



**COMEDORES COMPULSIVOS ANONIMOS  
CCAOA MEX**

**Registro. 09667**

**[WWW.CCAOAMEXICO.COM](http://WWW.CCAOAMEXICO.COM)**

## **OFICINA INTERGRUPAL**

**¿DESEAS ABRIR UN GRUPO EN TU COMUNIDAD?**

**Guía para abrir un nuevo grupo**

**Correo para dudas, sugerencias y buenas ideas para  
mejorar nuestro servicio**

**[comedores-compulsivos@hotmail.com](mailto:comedores-compulsivos@hotmail.com)**

## **¿DESEAS ABRIR UN GRUPO EN TU COMUNIDAD? (1)**

- 1. Para empezar pueden estar solo tu y otro compañero. Si son más, mucho mejor.**
- 2. Es sumamente importante para iniciar el grupo que se estén apadrinando personalmente y que consigan un compañero y/o un grupo de CCA/OA. con experiencia para que los guíe.**
- 3. Los grupos deben regirse por las Tradiciones y Conceptos de CCA/OA.**
- 4. Necesitan establecer cual será el nombre del grupo, en que horarios y días sesionarán y respetar estos acuerdos. En caso de hacer cambios se sugiere informarlo a la Oficina Intergrupala para actualizar datos en la página web.**
- 5. Buscar líderes que puedan guiar a los demás siempre deslindando responsabilidades, quedando claro que nadie es dueño del grupo y únicamente es para motivar a los compañeros.**
- 6. Es importante que al realizar un servicio los compañeros tengan compromiso y deseo de hacer el servicio con apego a los Lineamientos de CCA/OA.**

### **¿DESEAS ABRIR UN GRUPO EN TU COMUNIDAD? (2)**

7. Nombrar un Representante ante la Oficina Intergrupala de su grupo (R.O.I.) ante la Oficina Intergrupala Comité de Compañeros de Apoyo OA México, A.C.
8. Este servidor debe tener WhatsApp y de preferencia que sepa usar la computadora, ya que la Oficina Intergrupala usa estos medios para dar avisos y asuntos relacionados con el servicio.
9. Antes del segundo sábado de cada mes, se sugiere que el ROI envíe su reporte del funcionamiento de grupo en un formato que le enviaremos.
10. A partir de que el ROI informe en el grupo de WhatsApp que están sesionando, se cuentan tres meses para que sea considerado grupo formal, entonces tendrán que solicitar ser dados de alta en la página web. Es importante que avisen en la junta plenaria que cumplieron 3 meses.
11. Es importante que después de un tiempo en el grupo haya personas recuperadas pues son las que atraerán a más personas.

**¿DESEAS ABRIR UN GRUPO EN TU COMUNIDAD? (3)**

12. Dar seguimiento a los compañeros de reciente ingreso para establecer comunicación es muy importante.
13. Adquieran la literatura de CCA/OA., y los carteles de Pasos, Tradiciones y Conceptos.
14. En CCA también estudiamos la literatura de AA., principalmente Pasos, Tradiciones y Libro Azul. Solo cambiando el concepto alcohol por comida y alcohólico por comedor compulsivo.
15. La Oficina Intergrupual les puede proporcionar el formato para juntas y el formato para volantes y en estos ustedes ponen su domicilio y datos, y con eso ya pueden empezar a volantear.
16. Se sugiere en la junta solo identificarse como "comedor compulsivo, bulímico y/o anoréxico" sin mencionar otras enfermedades, como alcoholismo, drogadicción, etc.

### ¿DESEAS ABRIR UN GRUPO EN TU COMUNIDAD? (4)

17. No comercializar ni favorecer ningún tipo de producto para bajar de peso.
18. Sugeridamente no mantener básculas ni llevar registro del peso. Sí se sugiere visitar al nutriólogo o especialistas de la salud.
19. Les invitamos a entrar a las juntas virtuales en las que podrán aprender un poco más como funciona la agrupación y como se vive la enfermedad y la abstinencia en este link:

<https://17392709.myownmeeting.net/login>

17. Les sugerimos visitar y leer toda la página web, encontrarán mucha información que será útil para que inicien el grupo.
18. El Grupo que durante tres meses NO informe a la oficina intergrupala que sigue militando, será removido de la página web (el reporte puede ser en plenaria, correo o teléfono).