



FAMILIAS ANÓNIMAS®

FORMATO SUGERIDO

Para las reuniones presenciales, virtuales o híbridas

[OPCIONAL PARA REUNIONES VIRTUALES:]

Antes de comenzar la reunión, el Moderador coloca la siguiente información en el CHAT o lo hace disponible al grupo, ya sea por correo electrónico o compartiéndolo en la pantalla:

- URL para el sitio web de FA: www.familiesanonymous.org
- URL para descargas gratuitas de los materiales de FA®: www.familiesanonymous.org/literature/free-downloads
- URL para comprar literatura de FA en el almacén en línea: www.familiesanonymous.org/shop
- Otros URLs, dependiendo del país y la ubicación del grupo _____
- URLs para hacer donaciones, tales como:
 - Donaciones directas a FA: www.familiesanonymous.org/donate
 - Donaciones a FA usando ZELLE: donate@familiesanonymous.org
 - Donaciones al grupo local: _____
- URLs para redes sociales que tienen presencia de FA:
 - Facebook: <https://www.facebook.com/familiesanonymousofficial>
 - Instagram: <https://www.instagram.com/familiesanonymousofficial>
 - Youtube: <https://www.youtube.com/familiesanonymousofficial>

Les damos la bienvenida a la reunión habitual del [día] _____ de [ciudad o nombre del grupo] _____. Mi nombre es _____ y seré su moderador para esta reunión.

Nuestras reuniones comienzan a las _____ y terminan a las _____. Si tiene un celular, le solicitamos mantenerlo en silencio durante toda la reunión lo cual evitará interrupciones y ayudará a que todos nos enfoquemos en los miembros que estén compartiendo.

[PARA REUNIONES VIRTUALES O HÍBRIDAS:]

Si usted se está uniendo a la reunión telefónicamente o a través de una plataforma en internet (tal como Zoom), le solicitamos prender la cámara y mantenerla encendida durante toda la reunión. Silencie su audio cuando no esté hablando, y apague cualquier otro aparato electrónico que pueda interrumpir la reunión. Para mantener la confidencialidad y el anonimato, manténgase sólo en un lugar aislado, donde otras personas no puedan ni ver ni oír la reunión, y no la grabe. En la pantalla, por favor identifiqúese usando sólo su primer nombre y la inicial de su apellido.

¿Hay algún visitante o alguna persona que viene por primera vez? ¡BIENVENIDO! Si desea quedarse unos minutos después de que la reunión termine, infórmenos y así tendremos a alguien disponible para darle la bienvenida y contestar cualquier pregunta que pueda tener.

¿Hay alguien que viene por segunda o tercera vez? ¡BIENVENIDO de nuevo!

[OPCIONAL:]

Ahora, presentémonos usando solamente nuestro primer nombre.

[ANUNCIOS:]

¿Hay algún reporte, anuncio o cualquier otra comunicación para compartir con el grupo de la Junta Mundial de Servicio? [PAUSA BREVE.] Gracias.

[OPCIONAL:]

Ahora, hagamos una pausa para un momento de silencio o de meditación personal. [PAUSA BREVE.]

Familias Anónimas es principalmente para aquellos que han sentido desesperación debido al comportamiento destructivo de alguien muy cercano, sea causado por drogas, alcohol o por los comportamientos problemáticos relacionados. Cuando usted entra en este salón ya no está sólo, sino entre amigos que han experimentado problemas similares. Respetaremos su anonimato y su confidencialidad, y sabemos que usted actuará de la misma manera.

**A QUIEN VEA AQUÍ,
LO QUE OIGA AQUÍ,
CUANDO SE VAYA DE AQUÍ,
SE QUEDA AQUÍ.**

Normalmente, entre más tiempo sigamos luchando solos, más se confunden nuestros pensamientos. Hemos descubierto que el trabajar nuestros Doce Pasos nos permite vivir cómodamente, a pesar de problemas no resueltos, y en algunas ocasiones, elimina obstáculos para la recuperación de aquellos por los que hemos venido a este programa.

Aquí empezamos a entender que para poder ayudar a los demás, primero tenemos que estar dispuestos a ayudarnos a nosotros mismos. Solo pedimos *sabiduría* para vernos como realmente somos, *valor* para hacer cambios en nuestra propia vida, con la ayuda de un Poder Superior a nosotros, tal como entendamos este concepto, y la *gracia* para soltar con amor a aquellos que nos preocupan y dejar de intentar cambiarlos.

Cuando alguien sufre el trastorno por consumo de sustancias, la familia y los amigos se ven afectados. Creemos que todos nos podemos ayudar a través de un cambio de actitudes. Procuramos estudiar el material de FA con mente abierta, asistir a tantas reuniones como nos sea posible e intercambiar números de teléfono con otros miembros, para recibir ayuda entre una reunión y otra.

[PARA LOS GRUPOS QUE MANTIENEN LISTA TELEFÓNICA O DE CORREO ELECTRÓNICO:]

Nuestro grupo tiene una lista de miembros dispuestos a ser contactados entre una reunión y otra.

Con nuestra lista telefónica, podemos buscar otros miembros durante una crisis o simplemente cuando necesitemos escuchar una voz amiga, que nos entienda y nos apoye. De esta manera, cuando no estemos en una reunión, el programa viaja con nosotros.

[AGREGUE ESTO SI TIENE UNA LISTA DE CORREOS ELECTRÓNICOS:] Nuestra lista de correos electrónicos nos permite enviar recordatorios de las reuniones y cualquier información, directamente o a través de una aplicación, tal como WhatsApp.

Siéntase con la libertad de agregar su primer nombre, la inicial de su apellido, su teléfono y su dirección de correo electrónico.

Familias Anónimas tiene lecturas básicas que forman la base de nuestro programa de Doce Pasos. Estas lecturas se encuentran disponibles de forma impresa en el *Folleto Básico de FA* (#1001) o de manera digital, descargables gratuitamente, en el sitio web de Familias Anónimas. Son leídas por diferentes miembros en cada reunión para recordarnos el mensaje que contienen. ¿Puede la persona que tenga una de estas lecturas leerla en voz alta cuando anuncie su título?

[PARA REUNIONES VIRTUALES O HÍBRIDAS: EL MODERADOR COLOCARÁ CADA UNA DE LAS LECTURAS EN LA PANTALLA, SI ES POSIBLE, A MEDIDA QUE LAS ANUNCIE.]

1. INTRODUCCIÓN [*LECTURA OPCIONAL*]
2. ACERCA DEL TRASTORNO POR CONSUMO DE SUSTANCIA [*ANTERIORMENTE SOBRE EL ABUSO DE SUSTANCIAS*]
3. CUATRO TENDENCIAS DESTRUCTIVAS
4. LOS DOCE PASOS
5. LAS DOCE TRADICIONES
6. AYUDANDO

RECESO [opcional] y LITERATURA

[PARA REUNIONES QUE → **CONTINUAN SIN TOMAR UN RECESO:**]

Cuando le sea posible, le invitamos a dar un vistazo a la gran variedad de excelente literatura de FA a la venta en el almacén en línea: *familiesanonymous.org/shop*. Muchos de nosotros tenemos nuestras lecturas favoritas y con gusto le ayudaremos recomendando publicaciones que le podrían ayudar a entender el programa y a apoyarlo en su camino a la recuperación.

[PARA REUNIONES QUE → **TOMAN UN RECESO PERO**
→ **QUE NO TIENEN LITERATURA A LA VENTA EN EL LUGAR DE LA REUNIÓN:**]

Tomaremos un breve receso y regresaremos en _____ minutos. Ya sea ahora o después de la reunión, le animamos a darle un vistazo a la gran variedad de excelente literatura de FA en nuestro almacén en línea: *familiesanonymous.org/shop*. Muchos de nosotros tenemos nuestras lecturas favoritas y con gusto ayudaremos a quien lo desee, recomendando publicaciones que le podrían ayudar a entender el programa y a apoyarlo en su camino a la recuperación.

[PARA REUNIONES QUE → **TOMAN UN RECESO Y**
→ **QUE TIENEN LITERATURA A LA VENTA EN EL LUGAR DE LA REUNIÓN:**]

Tomaremos un breve receso y regresaremos en _____ minutos. Para aquellos de ustedes que asisten en persona, este es un buen momento para mirar la literatura de FA que se expone en la mesa de literatura de nuestro grupo. Para aquellos que asisten virtualmente, los invitamos, ya sea ahora o entre una reunión a otra, a darle un vistazo a la gran variedad de excelente literatura de FA en nuestro almacén en línea: *familiesanonymous.org/shop*. Muchos de nosotros tenemos nuestras lecturas favoritas y con gusto ayudaremos a quien lo desee, recomendando algunas publicaciones que le podrían ayudar a entender el programa y a apoyarlo en su camino a la recuperación.

~~ PRACTICANDO EL PROGRAMA ~~

Cualquier material de FA, tal como un marcador de libro, un Paso, una Tradición o una lectura de *Hoy un mejor camino (HUMC)*, puede ser un excelente tema para la conversación en el grupo. Diferentes miembros lideran nuestras reuniones; animamos a todos a que tomen su turno. Liderar una reunión nos fortalece, sin importar el tiempo que hayamos asistido a FA.

Cualquier cosa que usted oiga en esta reunión es estrictamente la opinión personal de quien la presenta. Si un miembro dice algo que usted no puede aceptar, recuerde que él o ella simplemente está hablando desde la perspectiva de su experiencia personal, no de la de Familias Anónimas. Habrá un tiempo al final de la reunión para quienes no hayan participado.

Antes de comenzar, animamos a todos a sentirse libres de participar en la conversación, primero indicando su deseo de hablar y luego esperando a ser llamado por el moderador. Con el fin de que todos tengan la oportunidad de contribuir, evitamos hablar al mismo tiempo, lo que definimos como:

- Hablar fuera de turno, sin que el moderador se lo indique
- Tener una conversación simultánea, a un lado, durante la reunión
- Cuestionar o aconsejar a otro miembro

[SI HAY ALGUNA PERSONA QUE VIENE POR PRIMERA VEZ:]

Si usted viene por primera vez a FA, ha mostrado valentía dando el primer paso y asistiendo a su primera reunión. Le animamos a asistir a por lo menos seis reuniones más, antes de decidir si FA es el programa para usted. [DESPUES LEA O REFIERA A *LA CARTA PARA UN MIEMBRO NUEVO* (#6001S) O A LA LECTURA DE ENERO 1 EN EL LIBRO *HOY UN MEJOR CAMINO* (#1015S).]

[OPCIONAL:]

Hagamos una pausa para hacer un momento de silencio o meditación

~ EL ORADOR PRESENTA EL TEMA DE LA REUNIÓN ~

[NOTA: EN ESTA SECCIÓN, EL “ORADOR” PUEDE SER LA MISMA PERSONA QUE HA ESTADO LEYENDO EL “FORMATO SUGERIDO PARA LA REUNION,” O PUEDE SER UN MIEMBRO DIFERENTE, QUIEN PRESENTARÁ UN TEMA Y LIDERARÁ LA DISCUSIÓN.]

[ESPECIALMENTE CUANDO UN MIEMBRO NUEVO ESTE PRESENTE:]

El orador podrá compartir o pedirle a algunos voluntarios que compartan una breve historia personal (no más de tres a cinco minutos) acerca de su experiencia personal en FA y cómo el programa los ha cambiado. Por ejemplo: Cómo era antes de FA, que pasó y cómo es ahora.”

[PREPARANDO EL AMBIENTE:]

El moderador presenta el tema que ha sido seleccionado para esta reunión, que usualmente incluye lecturas de HUMC, y prepara el ambiente para que los miembros compartan sus pensamientos y experiencias. Esto no debe tomar más de 10 minutos.

Ahora abriremos la reunión para que los miembros compartan sus pensamientos y experiencias acerca del tema de la misma, o algo más que deseen compartir con el grupo. La participación de cada miembro no debe tomar más de tres a cinco minutos, para que todos aquellos que quieran compartir tengan la oportunidad de hacerlo. Como moderador, llamaré a las personas que tengan su mano levantada.

[CUANDO NO HAYA MÁS MANOS LEVANTADAS, EL MODERADOR PREGUNTARÁ:]

¿Hay alguien que no haya hablado que quisiera compartir ahora?

~ LA GRATITUD: PASAR LA CANASTA ~

Los principios de Familias Anónimas están basados en los Doce Pasos y las Doce Tradiciones. Nuestra Séptima Tradición dice que cada grupo debe ser totalmente autosuficiente. Aunque no se requiere ni cuotas ni pagos para la membresía, nuestras contribuciones voluntarias son usadas para pagar la renta, la literatura y los refrescos en las reuniones presenciales. También nos permiten llevar el mensaje de nuestro programa a otros, por medio de nuestro apoyo continuo a la Oficina de Servicio Mundial de FA. Su generosidad es promovida y muy apreciada.

[AGREGAR EN LA REUNIONES VIRTUALES O HÍBRIDAS EN LOS ESTADO UNIDOS:]

A diferencia de las reuniones presenciales en donde se pasa la canasta de donaciones, en las reuniones virtuales cualquier persona que desee contribuir a Familias Anónimas lo puede hacer en línea yendo a FamiliesAnonymous.org y oprimiendo el enlace “Donate” (donar). FA también ha implementado Zelle como una manera virtual de “pasar la canasta”. Cuando este inscribiendo el receptor, use **donate@familiesanonymous.org** como el correo electrónico a donde serán enviados los fondos.

[AGREGUE EN LA REUNIONES VIRTUALES O HÍBRIDAS FUERA DE LOS ESTADOS UNIDOS:]

A diferencia de las reuniones presenciales en donde se pasa la canasta de donaciones, en las reuniones virtuales cualquier persona que desee contribuir a Familias Anónimas lo puede hacer en línea yendo a [INSERTAR AQUÍ LAS INSTRUCCIONES Y EL ENLACE.].

~ CIERRE ~

La esencia de nuestro programa es que todo es meramente sugerido. Nuestro progreso se puede hacer a nuestro propio ritmo y a nuestra propia manera. Debido a que este es un programa anónimo, pedimos a todos los miembros y visitantes que respeten nuestro anonimato. Las historias que aquí se escuchan son contadas en confianza y no deben ser repetidas fuera de la reunión. Son contadas para que podamos entender mejor el programa y a nosotros mismos, y para animar a los miembros nuevos. Gracias a todos por haber participado. Compartir ideas y experiencias es lo que le da significado y hace tan útil este programa.

Cuando se vaya de aquí, lleve consigo los pensamientos/ideas que le sean más útiles y deje atrás los que no pueda aceptar. Y ahora, para los que quieran acompañarnos, [*nombre*] ____ nos guiará en la *Oración de la Serenidad*.

**DIOS, CONCÉDEME LA SERENIDAD PARA
ACEPTAR LAS COSAS QUE NO PUEDO CAMBIAR,
EL VALOR PARA CAMBIAR LAS COSAS QUE SÍ PUEDO,
Y LA SABIDURÍA PARA SABER LA DIFERENCIA.**

[CONCLUSIÓN ADICIONAL OPCIONAL:]

**¡SIGA VINIENDO!
EL PROGRAMA FUNCIONA
SI USTED LO TRABAJA, ASÍ QUE,
¡DEJE QUE COMIENZE CON USTED!**

Página 5



Families Anonymous, Inc.
701 Lee Street, Suite 670, Des Plaines, IL 60016-4508
(847) 294-5877 • fax (847) 294-5837 • (800) 736-9805 [USA only]
Website: www.FamiliesAnonymous.org • Email: famanon@FamiliesAnonymous.org



FAMILIES ANONYMOUS® y el acrónimo de FA® son marcas comerciales registradas federalmente, y el logo de FA es una marca comercial, que pertenece exclusivamente a Families Anonymous, Inc.

© Families Anonymous, Inc. • Todos los derechos reservados.