

¿QUÉ HAY DE NUEVO? R2

LA EXPANSIÓN DE LA RECUPERACIÓN: CONSTRUYENDO UN CIMIENTO FUERTE

UNA NOTA DEL EDITOR

Bienvenidos a la Región 2. Boletín de primavera del 2018.

La Región 2 tiene 6 comités que se reúnen dos veces al año para desarrollar planes de acción específicos con el objeto de implementarlos después. Esos planes están descritos en este boletín. La función de cada uno de los comités de la R2 es servir y apoyar a los comités locales de las intergrupales.

Mi objetivo como Coordinador de Publicaciones es mantenerles informados de las actividades de los comités de la R2 y dar a cada Intergrupala de la R2 acceso a los Coordinadores de los Comités en caso de necesitar ayuda.

Si su Coordinador o coordinadora del Comité en la Intergrupala tiene preguntas o sugerencias sobre cómo la R2 puede atender mejor las necesidades locales, por favor envíeme un correo electrónico y le remitiré su pregunta al Comité correspondiente.

Pueden contactarme, Rick Z en : publications@oar2.org

DECLARACIÓN DE LA MISIÓN DE LA R2

La R2 existe para apoyar a las personas que tienen la necesidad de recuperarse de comer de manera compulsiva (por ejemplo: anorexia, bulimia, comer en exceso) a través del empoderamiento de todos los grupos dentro de la R2.

WWW.OAR2.ORG

Se han hecho varios cambios de la página web de la R2. El propósito de este cambio es para mantener a los miembros Informados, ahora pueden registrarse en un correo electrónico automático que se enviará 6 veces al año. El correo es “What’s New at R2”. Este correo electrónico tendrá enlaces directos para los últimos eventos de la R2, convenciones y las últimas noticias sobre publicaciones nuevas, etc..

Los audios de la Convención de la R2 están disponibles a través de un servicio de podcasting. Esto quiere decir que puedes escuchar a los oradores en tu teléfono móvil, (Iphone y Android) en cualquier momento y en cualquier lugar. <http://www.oar2.org/convention/speakers>

-3-

APARTA LA FECHA

Junio 29-julio 1,2018

Convención en el Crown Plaza, al noroeste de Sacramento, Ca.

Noviembre 2-4,2018 Asamblea de otoño en el hotel Sheraton Fairplex , Pomona, Ca.

Marzo 29 & 30,2019 Asamblea de primavera en el hotel Sheraton Fairplex, Pomona, Ca.

Junio 28-30,2019 Convención en el hotel Sheraton Fairplex, Pomona, Ca.

FIELES SERVIDORES

Anne O.,Coordinadora

Chair@oar2.org

Carolina R., Vicecoordinadora

Vicechair@oar2.org

Jeremiah A., Secretario

Secretary@oar2.org

Sherri F., Tesorera

Treasurer@oar2.org

-4-

Marjorie D., Eventos

Events@oar2.org

Rick Z., Publicaciones

publications@oar2.org

Hannah S., Concejal

trustee@oar2.or

Mary H., página web

webmaster@oar2.org

ANNE O., REGION 2- REPORTE DE LA COORDINADORA

Junto con Meg H (anterior Concejal) dimos un taller de Servicio, Tradiciones y Conceptos (STC) en la Intergrupales de Sonora Valley Sierra OA-HOW. Hubo 18 participantes.

Mandé a la Oficina Mundial de Servicio (WSO) listas de juntas de las Intergrupales para verificación de datos, ya que la información que tiene la WSO registra algunos errores. Espero que ya esté correcta.

He estado trabajando con el Comité de Coordinadoras de la región en dos proyectos. Uno es prepararse para las primeras grabaciones de los moderadores del foro de la Oficina Mundial de Servicio de 2017. Estas grabaciones serán ofrecidas como podcasts en la página web de la Oficina Mundial de Servicio (WSO).

-5- El otro proyecto es el Foro de la Oficina Mundial de Servicio de 2018 y cada una de la Coordinadoras de la región buscarán los voluntarios para ese Foro.

Voy a pasar dos meses en Kenya haciendo trabajos para una organización sin lucro. También visitaré algunos amigos en Kenya y Uganda que conocí en mi trabajo anterior en esos dos países. Me emociona regresar porque me encanta África del Este. Salgo en enero 21 y regreso en marzo 21 2019, y definitivamente estaré de regreso para la Asamblea. Carolina, R2 Vicecoordinadora, se encargará de mis deberes mientras esté ausente.

-6- COMITÉ DE JÓVENES

Si eres joven y estás interesado en ayudar a la próxima generación de CC/OA entonces este es el comité para ti. El Comité de Jóvenes (YPC) se dedica a llevar el mensaje de OA a los jóvenes. De acuerdo a la Oficina Mundial de Servicio un joven es cualquier persona que se integra a OA antes o a los 30 años. Sin embargo, no se necesita ser joven para llevarles el mensaje. Estamos interesados en aumentar el número de gente que escuche el mensaje de OA y así tener una oportunidad para la recuperación. Apenas el año pasado se dio un Taller y un Panel en la Convención. Se tradujo literatura para jóvenes con el objetivo de llegar a los hispanohablantes y además se empezó una lista de jóvenes oradores de la R2. Nuestras metas para el futuro incluyen el hacer más difusión en las distintas Intergrupales para que los jóvenes se beneficien de OA. Queremos asegurarnos de que el mensaje llegue a los jóvenes y nuestras historias de recuperación siempre sean recordadas. Son más que

bienvenidos a unirse a nuestros esfuerzos , si eres joven o si sólo quieres ayudarnos, hay un lugar para ti.

-7- COMITÉ INTEGRUPAL DE ALCANCE

En la Asamblea de Otoño de 2017 este comité decidió continuar el contacto con juntas no afiliadas y ayudarlas a que se registren en una intergrupala que incluya ambos correos electrónicos y llamadas telefónicas a contactos de juntas. Esta vez hemos tenido cierto éxito porque recibimos respuestas de las juntas, y para nuestra sorpresa, nos dimos cuenta de que tales juntas no sabían de las Intergrupales y que éstas les pueden ofrecer recursos.

Actualmente las juntas nuevas pueden registrarse en línea a través de la Organización de Servicio Mundial (WSO) que facilita que se puedan unir a una Intergrupala. Sin tener el conocimiento de qué son las intergrupales y cómo funcionan, las juntas pierden oportunidades de ser parte de una Intergrupala y de la Región.

PROYECTOS EN CURSO

- Como comité sugerimos vía la Concejal de la R2 que la Oficina Mundial de Servicio (WSO) asigne juntas nuevas a una Intergrupala en su área durante el proceso de registro con una opción de escoger si ese es su deseo,
- Tenemos planes de traducir los pasos para registrarlos con una Intergrupala en español.
- Carolina Vicecoordinadora de la R2 ayudará a nuestro comité a contactar las juntas en México.

-7-

-8- COMITÉ DEL DOCEAVO PASO

El propósito del comité del doceavo paso de la R2 consiste en tres puntos:

- Llevar el mensaje de recuperación de OA a aquéllos que todavía sufren dentro de la hermandad de OA.
- Lidiar con las recaídas y asuntos de la retención de la membrecía, ofreciendo el mensaje de esperanza.
- Alentar a los miembros de OA para mantener la recuperación y prevenir la recaída.

La primavera pasada el Comité decidió ayudar a las Intergrupales a actualizar ambas listas de oradores: la del doceavo paso y los oradores de la R2 para que los grupos puedan enfocarse en juntas de oradores o Días en OA en Recaídas y Recuperación. También le pediremos a las Intergrupales llamar a nuevos oradores para que den servicio y compartan sus experiencias a aquéllos que todavía sufren.

El Comité del doceavo paso ha hecho paquetes para miembros de OA en Recaídas y los distribuyeron en la Convención en Costa Mesa en junio pasado. Sin embargo, la Oficina Mundial de Servicio tiene un nuevo paquete “Bienvenido a casa” que está disponible. También vamos a ver el Manual de sugerencias y herramientas para los grupos, cuerpos de servicio, padrinos, madrinas, talleres, recuperación de juntas en recaídas, y herramientas de escritura para miembros que sufren de recaídas. Por ejemplo, alguien que como miembro de mucho tiempo se salió del programa (porque pensaba que sabía lo suficiente para funcionar), sabemos que le fue difícil admitir que había recaído y regresado. Esta es para muchos de nosotros nuestra experiencia. Si te gustaría ayudar a tu Intergrupales y a la hermandad de OA con el trabajo del doceavo paso

te damos la bienvenida para que te unas a nuestro comité:
“Muchos Caminos, Una Solución.”

-9- COMITÉ DE INFORMACIÓN AL PÚBLICO

El Comité de Información al Público mandó mensualmente artículos electrónicos a las intergrupales de la R2, los cuales sugerían acciones grupales o individuales para llevar el mensaje a nuestras comunidades a aquéllos que todavía sufren. El artículo de diciembre ofreció oportunidades específicas para enviar el mensaje durante las vacaciones de invierno, época donde se consume mucha comida. En el mes de enero, el comité abordó que se llegará a las juntas locales de español y a las intergrupales en las comunidades de habla hispana. En el mes de febrero se incluyeron sugerencias generales para llevar el mensaje a la comunidad de OA.

El Comité de Información se reunirá para hacer una evaluación y propondrá un nuevo objetivo.

-10- COMITÉ DE UNIDAD CON DIVERSIDAD

El Comité de Unidad con Diversidad está trabajando en la manera como obtener más recursos para nuestra hermandad. Nuestro objetivo es resaltar la TRADICIÓN TRES que expone que EL ÚNICO REQUISITO PARA LOS MIEMBROS DE OA ES EL DESEO DE DEJAR DE COMER COMPULSIVAMENTE apoyando a las Intergrupales para asegurar que ningún miembro sea excluido o se sienta incómodo en las juntas o en cualquier otra parte de nuestro programa de recuperación.

Estamos en el proceso de crear un banco de datos de OA de la diversidad de recursos y se espera publicarlo en la página Web de la R2 junto con un volante que se dará en la próxima Asamblea de la R2 para que los representantes lo lleven a sus Intergrupales. Éste proporciona información y da instrucciones de cómo acceder a los diversos recursos de OA, tal como LA POLÍTICA DE LA UNIÓN CON DIVERSIDAD. Esperamos que la recopilación de estos recursos en un solo lugar, alentará a la hermandad a explorar la postura de OA sobre diversidad y evaluar cómo está funcionando en sus respectivas Intergrupales. También queremos hacerla llegar a la hermandad de la R2 para fomentar la retroalimentación e ideas sobre la UNIDAD CON DIVERSIDAD y cómo hacer para que nuestro programa sea más inclusivo.

Además estamos trabajando en la creación de unas actividades para las intergrupales con el objeto de abordar cuestiones sobre la diversidad a nivel de juntas y más allá para que podamos promover el debate acerca de la inclusión, la aceptación y el respeto en nuestro programa como parte integral del bienestar físico, mental y la recuperación espiritual.

-11- REPORTE DEL COMITÉ DEL DOCEAVO PASO

El pasado otoño nos comprometimos a contactar a las Coordinadoras de las 9 regiones para explorar qué actividades hacen y compartir nuestras ideas con ellas.

LAS METAS QUE TENEMOS SON LAS SIGUIENTES:

- Terminar los planes para el stand del DOCEAVO PASO EN LA Convención de la R2 de 2018 .

- Rehacer el cartel de información de la R2 para la Convención en Sacramento, en junio 2018.
- Tener paquetes de BIENVENIDA, formatos de pedido y también del Manual del doceavo paso.
- Actualizar la lista de oradores del DOCEAVO PASO, impresiones o referencias de la lista de oradores en la página web de la R2.
- Ordenar el manual del doceavo paso para comités de estudio y sacar ideas para la acción del comité.
- Compilar las ideas de otras Regiones para considerar el trabajo del comité del doceavo paso de la R2.
- Reportar el rediseño del sobre BIENVENIDO. NOS PREOCUPAMOS.

EL DOCEAVO PASO NECESITA MIEMBROS NUEVOS

Estamos buscando nuevos miembros para el comité. Es una gran oportunidad para hacer servicio para OA como un todo, por tu Intergrupala y tu junta.

He estado en OA tres veces y salido dos, una se debió por un cambio de residencia y la segunda vez por sentirme un fracaso. Nos dicen no irnos antes de que suceda el milagro, pero yo había perdido la esperanza. Me sentí agradecida y aliviada de regresar a OA y sentirme bienvenida, recibida y apoyada.

El mensaje de esperanza y recuperación es lo que intentamos. Ofrecerlo a aquéllos que todavía sufren dentro de la hermandad como también animar y apoyar a toda la hermandad de OA para mantener la recuperación y prevenir la recaída.

Mi experiencia personal ha sido crear una base firme sobre una base diaria a través de la práctica y trabajar LOS PASOS y LOS

PRINCIPIOS ESPIRITUALES. El paso 12 me ha dado la oportunidad de tomar mi recuperación más allá de mis juntas, mi intergrupala y ahora mi R2.

El trabajo del Comité del Doceavo Paso me ayuda a mantener mi corazón y mente abiertas. Al darme cuenta de aquéllos que entran y salen del programa y siguen sufriendo de nuestra enfermedad de comer compulsivamente les ofrecemos aceptación, aliento y apoyo.

Si cualquiera de ustedes se siente atraído por lo dicho anteriormente, por favor únense al Comité del Doceavo paso en la próxima Asamblea.

-12- UNIDAD CON DIVERSIDAD

El comité de la Unidad con Diversidad nos lleva a Los Pasos de OA y Tradiciones cuando pensamos acerca de los cimientos de recuperación. Debemos construir nuestro programa a través de trabajar Los Pasos para que podamos llevar el mensaje y dar servicio. En el Paso Uno admitimos que éramos impotentes ante la comida, que nuestras vidas se habían vuelto ingobernables. Lo que nos propone este programa es la hermandad y que debemos trabajar juntos. Si hay algo que excluye a la hermandad o hace que no se sienta bienvenida, hemos perdido de vista nuestro objetivo de recuperación. UNIDAD CON DIVERSIDAD es, por lo tanto, crucial en establecer un espacio donde todos nos sintamos bienvenidos e incluidos en nuestra hermandad. Son las Tradiciones las que nos dan nuestros principios rectores para asegurarnos que estamos trabajando hacia nuestro objetivo de recuperación a través del apoyo de nuestro bienestar común de recuperación, como se afirma en la Tradición Uno. No podemos crecer individualmente sin la unidad del grupo, y la Tradición Tres nos recuerda que el único

requisito para ser miembro es el deseo de parar de comer compulsivamente. Todo el que quiera recuperarse de nuestra enfermedad debe sentirse bienvenido para que un día él o ella lleve el mensaje. La Tradición Cinco establece nuestra propuesta primaria.

Si nos alejamos de estos principios perdemos la habilidad de hacer lo que nos mantiene abstinentes. Juntos debemos esforzarnos por llevar el mensaje físico, emocional y espiritual del programa. De esta manera podemos seguir creciendo juntos compartiendo nuestros caminos o recuperación.

-13- LA CONVENCION DE LA R2, 2018 ESTÁ PRÓXIMA: “JUNTOS PODEMOS” Convención Región 2

Crown Plaza Sacramento Northeast, junio29-julio1,2018

Si nunca has asistido a una convención de la Región 2 puede que te preguntes ¿qué es una convención? Es un evento especial, una reunión de OA sobre esteroides y una manera excelente de fomentar tu programa. El comité de la convención ha trabajado durante un año asegurándose de que sea un evento que no querrás perderte. Habrá eventos especiales con oradores de toda la región, talleres con una variedad de temas y reuniones maratónicas cada hora. Habrá UNA HERMOSA COLCHA (QUILT) HECHA A MANO y otras cosas, una boutique y una subasta silenciosa. Habrá entretenimiento incluyendo un espectacular musical OA, “EL SONIDO DE RECUPERACIÓN”, con compañeros talentosos. Además se darán muchas oportunidades para fraternizar con viejos y nuevos amigos de todo el país.

¿A DÓNDE ME INSCRIBO ? La manera más fácil de registrarse es en www.OAR2.org/convention/upcoming. El especial del **Pájaro Madrugador** es de 45.00 dólares y la fecha límite es abril 15. El registro entre abril 16 a junio 10 es de 55.00 dólares. El registro después de estas fechas será en “la puerta” al precio de 65.00 dólares. Al pagar la cuota de inscripción también puedes comprar boletos para una comida abstinerente con un fabuloso orador, pre-ordenar playeras y bolsas de la Convención y ofrecerte de voluntario para hacer un servicio. En la página web también encuentras un link del hotel Crown Plaza que ofrece un descuento y pagas solamente 129.00 dólares por noche. También puedes registrarte por correo electrónico, sí así lo prefieres.

¿PUEDO HACER UN SERVICIO ANTES DE LA CONVENCION?

Por supuesto que sí. Ten en cuenta que puedes donar artículos para la Subasta silenciosa, ropa y accesorios para la Boutique. Si es así contacta r2conventiondonations2018@gmail.com donde te pueden dar más información.

No importa qué te lo pudiera impedir, ¡ÚNETE CON NOSOTROS EN SACRAMENTO!

JUNTOS

PODEMOS

