

1. Mam na imię...
2. Witam Wszystkich na mityngu Grupy Rodzinnej Al-Anon " Jest rozwiązanie".Obecny mityng jest mityngiem otwartym i trwa jedną godzinę.
3. Na początku proszę o wyciszenie emocji i zastanowienie się po co tutaj jestem.
4. Zapraszam wszystkich chętnych do modlitwy o Pogodę Ducha...

Boże, użycz mi pogodę ducha abym zgadzał się z tym czego nie mogę zmienić, odwagę, abym zmieniał to co zmienić mogę i mądrość, abym umiał odróżnić jedne sprawy od drugich. Niech się dzieje wola Twoja a nie moja.

5. *Jak powstało Al-Anon: Żony alkoholików(założycieli AA)- Lois W. i Anna S. zauważyły dodatni wpływ stosowania 12 Kroków na ich mężów i postanowiły oprzeć swoje zdrowienie na podobnym programie. Doprowadziły do powstania wspólnoty w maju 1951 roku.*

6. Preambuła Al-Anon:

Grupy Rodzinne Al-Anon to wspólnota bliskich i przyjaciół alkoholików. Jej członkowie dzielą się swoim doświadczeniem, siłą i nadzieją, aby rozwiązywać wspólne problemy. Jesteśmy przekonani, że alkoholizm jest chorobą rodziny i że zmiana sposobu postępowania może wspomagać powrót do zdrowia. Al-Anon nie jest związane z żadną sektą, wyznaniem, ugrupowaniem politycznym, organizacją ani instytucją, nie bierze udziału w żadnych sporach; nie popiera ani nie odrzuca żadnej sprawy. Nie wymaga żadnych opłat od członków. Al-Anon jest samowystarczalny, dzięki ich dobrowolnym datkom. Al-Anon ma tylko jeden cel; pomoc rodzinom alkoholików. Robimy to przez praktykowanie dwunastu kroków, przez serdeczne witanie rodzin alkoholików i dodawanie im otuchy oraz przez wspieranie alkoholika i okazywanie mu zrozumienia.

7. Proszę o przeczytanie kroków, tradycji i rozważań na dziś
8. Wszyscy obecni na mityngu są zobowiązani do zachowania anonimowości osób i zasłyszanych na mityngu spraw i zdarzeń. Jest to podstawowa zasada Al-Anon. Wypowiadamy się poprzez naciśnięcie mikrofonu, wypowiedź nie powinna trwać więcej niż 5 minut, tak aby jak największa liczba osób mogła zabrać głos. Prowadzący może przerwać wypowiedź zbyt długą lub nie na temat.
9. Nie przerywamy wypowiedzi innych osób ani też nie zadajemy pytań.
10. Każdy mówi jedynie o swych doświadczeniach, poglądach i przeżyciach, nie używa słów: my, wy, oni.
11. Nie teoretyzuje, nie polemizuje, nie krytykuje wypowiedzi innych, nie ocenia ich.

12. W Al-Anon nie udziela się rad, w wypowiedziach można przedstawić jedynie własne poglądy, doświadczenia i zachowania w sytuacjach podobnych do przedstawionych przez innego uczestnika mityngu.
13. Nie dyskutujemy na tematy religijne, prawne i społeczne.
14. Czy jest ktoś pierwszy raz na mityngu?... (Powitanie)
15. Tematem dzisiejszego mityngu jest...
16. Pożegnanie Deklaracją i zapraszam wszystkich do pozostania na kanale tu ustalimy temat i służby następnego mityngu. Niech się zacznie ode mnie. Jeżeli ktokolwiek gdziekolwiek potrzebuje pomocy niech zawsze napotka wyciągniętą do siebie dłoń Al-Anon i Al-Ateen, niech to będzie moja dłoń i niech się zacznie ode mnie. Do usłyszenia.
17. Przypominam o siódmej tradycji. Wpłaty można dokonać na konto lub bezpośrednio przez link do naszej zbiórki widoczny na samej górze naszego czatu. Informacje gdzie wpłacać są też umieszczone na naszej stronie www.jestrozwiązanie.pl Serdecznie zapraszam do przyłączenia się do zbiórki na rzecz naszej grupy Al-Anon by okazać w ten sposób wdzięczność za pomoc jaką tu otrzymujemy. Każdy z nas może przyczynić się do rozwoju naszej grupy.

Dziękuję.