melhorada, nem infelicidade tão grande que não possa ser amenizada.

O acolhimento que lhes oferecemos pode não ter demonstrado o nosso carinho, mas depois de algum tempo, vocês vão descobrir que, embora possam não gostar de todos nós, vão nos amar de um modo muito especial – do mesmo modo que nós já amamos vocês.

Conversem e troquem ideias entre si, mas abstenham-se de comentar ou criticar os outros. Ao contrário, deixem que a compreensão, o amor e a paz do programa cresçam dentro de vocês, um dia de cada vez.

Quem quiser, pode me acompanhar na Oração da Serenidade, seguida da (de acordo com a consciência de grupo, optar pela Declaração do Al-Anon **ou** pela Declaração de Unidade do Al-Anon)

Oração da Serenidade

Deus, concedei-me a **Serenidade**

Para aceitar as coisas que não posso modificar,

Coragem para modificar aquelas que posso e

Sabedoria para perceber a diferença.

Declaração do Al-Anon

Que comece por mim

Quando alguém, em qualquer lugar,
pedir ajuda, que a mão do Al-Anon e Alateen
esteja sempre ali, e – que comece por mim.

Declaração de Unidade do Al-Anon

Cada membro do Al-Anon é uma parte significativa
de um grande círculo de esperança.

Enquanto respeitamos a individualidade de cada um,
nosso bem-estar comum deve vir em primeiro lugar.

Nossa recuperação depende da nossa necessidade mútua
e de um clima de confiança.

Extraída do **B-22 Como o Al-Anon funciona para familiares e amigos de alcoólicos**, contida no texto referente à Tradição Um.

Revisado em janeiro/2023



Grupos Familiares Al-Anon do Brasil
Rua Antônio de Godói, nº 20, salas 51 e 52
5º andar – CEP 01034-000 São Paulo/SP
Caixa Postal 458 – CEP 01031-970 São Paulo
Telefax: (11) 3331-8799

www.al-anon.org.br

www.facebook.com/AlAnonBrasil

www.youtube.com/alanondobrasil