

SUGERENCIAS ÚTILES CON RESPECTO A LAS DISRUPCIONES EN LÍNEA

La Oficina Servicio Mundial reconoce que las REUNIONES EN LÍNEA SON REUNIONES DE AL-ANON, no se consideran un "suplemento" para la recuperación de Al-Anon. A medida que las reuniones cara a cara hacen su transición al mundo digital, durante este tiempo de nuestra pandemia actual, hay algunas cosas a tener en cuenta al operar sus reuniones en línea para fomentar la seguridad y la recuperación.

Al igual que en las salas físicas, las reuniones en línea presentan el riesgo de tener ruido de fondo, trolls, conducta inapropiada y otras perturbaciones que pueden distraer el objetivo principal de una reunión de Al-Anon, que es proporcionar ayuda mutua a los amigos y familiares problemáticos. bebedores (Tradición 5).

Todavía necesitamos honrar el anonimato de nuestros asistentes (Tradición 11) y proporcionar un escudo contra el comportamiento disruptivo. Sin embargo, no es posible mantener la seguridad absoluta; Hay una serie de características disponibles para manejar a los participantes más disruptivos y mantener segura su reunión en línea.

Características de la plataforma a tener en cuenta

Tenga en cuenta que las diferentes plataformas de videoconferencia pueden diferir en UX (Experiencia del usuario), pero generalmente tienen la mayoría de estas características. Se sugiere probar su plataforma y explorar qué es y qué no es útil para su grupo. Planee tener una "Reunión de prueba" con algunos de sus miembros para explorar las diversas características y funcionalidades de la plataforma que su grupo decide usar.

Características a tener en cuenta:

1. La capacidad de eliminar participantes: esta función está reservada para el

anfitrión / coanfitrión de la reunión.

2. ¿Eres capaz de configurar una sala de espera? - Una sala de espera es un espacio digital donde se envía al asistente cuando accede al enlace de la reunión. El anfitrión luego permite que los asistentes entren a la sala a través de la lista de participantes. Es como un proceso de selección. Los gnomes generalmente usan "usernames" o "términos de jerga" como su nombre. No usarán su nombre real. Tenga en cuenta que este método no se utiliza para determinar la membresía (Tradición 3). La membresía es auto prescrita. Este es simplemente un método para mantener la reunión segura en el sentido de que las personas que están allí están allí para la recuperación y el apoyo.
3. Considere desactivar Join Before Host para mantener a los usuarios fuera antes de que llegue el host. Cuando la opción "Antes de unirse el anfitrión" está habilitada, cualquiera puede ingresar en cualquier momento.
4. Al-Anon no tiene una política oficial sobre charla cruzada. Sin embargo, en el espíritu de reducir las distracciones, considere restringir el charla en la reunión para que solo llegue al anfitrión durante la reunión. Muchas reuniones lo abren para el compañerismo o la oportunidad para que los asistentes hagan preguntas después de la reunión.
5. También puede tomar conciencia de grupo con respecto al uso compartido de la pantalla, silenciar y activar los privilegios, la configuración del charla entre los participantes y más.
6. Utilice el soporte al cliente de la plataforma para problemas de conectividad y funcionalidad. Millones de personas están utilizando plataformas de videoconferencia, no somos la única organización que migra al ámbito digital.

Roles de servidor de confianza digital sugeridos

1. **El anfitrión de su reunión en línea**

El rol de ANFITRION mantiene el orden durante la reunión al administrar a los participantes. Esto permite que el Secretario de la reunión se concentre en la reunión, mientras que el ANFITRION se concentra en los controles de la sala. Algunas reuniones de GFA tenían a su Secretario de la reunión cara a cara, Representante de grupo o Secretario de negocios en este puesto de servicio digital.

La "ventana Participantes de la reunión" ofrece control sobre la mayoría de los aspectos de su reunión y los asistentes. Algunos servicios digitales tienen videos de capacitación que se recomiendan para todos los secretarios de reuniones y cualquier persona que planea

organizar una reunión en cualquier momento. Utilice las preguntas frecuentes en el sitio web de la plataforma en "Ayuda o soporte técnico".

2. El coanfitrión de su reunión en línea

Los co-anfitriones tienen los mismos privilegios que el host principal. Los co-anfitriones pueden estar en "servicio silencioso" para silenciar las líneas que emiten ruido de fondo y limitar las distracciones. El acceso de coanfitrión es otorgado por el Anfitrión de la reunión. Es bueno tener más de un coanfitrión, especialmente cuando hay muchos asistentes a su reunión. Por ejemplo, las reuniones con más de 50 o más de 100 tienen 2 o más co-anfitriones en servicio para controlar los interruptores.

3. Persona de la lista de teléfonos

Algún método sugerido sobre cómo los grupos han manejado la Lista de teléfonos. la persona de la lista de teléfonos ha compartido su correo electrónico en el charla de la reunión para que los asistentes envíen un correo electrónico a la lista de teléfonos Person para obtener un pdf de la lista de teléfonos. Los miembros envían por correo electrónico a la persona de la lista de teléfonos su información de contacto actual para mantener actualizada la lista de teléfonos. Otras reuniones han utilizado el charla para que los miembros publiquen su teléfono directamente en el charla.

4. Tesorero

Algunas reuniones han establecido servicios de pago digital para recolectar las 7ma tradiciones para sus grupos. Algunos AIS tienen la capacidad de recopilar séptimas tradiciones digitales. La OSM tiene la capacidad de establecer donaciones de séptima tradición en línea. Si su Grupo o Distrito tiene una cuenta bancaria con una tarjeta bancaria, esta es una posibilidad de cobrar la 7ma tradición. El Tesorero tendría acceso al portal en línea para rastrear las donaciones entrantes. La pérdida repentina de ingresos es un tema entre los grupos. Establecer un método para recopilar la séptima tradición digital podría ayudar a mantener las donaciones para apoyar la celebración de su reunión en línea Conferencia.

5. Soporte técnico grupal

¿Tiene conjuntos de habilidades que pueden navegar en el ámbito digital de la tecnología de videoconferencia en línea? Considere ser un ayudante para ayudar a otros miembros a navegar la plataforma durante su reunión.

Sugerencias para asistentes

1. Puede cambiar su configuración de nombre a primera y última inicial
2. Puede mantener su video encendido o apagado al nivel de anonimato que desee
3. Dependiendo de la plataforma que esté utilizando, puede tener la capacidad de tener un fondo virtual para no revelar su ubicación
4. Reduzca el ruido de fondo asegurándose de estar silenciado mientras el altavoz está hablando

Formatos de reuniones

El guión de su reunión cara a cara puede o no traducirse fácilmente al ámbito digital. Algunas reuniones han creado comités (tradición 9) para reexaminar sus guiones y crear una versión digital en línea. Esta es una oportunidad para ser flexible y adaptable a la situación en la que nos encontramos y lo que es bueno para el grupo (Tradición 1). Utilice el charla para publicar qué páginas de lectura y títulos de CAL está utilizando para su reunión como referencia.

Libros Electrónicos de CAL

El uso de los libros electrónicos de CAL puede ser útil para las reuniones digitales en línea, ya que puede compartir su pantalla con su audiencia y leer el pasaje de esa manera.

ASL y Accesibilidad

Por discapacidad Algunas reuniones han proporcionado interpretación ASL al tener un intérprete en la reunión con su video encendido mientras interpretan. Las páginas de redes sociales de Intergrupala en Twitter e Instagram están configuradas para tener texto alternativo. Alt Text ("Texto ALT" es el término para publicaciones en redes sociales para permitir que las personas con discapacidad visual tengan la capacidad de que su computadora les lea su publicación). Sin el texto ALT, su computadora no podrá leerles la publicación permite a las personas con discapacidad visual que su computadora lea nuestras publicaciones y obtenga información de la reunión de esa manera. Pregúntele a su grupo si conoce a alguien que pueda ser voluntario para ese servicio o que tenga ese conjunto de habilidades. Tenemos

algunos miembros que están confinados en su hogar y no pueden moverse durante la cuarentena. Comuníquese con ellos y hágalos saber acerca de su reunión.

Reuniones en español

Llame al 503-916-9913 9-5 PM PST M-F para obtener información sobre nuestras reuniones de GFA en español.

Alcance a los recién llegados

Publique su reunión en línea en el sitio web de Intergrup al y en las páginas de redes sociales de Intergrup al en Twitter e Instagram @pdx_alanon. El Instagram de Intergrup al ha crecido a 115 seguidores desde que comenzamos a funcionar en junio de 2019. Más desde que comenzó la pandemia. Necesitamos formas creativas innovadoras para llegar a los recién llegados en busca de apoyo e información. Las familias están en cuarentena con alcohol activo y el apoyo es aún más necesario. Buscar apoyo en las redes sociales se está convirtiendo en un lugar común para encontrar información. Por ejemplo, la publicación de Instagram @D9portlandyha a partir del 07/04/2020 tiene cerca de 200 visitas para la reunión en línea del viernes Jóvenes en Al-Anon. Tener una presencia en las redes sociales para su reunión puede ayudar a los recién llegados a encontrarnos.

¿Qué hay de Alateen?

Nuestras reuniones de Portland Alateen se han conectado. No están publicados en nuestro sitio web. Póngase en contacto con el Coordinador de Alateen del Área de Oregon para la Reunión de Alateen alateen@oregonal-anon.org. Para participar en las reuniones en línea de Alateen, su cámara de video debe estar encendida. AMIAS (miembros de Al-Anon en el servicio de Alateen) también están en la reunión para cumplir con los requisitos de seguridad de Alateen. Para cualquier anciano de Alateen que esté buscando jóvenes en los recursos de recuperación de Al-Anon, se los alienta a que visiten D9 Portland City Young at Heart en la página de Instagram del Comité de Servicio de Al-Anon @ D9portlandyha

Otros enlaces útiles

Actualizaciones de WSO sobre Covid-19 y cómo afecta a nuestra oficina de WSO
<https://al-anon.org/for-members/wso/news-from-the-wso/update-on-covid-19-coronavirus>
/

Descargas gratuitas: esta literatura complementa las reuniones cara a cara donde los miembros de Al-Anon comparten sus ideas y experiencias entre ellos.

<https://al-anon.org/for-members/members-resources/literature/downloadable-items>
/

Nos gustaría agradecer a Veronica P AIS Social Media Chair & Maria M. por el documento.
13/04/2020 Intergrupo Executive Board