



Recovering Couples Anonymous

MØDEGUIDE til landsmøder/træf/retreats – side 1

Mit navn er _____ og jeg er i helbredelse med _____, og jeg hedder _____ og jeg er i helbredelse med _____.

Velkommen til dette møde i Recovering Couples Anonymous (RCA) ved _____ (Landsmøde/Træf/Retreat etc). Dette møde tager _____ (time/min). Det er et åbent møde – alle er velkomne.

Vi håber, at I vil finde den hjælp og venskab i dette fællesskab, som vi har været privilegeret til at opnå. Lad os åbne mødet med et øjeblikks stilhed, efterfulgt af Sindsrobønnen for Par:

**Gud, giv os sindsro, til at acceptere de ting, vi ikke kan ændre,
mod til at ændre de ting, vi kan, og visdom til at se forskellen.**

Vil et par eller en person venligst læse **RCA's Forord**?

Vil et par eller en person venligst læse **Sådan Virker Det – Første Del**?

Vil et par eller en person venligst læse **RCA's Tolv Trin**?

Vil et par eller en person venligst læse **Sådan Virker Det – Anden Del**?

Efter mødet, vil der være mulighed for at se nærmere på vores RCA litteratur og stille spørgsmål til de fremmødte RCA par.

Emnet for dette møde er _____. (Speak/særligt mødeemne mv.) Spørg speakerparret/indlederparret, hvordan de gerne vil times. Hver partner får i alt 10 minutter. Vi vil nu give ordet til _____ & _____, som vil læse op/indlede/speake. Tak for os.

(Efter speak eller indledning) Vil et par eller en person venligst læse **RCA's Sikkerhedsvejledning**?

Alle er velkomne til at dele uanset om deres partner er til stede eller ej. Dog beder vi om, at I holder jeres deling fokuseret på jeres egen andel i parforholdet, som angivet i RCA's Sikkerhedsvejledning.

Hvis en deling bryder Sikkerhedsvejledningen, kan ethvert medlem indikere dette ved stille at løfte hånden.

Når vi deler, opfordrer vi begge parrets medlemmer til at tale specielt om deres parproblemer og deres helbredelsesaktioner. Tager den ene partner ordet, er det derefter automatisk den anden partners tur til at dele. Herefter går ordet videre til et andet par/person. Det er dog helt frivilligt, om man vil dele, efter ens partner har delt.

Vi deler 3 minutter ad gangen. Er der en frivillig, som gerne vil være vores tidtager?

Mødet er nu åbent! Tak for os.

Vend....



Recovering Couples Anonymous

MØDEGUIDE til landsmøder/træf/retreats - side 2

(Ca. 5 min før mødets slutter, efter et par eller en person har delt færdigt, påbegyndes afslutningen af mødet)

Nu vil vi gå over til afslutningen af mødet. Tak for et dejligt møde. Det er nu tid til at praktisere 7. tradition. Vi er selvstøttende via vores egne bidrag. Vær opmærksom på jeres egne behov først og giv kun, hvad I kan.

Lad os takke vores speakere / indledere!

Til slut vil vi gerne sige, at de meninger, der er blevet udtrykt her, tilhører den person, der gav dem. Tag hvad I kan bruge og lad resten ligge.

Vil **et par eller en person** venligst læse **RCA's Løfter**?

Vil de af jer, der har lyst, deltage i **Afslutningsbønnen**?