

Comedores Compulsivos Anónimos – H.O.W

Formato de Reunión Promesas

Requisitos para ser líder de la reunión: 30 días de abstinencia CEA-HOW y haber sido “presentado como patrocinador”.
(Asigne las lecturas antes de comenzar la reunión a las 7:03 Tiempo Este de USA)

Bienvenidos a la Reunión Promesas de Comedores Compulsivos Anónimos-H.O.W. Mi nombre es _____, y soy un comedor compulsivo y el líder de esta reunión.

Por favor acompañenme a decir la Oración de la Serenidad?... Dios, concédeme la serenidad de aceptar las cosas que no puedo cambiar, el valor de cambiar las cosas que puedo, y la sabiduría de conocer la diferencia.”

La siguiente es información importante que aplica a la reunión por teléfono. Considere que lo siguiente le ayudara a funcionar bien.

1. Interferencia: Por favor use la tecla MUTE (MUDO) en su teléfono cuando usted no este hablando. Presionando las teclas de estrella (*) y 6 en el teclado de su teléfono se pondrá en mudo (MUTE). También recuerde de hacer UN-MUTE (ALTA VOZ) presionando las teclas de estrella (*) y 6 del teclado en su teléfono cuando usted desea compartir.

2. El formato de la reunión, lecturas y Guías de la Línea Puente están en la página Web, www.ceahow.org. Las reuniones por teléfono son muy especiales porque la gente que asiste esta en todo el mundo. Así que, en la página Web de www.ceahow.org está toda la información que corresponde a las reuniones por teléfono. Las copias del formato de reunión y lecturas se pueden imprimir de este sitio Web.

La Reunión de Las Promesas se ha establecido para dar esperanza y ánimo a todos los que no han visto Las promesas manifestarse en sus vidas. Invitamos al líder y los miembros que compartan como una promesa como está escrito en el Libro Grande de AA, se ha manifestado en sus vidas. La Reunión Promesas de CEA-HOW están basadas en el concepto de libertad sobre la adicción de la comida que nos llevan al mantenimiento y abstinencia continua. Continuamos con los 7 Instrumentos, como están escritos en nuestra literatura, y practicamos los 12 Pasos en nuestro diario vivir. Los grandes beneficios se derivan de esta manera de vivir incluye:

- Libertad de la obsesión por la comida**
- Mantenimiento de peso saludable**
- Imagen de Cuerpo Saludable**
- Salud general renovada**
- Un sentimiento de bienestar**

Alguien con 30 días de abstinencia nos puede hacer el favor de leer los 7 Instruments?

Todos los patrocinadores disponibles favor de calificar su tiempo en abstinencia, cuanto peso perdió y la clase de patrocinador que es (comida, inventario, pasos o mantenimiento) y su número de teléfono.

Los otros patrocinadores favor dar su número de teléfono.

Los que desean permanecer en línea después de la reunión pueden decir su número de teléfono.

Por favor alguien lea el Concepto CEA-HOW.

Por favor alguien lea el Capítulo 5 en el Libro Grande de AA.

Por favor alguien lea los 12 Pasos de Recuperación

Por favor alguien lea los 12 Tradiciones

La siguiente parte de la reunión reconoce los obstáculos de CEA-HOW, incluyendo el pasar a un nuevo nivel de apadrinamiento o celebrando un aniversario en CEA-HOW. Hay aquí nuevos patrocinadores? Alguien está celebrando un aniversario CEA-HOW?

**Ahora es el tiempo de dar su nombre y la ciudad de donde llama.
Por favor alguien lea Las Promesas.**

Ahora es el tiempo que el líder comparte su experiencia, fortaleza y esperanza como se aplica a la promesa de la semana. La promesa de esta semana es No. _____. El líder comparte en esta promesa por un periodo de 3-5 minutos.

Nuestra Séptima Tradición nos dice que cada grupo debe sostenerse a si mismo negándose a recibir contribuciones de afuera. El dinero que se colecta es para apoyar esta reunión y sus gastos así como hacer apoyar a otras reuniones, miembros y niveles de la organización de CEA-HOW para ayudar a pasar el mensaje que hay recuperación de comer compulsivamente. La 7ma tradición ayuda a apoyar las reuniones por teléfono en las siguientes maneras:

- 1) Tener una reserve prudente para la línea de teléfono en caso que el servicio gratuito sea descontinuado**
- 2) Apoyar el sitio Web que es el recurso central para la información de la reunión por teléfono**
- 3) Donaciones al Área – dar apoyo enviando delegados a la asamblea anual de la Conferencia de Negocios de Servicios Mundiales**

Favor de enviar su donación de 7ma tradición a “CEA-HOW Bridge Meeting” en la siguiente dirección:

**CEA-HOW Bridge Meeting
PO Box 3031
Cleburne, TX 76033**

Pedimos ahora el reporte de la Secretaria.

Alguien tiene algún anuncio relacionado a CEA-HOW?

El liderazgo de esta reunión trabaja en base de rotación. Los que dan servicio como lideres lo hacen en base a cada mes. Las calificaciones para ser lider son:

- 30 días de abstinencia**
- Haber completado 30 días de preguntas**
- Haber sido Presentado como patrocinador de comida**

Si desea dar servicio en esta capacidad llame a John (616.293.2010) o Amy (269.934.9353).

Ahora la reunión está abierta a compartimientos basados en la Promesa No. _____. A cada uno se le da la oportunidad de compartir si tienen siete días de continua abstinencia CEA-HOW. Los compartimientos son de 3 minutos de duración y se mantienen positivos ofreciendo experiencia, fortaleza, y esperanza. Le pedimos que nadie de consejos y por favor no “Cross-talk” o interferencias/interrupciones.

Deseo darle las gracias que compartieron hoy. Por favor recuerde nuestra Tradición 12 tan apreciada que dice: “El anonimato es la base espiritual de todas nuestras tradiciones, recordándonos siempre de poner principios antes de personalidades.”

Los requisitos de CEA-HOW son los que este grupo en particular ha encontrado efectivo para trabajar el programa, y no representa a otra organización o reunión excepto este. La opiniones expresadas aquí hoy son de las personas que compartieron y no necesariamente de CEA-HOW en su totalidad.

Gracias por permitirme ser su líder de esta reunión. Después de la Oración de la Serenidad, favor de permanecer en línea si desea dar o recibir números de teléfonos.

Por favor alguien lea “Una Visión para Ti”.

Por favor de poner su teléfono en alta voz y acompañeme en decir la Oración de la Serenidad.

REPORT DE SECRETARIO/A

(Requisitos para ser Secretario/a de la reunión: 30 días de abstinencia de CEA-HOW y haber completado los 3 primeros pasos y trabajando con un patrocinador)

El/la secretario/a es responsable de hacer lo siguiente:

- Estar en línea a las 6:57 Tiempo Este de USA
- Asegúrese que el líder está presente o pida a un alterno
- Asegúrese que la reunión comience a las 7:03 tiempo Este de USA
- Monitoree el ruido en el fondo
- Mantenga lista de las reuniones semanalmente
- Ayude en mantener la reunión sin contratiempos
- Dirige las reuniones de negocios; mantenga lista de las mociones que se aprobaron por la conciencia de grupo. Mantiene los archivos.

Acta de la semana pasada:

Fecha: _____

Secretaria: _____

Número de personas en asistencia: _____

Número de personas nuevas _____

Negocios Actuales de la Reunión

Información de Esta Semana:

Líder para la próxima semana _____

Promesa para la próxima semana _____

(Si el secretario/a no puede asistir la próxima reunión... pida por un voluntario que le suplante).

Otros Anuncios:

(Anuncie la reunión de negocios 2 semanas antes de la fecha en la agenda.)