

OA

Overeaters Anonymous

Literaturkatalog



Gültig ab Mai 2017

Herzlich willkommen bei Overeaters Anonymous (OA)

Overeaters Anonymous ist eine Selbsthilfegruppe für Menschen mit Essproblemen aller Art.

Wir freuen uns, dass Du Dich für unsere Literatur interessierst. Für viele von uns war dies ein erster und wichtiger Schritt auf dem Weg zu einem gesunden und leichteren Umgang mit Essen. Damit verbunden hat sich bei vielen OA Mitgliedern das Leben in eine schönere Richtung entwickelt.

Die landläufige Meinung über Menschen mit Essproblemen ist, dass es den Betroffenen an Willenskraft mangelt. Die Thematik eines problematischen Umgangs mit Essen, von denen überwiegend – aber nicht nur – Frauen betroffen sind, äußern sich in unterschiedlichen Formen.

Sichtbar werden sie in Über- oder Untergewicht bis hin zur Magersucht. Auch Menschen mit Idealfigur können betroffen sein. Menschen, die Ihre Idealfigur durch Fasten oder Erbrechen (Bulimie) nach Essanfällen und/oder Abführmittelmissbrauch erreichen, haben ein deutlich gestörtes Essverhalten. Dies kann sich leider leicht zu einer Magersucht entwickeln.

Wir wissen, dass Probleme mit dem Essen eine Krankheit sind. Betroffene Menschen versuchen mit Hilfe des Essens schwierige Situationen leichter ertragen zu können. Gutgemeinte Ratschläge aus dem Umfeld sind für einen essgestörten Menschen wenig bis gar nicht hilfreich. Vielmehr isolieren sich Betroffene häufig, da sie weder Verständnis noch Annahme erfahren.

Viele von uns haben bereits erfahren, dass es mit Hilfe des Programms und einer Gemeinschaft leichter ist, dem Essen wieder einen gebührenden Platz zu geben und ein gesundes Essverhalten zu entwickeln.

Wir heißen alle willkommen, die mit dem zwanghaften Essen aufhören wollen. Für die Mitgliedschaft fallen keine Gebühren an, wir erhalten uns durch eigene freiwillige Beiträge.

Die folgenden Fragen dienen dazu, damit Du einen bewussteren Zugang zu dem Thema bekommst:

- Isst Du auch, wenn Du nicht hungrig bist?
- Hast Du ohne ersichtlichen Grund Essanfälle?
- Fühlst Du Scham oder Reue, wenn Du zu viel gegessen hast?
- Verwendest Du zu viel Zeit und Gedanken an das Essen?
- Wartest Du voller Vorfreude und Ungeduld auf die Momente, in denen Du alleine essen kannst?
- Planst Du diese heimlichen Essanfälle im Voraus?
- Isst Du vor anderen mäßig und holst alles nach, sobald Du alleine bist?
- Hat Dein Gewicht einen Einfluss darauf, wie Du Dein Leben führst?
- Hast Du schon einmal versucht, eine Woche (oder länger) Diät zu halten und das Ziel nicht erreicht?
- Ärgert es Dich, wenn andere Dir sagen, Du bräuchtest „nur ein bisschen Willenskraft“, um mit dem Überessen aufzuhören?
- Bestehst Du, obwohl Du es eigentlich besser wissen solltest, immer wieder darauf, dass Du jederzeit alleine eine Diät durchhalten könntest, wenn Du es nur wolltest?
- Hast Du zu bestimmten Tages- oder Nachtzeiten, außerhalb der regulären Mahlzeiten, Essgelüste?
- Isst Du, um vor Sorgen und Schwierigkeiten zu flüchten?
- Bist Du schon jemals wegen Übergewicht oder einer ernährungsbedingten Krankheit in Behandlung gewesen?
- Macht Dein Essverhalten Dich oder andere unglücklich?

Die Mitglieder von OA haben viele dieser Fragen mit Ja beantwortet.

Overeaters Anonymous (OA)

Die in OA verwendete Literatur gibt viele Impulse um neue und gesündere Denk- und Handlungsweisen zu entwickeln.

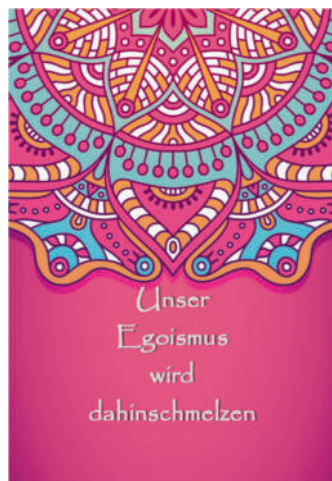
Die gesamte Literatur findest Du in diesem Katalog und nachfolgend siehst Du zwei motivierende und ermutigende Karten.



Diese sind Teil der 12 Versprechen. Viel Spaß beim Stöbern in unserem Katalog.

Weiter unten findest Du die Wege, wie Du mit OA in Kontakt treten kannst.

Wir freuen uns, wenn Du Dich entschließt uns auf diesem Weg zu begleiten.



Weiterführende Informationen über OA

findest Du unter www.overeatersanonymous.de

und im Online-Shop <http://shop.overeatersanonymous.de>

Weitere Bezugsquellen für Literatur

- www.amazon.de
- per Mail: buero@overeatersanonymous.de
- per Post
OA Geschäftsstelle
Elke Dohm ganz
Heckenrosenweg 33-35,
47804 Krefeld
- bei der Geschäftsstelle telefonisch jeden Montag und Mittwoch von 9 bis 12 Uhr unter **+49 (0) 2151 771909**

Zahlungsmöglichkeiten und Versandinformationen

- entweder per Vorkasse auf
IBAN: DE13 200 100 200 607 950 200
BIC: PBNKDEFF,
Postbank Hamburg
- oder Lastschriftverfahren
(siehe Bestellschein oder Online Shop)

Der Versand der Literatur erfolgt nach Zahlungseingang.
Auf dem Brief/Paket wird als Absender **Literaturvertrieb** angegeben.

Die Versandkosten innerhalb Deutschlands betragen bei einem Warenwert

bis	5,00 €	=	1,90 €
ab	5,00 €	=	kostenfreier Versand
ab	100,00 €	=	10 % Rabatt auf den Bestellwert

Dem Katalog liegt ein aktuelles Preisblatt und Bestellschein bei.

Gültig für Bestellungen sind die Preise im Online Shop.
Bitte überprüft daher die Aktualität des Preisblattes.

Das aktuelle Preisblatt gibt es unter

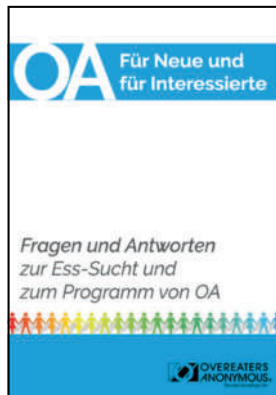
www overeatersanonymous.de/downloads

Bestellungen und Kaufabwicklung aus dem Ausland wird in der aktuellen Preisliste genau beschrieben

Inhaltsverzeichnis

1.	Für Neue, für Interessierte und Angehörige und Freunde	4
2.	Die Arbeit im Programm	6
3.	Geschichten voller Erfahrung, Kraft und Hoffnung	18
4.	Kostenlose Materialien für die Öffentlichkeitsarbeit	20
5.	Literatur für Gruppen und Meetings	26

Für Neue, für Interessierte und



Fragen und Antworten zu Essproblemen und zum Programm von Overeaters Anonymous Die drei Ebenen der Genesung – körperlich, geistig und seelisch Antworten zum Umgang mit der eigenen Isolation



Impulse und Informationen für Angehörige und Freunde von OA-Mitgliedern Wie kann ich einen nahestehenden Menschen auf dem Genesungsweg begleiten und was kann ich für mich selbst tun?

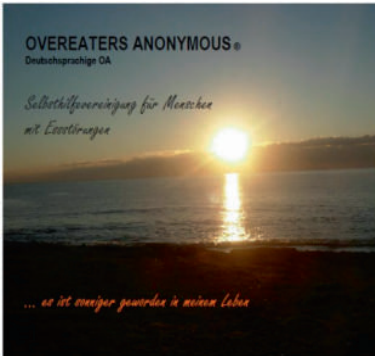
Für Neue und Interessierte

Für Angehörige und Freunde von OA-Mitgliedern

DIN A5 Broschüre,
26 Seiten
Best. Nr. 021/B

Faltblatt 1/3-A4
8 Seiten
Best. Nr. 171/C

für Angehörige und Freunde



Dokumentarfilm von Overeaters Anonymous

Der Film ist für folgende Zwecke geeignet:

- OA in der Öffentlichkeit bei Informationsveranstaltungen und in Kliniken vorzustellen.
- Neuen Mitgliedern in Meetings OA näherzubringen

Es ist sonniger geworden in meinem Leben

Länge von ca 8 min:

<https://youtu.be/LOZMKKIXjU8>

Oder auf unserer Homepage unter

<http://overeatersanonymous.de/film.html>



OA Kugelschreiber

Kugelschreiber mit Dreifachfunktion, eine LED-Lampe und einen kapazitiven Stylus, der für jegliche Bildschirmgeräte mit Berührungseingabe genutzt werden kann, und natürlich kann man damit auch schreiben.

Auf dem Haltebügel steht die Aufschrift "Nur für Heute"

Farben:

Blau Best. Nr. 200/A-0001

Schwarz Best. Nr. 200/A-0002

Weiß Best. Nr. 200/A-0003

Die Arbeit im Programm



In diesem Werk wird detailliert erklärt, wie die Zwölf Schritte und Zwölf Traditionen es Menschen ermöglichen, zu einem gesunden Essverhalten zu finden, und wie die Gemeinschaft OA als Ganzes funktioniert

Die Zwölf Schritte und die Zwölf Traditionen von Overeaters Anonymous

DIN A5 Buch, Farbtitel, 208 Seiten
Best. Nr.: 067/A

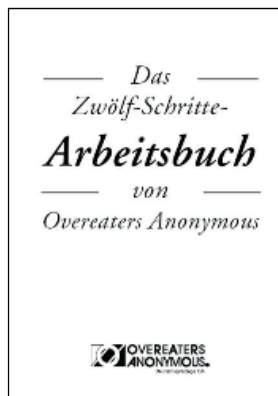
Bei Amazon auch als E-Book erhältlich



Umfangreiche Zusammenfassung zu den Themen **Essplan, Abstinenz, Gewicht, Rückfall** und nicht zuletzt **Sponsorschaft**

Essplan, Abstinenz und Sponsorschaft

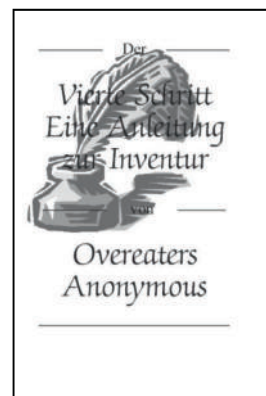
DIN A5 Buch, Farbtitel
152 Seiten
Best. Nr.: 165/C
Bei Amazon auch als E-Book erhältlich



Hier kann die Arbeit im Programm schriftlich vertieft werden. Das Arbeitsbuch enthält Fragen, die sich mit Seitenangaben auf das Buch „Zwölf Schritte und Zwölf Traditionen von Overeaters Anonymous“ beziehen.

Das Zwölf Schritte Arbeitsbuch von Overeaters Anonymous

Loseblattsammlung
DIN A5 zum Einheften
in ein Ringbuch, 116
Seiten
Best. Nr. 082/A



Diese tiefgehenden Fragen führen durch eine „gründliche und furchtlose Inventur“ des Vierten Schrittes. Eine nützliche Ergänzung zum Zwölf Schritte Arbeitsbuch.

Der Vierte Schritt – Eine Anleitung zur Inventur

Loseblattsammlung
DIN A5, 44 Seiten
Best. Nr. 097/A



Meditative Gedanken für jeden Tag des Jahres.



Gewinne neue Einsichten, indem du das Werkzeug Schreiben nutzt, um über den jeweiligen Tagestext nachzudenken.

Dieses begleitende Arbeitsbuch gibt dir dazu anregende Fragen vor. Auf der Datei hast du unbegrenzten Platz für deine Gedanken zum Niederschreiben, du kannst sie später ergänzen oder neu fassen.

Für Heute – Gedanken für jeden Tag des Jahres

DIN A6 Buch -
384 Seiten
Best. Nr.: 036/A

Arbeitsbuch zu Für Heute

Best. Nr. 185
Dieses Buch ist nur als Download auf unserer Seite shop.overeatersanonymous.de erhältlich.
Du erhältst nach dem Kauf eine Datei, die ein PDF- und ein Word-Dokument enthält, das Du auf dem PC oder als ausgedrucktes Dokument bearbeiten kannst.
Daher ist dieses Literaturstück vom Umtausch ausgeschlossen!



Inspirierende Zitate aus der OA-Literatur, kombiniert mit der Erfahrung, Kraft und Hoffnung von OA-Mitgliedern. Ein überaus hilfreicher Begleiter für jeden Tag.

Stimmen der Genesung Tägliche Meditationen

DIN A6 Buch- Farbtitel,
392 Seiten

Best. Nr. 134/B



Dieses Arbeitsbuch versorgt dich mit Fragen zum Nachdenken zu jedem Tagestext. Es ist hilfreich, dabei die gedruckte Ausgabe mit den täglichen Meditationen zur Hand zu haben

Stimmen der Genesung - Arbeitsbuch

Best. Nr. 186

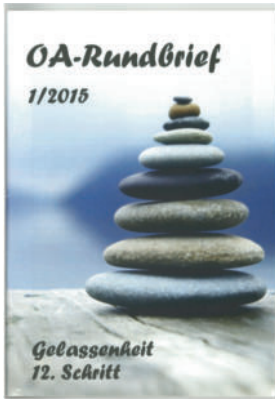
Dieses Buch ist nur als Download auf unserer Seite shop.overeatersanonymous.de erhältlich.

Du erhältst nach dem Kauf eine Datei, die ein PDF- und ein Word- Dokument enthält, das Du auf dem PC oder als ausgedrucktes Dokument bearbeiten kannst.

Daher ist dieses Literaturstück vom Umtausch ausgeschlossen!



Die Arbeit
im Programm



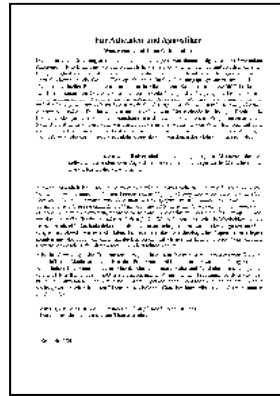
OA-Rundbrief – unser gedrucktes Meeting

- pro Rundbrief jeweils ein oder zwei besondere Themen im Rahmen unseres OA-Programms
- viele interessante Beiträge von OA-Mitgliedern
- aktuelle Berichte aus den Bezirken
- Einladung zu sämtlichen OA-Veranstaltungen

Abonnement mit vier Ausgaben pro Jahr. Jederzeit kündbar bei der Geschäftsstelle

DIN A5 Heft, Farbdruck, geheftet erscheint 4x jährlich, 36 bis 40 Seiten pro Ausgabe,
4 Ausgaben in Papierform einschließlich Versandkosten
Best. Nr. 140/C

4 Ausgaben als pdf-Datei zum selbst Ausdrucken oder Lesen auf einem E-book-Reader
Best. Nr. 140/C.PDF

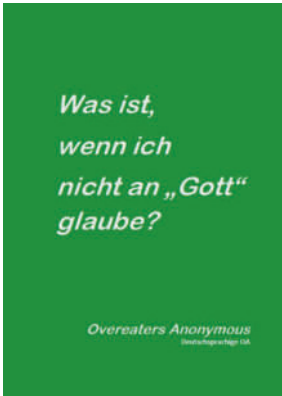


Für Atheisten und Agnostiker

Die spirituellen Erfahrungen und Glaubensvorstellungen, von denen Mitglieder von Overeaters Anonymous berichten, sind so unterschiedlich, wie sie es auch in der Gesamtgesellschaft sind.

Einige Mitglieder sind spirituell ausgerichtet, während andere im Konflikt mit Religion sind, wenn sie zu OA kommen oder Gott als Konzept ablehnen.

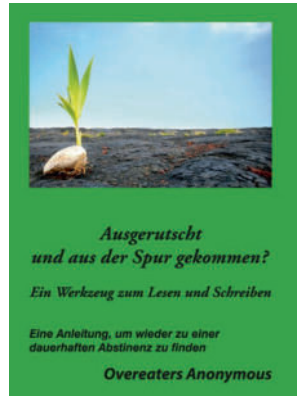
Zum kostenlosen Download in unserem Online Shop
Best. Nr. 184



Atheisten und Agnostiker teilen ihre Einsichten zum OA-Programm und erzählen, wie sie Genesung und Kraft im Zwölf Schritte Programm gefunden haben.



Gebrauche dieses nützliche Werkzeug täglich. Das hilft deine Abstinenz stark und fest zu erhalten. Du kannst es auch als Thema für Meetings und Workshops verwenden.



Die 30 Fragen sind für den Gebrauch beim täglichen Schreiben und/oder zum Gespräch mit einem Sponsor. Ebenso für OA-Mitglieder, die nicht mehr ausrutschen und aus der Spur kommen wollen. Die Fragen werden ebenfalls für alle im Rückfall empfohlen, die ihr OA Programm wieder aufnehmen wollen.

Was ist, wenn ich nicht an „Gott“ glaube

DIN A5 Heft,
12 Seiten

Best. Nr. 090/A

Checkliste und Schreibübung für eine dauerhafte Abstinenz

Zum kostenlosen Download in unserem Online Shop
Best. Nr. 187/D
Gedruckt 187/C

Ausgerutscht und aus der Spur gekommen?

DIN A5, geheftet,
12 Seiten

Best. Nr. 175/C



Als zeitlich begrenztes Sonderangebot:
Die beiden Bücher
„*Abstinenz*“ und
„*Ein neuer Anfang: Genesung vom Rückfall*“, als Powerbox zum halben Preis.

POWERBOX

2 Bücher, 160 Seiten
und 130 Seiten

Best. Nr. 210/A



Eine sehr gute
Anleitung, um die
Werkzeuge von OA
wie z.B. Essplan,
Sponsorschaft,
Meetings, Telefonie-
ren, Schreiben, Litera-
tur, Anonymität, Dienst
und Aktionsplan/
Struktur zu nutzen.

Die Werkzeuge der Genesung

Faltblatt Neuauflage

Best. Nr. 052/B



Die Arbeit im Programm



Fragestellungen und
Antworten zum Thema
Abstinenz.

Als Power Point und
auch als Pdf zum
Download kostenlos
erhältlich.

Ihr könnt damit ein
Meeting oder einen Teil
eines überregionalen
Meetings zum Thema
Abstinenz gestalten

PowerPoint- Präsentation – Gedanken zur Abstinenz

Als Powerpoint PPT
Best. Nr. 188/D

Als PDF Best. 189/D



„Notfallset“

Diese Sammlung von Taschenkarten ist
gedacht als Hilfe, wenn du während des
Tages in Schwierigkeiten kommst oder
dich einfach des Programms versichern
möchtest. Das Set enthält die Taschen-
karten

Denk erst nach

Wenn dich der Esszwang überfällt,
nimm statt des Essens dieses Heftchen
zur Hand und sieh dir die Alternativen
an, die OA bietet.

Bevor Du zwanghaft den ersten Bissen isst

Was kannst du tun, wenn dich der
Zwang überkommt süchtig zu essen?
Du findest hier Werkzeuge und Inspirati-
onen. Nutze sie auch für eine Inventur.

Nur für Heute

In diesem Text werden uns Empfehlun-
gen an die Hand gegeben, wie wir den
heutigen Tag gut leben können.

Zur Erinnerung

Klappkarte mit den Zwölf Schritten,
Zwölf Traditionen, der Präambel, dem
Gelassenheitsspruch, Nur für Heute und
einem Sinnspruch aus dem Sanskrit

Best. Nr. 152/A



Hier findest du Fragen, mit denen du deine Fortschritte auf dem Genesungsweg beurteilen kannst und die dir helfen, Veränderungen zu erkennen, die dich vom Programm abbringen könnten.

Das Heft ist hilfreich für langjährige OA-Mitglieder, um weiter im Genesungsprozess zu bleiben.

Aus der Erfahrung von Hunderten langjähriger Mitglieder bietet dieses Heft Vorschläge an, wie man Jahr für Jahr in der Genesung von der Ess-Sucht leben kann. Viele Stellen in diesem Heft sind aber auch für noch neue OA Mitglieder sehr hilfreich.

Eine Checkliste für deine Genesung

Handzettel
Best. Nr. 126/A

In der Genesung leben

DIN A5 Heft, 76 Seiten
Best. Nr. 086/C

Die Arbeit im Programm



Eine Schrift, die sich an Mitglieder wendet, die aussehen, als würden sie nicht zu OA gehören. Dreißig Geschichten voller Hoffnung und Genesung zeigen eindrucksvoll, dass für OA Mitglieder – auch wenn sie sich äußerlich unterscheiden – nur eine Grundvoraussetzung für die Zugehörigkeit gilt: der Wunsch, mit dem zwanghaften Essen aufzuhören.

Von XS bis XXL, Essucht gibt es in jeder Kleidergröße

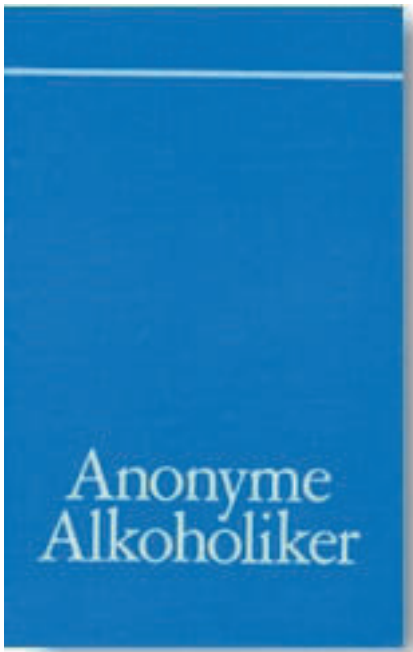
DIN A5 Heft, 64 Seiten
Best. Nr. 151/A



Wir haben ein gemeinsames Problem, das zwanghafte Essen und zwanghafte Verhaltensweisen in Bezug aufs Essen, und streben gemeinsam Genesung an. Die Geschichten dieser Broschüre veranschaulichen, wie OA-Mitglieder bei aller Unterschiedlichkeit von Programm, Kultur, Geschlecht, Sexualität und Leben Genesung gefunden haben. Unsere Geschichten enthüllen, dass wir mit all unseren Unterschieden manchmal wegen und manchmal trotz ihrer eine Lösung gefunden haben, die bei uns funktioniert: die Zwölf Schritte und Zwölf Traditionen von Overeaters Anonymous

Wir sind verschieden und gehören doch zusammen

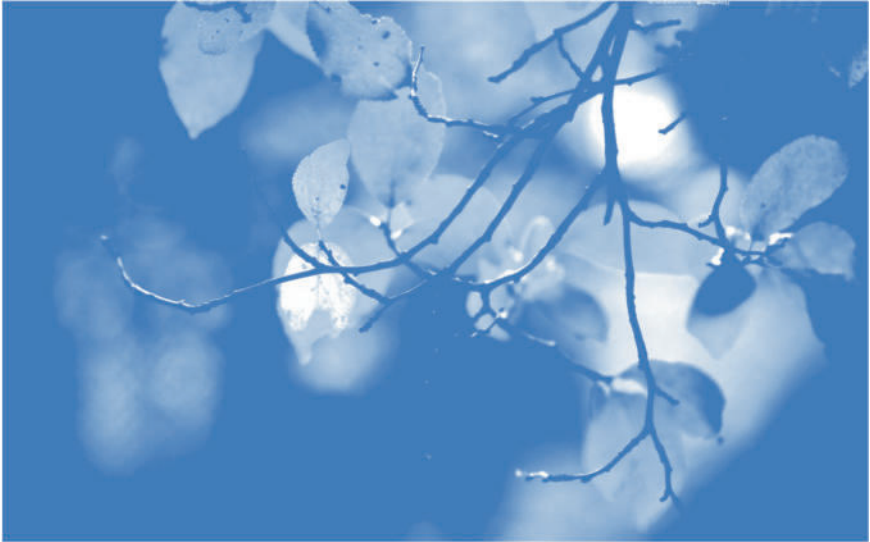
DIN A5, geheftet, 36 Seiten
Best. . Nr. 174/C



Das Standardwerk aller Zwölf Schritte Gruppen erschien wenige Jahre nach dem Entstehen der Anonymen Alkoholiker.

Das Blaue Buch

Best. Nr. AA/100 (Taschenbuch)
Best. Nr. AA/102 (Leinen)



Gebet zum dritten Schritt

*Höhere Macht, ich gebe mich in deine Hand,
richte mich auf und tu mit mir nach deinem Willen.*

*Erlös mich von den Fesseln meines Ichs,
damit ich deinen Willen besser erfüllen kann.*

*Nimm meine Schwierigkeiten hinweg,
damit der Sieg über sie Zeugnis von*

Deiner Macht,

Deiner Liebe,

Deiner Führung

ablegen möge vor den Menschen, denen ich helfen möchte.

Möge ich immer deinen Willen tun.

Geschichten voller Erfahrung, Kraft und Hoffnung



95 Geschichten aus dem Lifeline Magazin, geschrieben von OA-Mitgliedern. Die Geschichten bieten Hilfe und Anregungen, um zur Abstinenz vom zwanghaften Essen zu gelangen und sie zu behalten. Es werden praktische Tipps gegeben und es wird von Wendepunkten im Leben berichtet.

Abstinenz

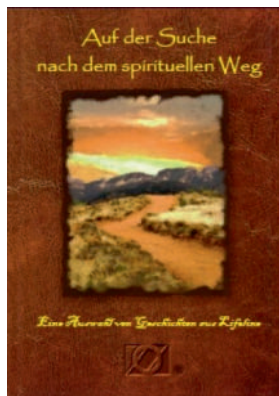
DIN A5 Buch,
160 Seiten
Best. Nr. 111/A



Diese Geschichten sind im Lifeline - Magazin bereits veröffentlicht Sie sind voller Erfahrung, Kraft, Inspiration und Weisheit. In ihnen berichten OA Mitglieder von ihren Kämpfen und Triumphen auf dem Genesungsweg.

Ein neuer Anfang - Genesung vom Rückfall

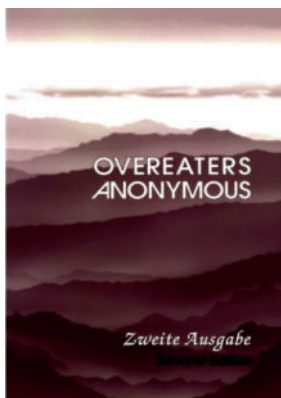
DIN A5 Buch,
139 Seiten
Best. Nr. 102/A



Geschichten von OA Mitgliedern für OA Mitglieder geschrieben. Erschienen im englischsprachigen OA-Magazin. Es sind Meinungen von einzelnen OA-Mitgliedern. Sie spiegeln unterschiedliche Erfahrungen spiritueller Erkenntnisse und spirituellen Wachstums wider.

Auf der Suche nach dem spiritu- ellen Weg

DIN A5 Buch, 141 Sei-
ten, Farbtitel,
Best. Nr. 169/B

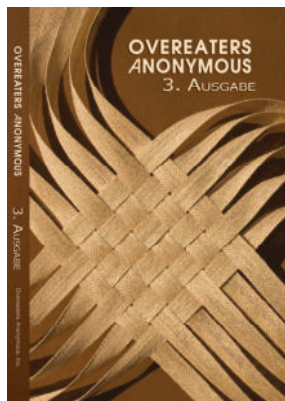


Neue Lebensgeschichten von OA-Mitgliedern. Vollständiger Text von „Unsere Einladung an dich“, die Geschichte der Gründerin von OA und Stellungnahmen zum OA Programm aus der Sicht eines Arztes, eines Psychologen und eines Geistlichen.

Overeaters Anonymous – Zweite Ausgabe

Best. Nr. 120/D

Als Ebook über www.amazon.de



Noch einmal neue Lebensgeschichten von OA-Mitgliedern. Vollständiger Text von „Unsere Einladung an dich“. Die Geschichte der Gründerin von OA und neue Stellungnahmen zum OA Programm und dem Begriff Abstinenz aus der Sicht eines Arztes, eines Psychologen und eines Geistlichen.

Overeaters Anonymous – Dritte Ausgabe

mit Best. Nr. 190/D

als E-Book über www.amazon.de



Unser neues Buch mit mehr als 100 Geschichten aus dem Lifeline Magazin. Geschichten über Herausforderungen und Genesung, und wie diese Menschen mit dem OA- Programm genesen sind.

Es ist sonniger geworden in meinem Leben Overeaters Anonymous

mit Best. Nr. 190/D
als E-Book über www.amazon.de
Oder als gedrucktes Buch
192/B in unserem Shop

Kostenlose Materialien für die Öffentlichkeitsarbeit

Die kostenlosen Faltposter, Poster und Infokarten für die Öffentlichkeitsarbeit können auch über unsere Internetseite www.overeatersanonymous.de ausgedruckt werden.

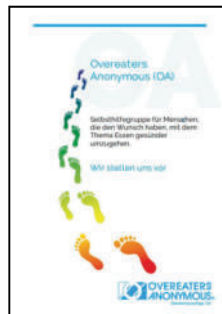
Größere Mengen der kostenlosen Literatur für die Öffentlichkeitsarbeit (ab 20 Exemplaren) können gegen Angabe eines Verwendungszwecks in unserer Geschäftsstelle bestellt werden.

Bei Bestellung von kostenloser Literatur über den Literaturversand fällt eine Versandkostenpauschale an.



Vorschläge für die Öffentlichkeitsarbeit und behandelt Themen wie Zielsetzungen, Informationsveranstaltungen, Sprechen bei Nicht-OA Veranstaltungen,

Zusammenarbeit mit den Medien, Verfassen von Pressemitteilungen.



Eine wunderbare Zusammenfassung unseres Programms,

Kostenlos in attraktiver Papierform zu haben. Bitte immer Verwendungszweck angeben!

Handbuch zur Öffentlichkeitsarbeit

DIN A4 Buch, 42 Seiten
Best. Nr. 114/A

Wir stellen uns vor – eine prägnante Vorstellung von OA für Presse und Therapeuten

Best. Nr. 180/C



„Ab morgen habe ich mich wieder im Griff“.
Unsere Möglichkeit, OA
bekannter zu machen.
Dieses Plakat kann bis zu einer Grösse von
DINA 1 gedruckt werden. Ausserdem gibt es
dieses Plakat als Postkarte.

OA Plakat/Karte

„Ab morgen habe ich mich wieder im Griff“

Plakat DinA3	002-001
Plakat DinA4	002-002
Karte	002-003

Dateien als Download unter
[http://www.overeatersanonymous.de/
oeffentlichkeitsarbeit.html](http://www.overeatersanonymous.de/oeffentlichkeitsarbeit.html)

Kostenlose Materialien für die Öffentlichkeitsarbeit



Faltblatt für die Öffentlichkeitsarbeit, das die verschiedenen Formen der Esssucht aufzeigt und 15 Fragen enthält, die dabei helfen, sich schlüssig zu werden, ob man esssüchtig ist. Zur Auslage in Arztpraxen, Informationsstellen für Suchterkrankungen, Gesundheitsmessen und ähnliches. Als jpg-Datei zum Selbsteintragen der Meetingsdaten im Internet unter „Materialien für die Öffentlichkeitsarbeit“ in der Rubrik Gruppen/Mitglieder zum Selbstaussdrucken oder zum Herstellen durch eine Druckerei. Die vom Literaturvertrieb bestellten Papierexemplare sind im Bereich „Meetingseintrag“ frei und können dort mit einem Stempeldruck beschriftet werden. Eine Anleitung ist ebenfalls unter "Materialien für die Öffentlichkeitsarbeit" zu finden.

Eine Lösung für Menschen mit einem Essproblem

Faltblatt Best. Nr. 034/A



Es werden verschiedene Formen der Esssucht aufgezeigt. 15 Fragen helfen dabei, sich schlüssig zu werden, ob man esssüchtig ist. Zur Auslage in Arztpraxen, Informationsstellen für Suchterkrankungen, bei Gesundheitsmessen u.ä.

Als jpg Datei zum Selbsteintragen der Meetingsdaten im Internet unter „Materialien für die Öffentlichkeitsarbeit“ zum Selbstaussdrucken oder zum Herstellen durch eine Druckerei. Sie findet sich auch im Downloadbereich, um selbst die Meetingsdaten eintragen zu können und sie selbst auszudrucken.

Probleme mit dem Essen? – Verschiedene Symptome, eine Lösung und 15 Fragen

Faltblatt Best. Nr. 172/B



Visitenkarte Figurenkette und Füßen

Rückseite mit Barcode, der auf unsere Homepage verweist.

Erklärt, wie OA eine Therapie unterstützen kann
Selbsteinschätzungsfragen für die Patienten.

OA Visitenkarten NEU

OA stellt sich dem Gesundheitswesen vor

Best. Nr. 177/001(Figuren)
(Füße)

Best. Nr. 177/002

Faltblatt mit Einlageblatt
Best. Nr. 178/A

Erscheint Ende 2017 neu!



Materialien für die Öffentlichkeitsarbeit

Öffentlichkeitsarbeit ist das **A** und **O** bei **OA**.

Wir möchten euch bei der Öffentlichkeitsarbeit bestmöglich unterstützen. Dazu haben wir Materialien für euch entwickelt und werden weitere entwickeln.



ROLL- UP

Für Veranstaltungen und Messen gibt es ein Roll- Up.

Die Höhe beträgt **2 m** und die Breite **85 cm**.

Es steht alleine und kann daher frei aufgestellt werden. Im Aussenbereich ist eine Fixierung notwendig.

Erhältlich ist das Roll-Up in der Geschäftsstelle nach schriftlicher Anfrage per Mail an buero@overeatersanonymous.de

Sobald der Termin bestätigt wird, sind die Versandkosten umgehend zu bezahlen.

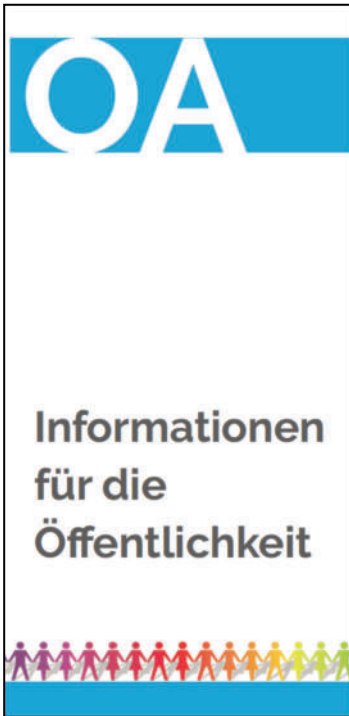
Terminüberschneidungen sind möglich und können nicht ausgeschlossen werden. Deshalb ist es wichtig, rechtzeitig zu bestellen

Der Aufbau ist ganz einfach, Das Display wird aus der Kassette gezogen und mit der Stange auf der Rückseite befestigt. Es steht selbstständig.



ACHTUNG: UMKARTON UNBEDINGT AUFBEWAHREN FÜR DIE RÜCKSENDUNG

Best. Nr. 193/C



Alles Wissenswerte kurz zusammengefasst. Die vom Literaturvertrieb bestellten Papierexemplare sind im Bereich „Meetingseintrag“ frei und können dort mit einem Stempелеindruck beschriftet werden.

Information für die Öffentlichkeit

Faltblatt
Best. Nr. 012/C



Wir entwickeln immer wieder neue Materialien für die Öffentlichkeitsarbeit. Nähere Informationen dazu gibt es immer aktuell in unserem Shop oder auf unserer Homepage <http://www overeatersanonymous.de/oeffentlichkeitsarbeit.html>

Materialien für die Öffentlichkeitsarbeit

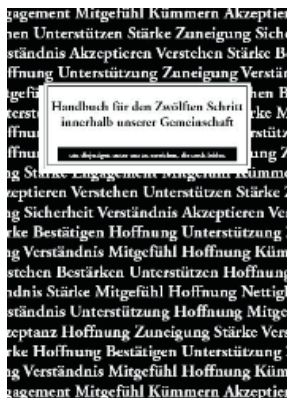
Literatur für Gruppen und Meetings



Ein umfassendes Handbuch, das nahezu alle Fragen im Leben einer OA Gruppe beantwortet. .

Gruppenhandbuch
Die Zwölf Traditionen zeigen uns den Weg

DIN A4 Buch, 72 Seiten
Best. Nr. 100/A



Enthält Impulse für Gruppen und Intergruppeninventuren, die zum Ziel haben den Umgang mit Mitgliedern im Rückfall zu verbessern. Anregungen für Workshops und Marathons, Tipps für einen liebevollen Umgang mit Mitgliedern im Rückfall.

Handbuch zum Zwölften Schritt innerhalb unserer Gemeinschaft

DIN A4 Buch,
56 Seiten
Best. Nr. 150/A



Vier Artikel, die ursprünglich im Lifeline Magazin veröffentlicht wurden. Die Mitbegründerin von OA, Rozanne, schreibt über die Elfte und Zwölfte Tradition und die Bedeutung der Anonymität als spirituellem Prinzip.

Anonymität

DIN A5 Heft,
12 Seiten
Best. Nr. 022/A

Aktuelle Preise findest Du auf shop.overeatersanonymous.de oder in der beiliegenden Preisliste



Anregungen, was zu tun ist, wenn die Gruppe nicht richtig läuft.



Eine einfache, aber sehr kraftvolle Hilfe für Meetings. 13 Punkte, die eine Gruppe weiter Bringen

Zum kostenlosen Download in unserem Online Shop

Zusammen schaffen wir es...

DIN A5 Heft, 18 Seiten Best. Nr. 162/C

Checkliste für ein gutes Meeting

DIN A4 Blatt, Best. Nr. 183/D



Die folgende Checkliste für OA-Gruppen und -Dienstgruppen ist ein Angebot im Geiste der Dritten Tradition von Overeaters Anonymous und der Grundsatzserklärungen von OA zum Konzept der Einheit in der Vielfalt.

Checkliste Einheit in der Vielfalt

DIN A4 Blatt, Best. Nr. 182-01D

Die Checklisten sind kostenlos erhältlich unter <http://www.overeatersanonymous.de/Gruppenarbeit.html>



Die Zwölf Konzepte helfen den OA Mitgliedern, die Zwölf Schritte und Zwölf Traditionen bei ihrer Arbeit in den Diensten anzuwenden. Die Konzepte sind Grundlage und Anleitung für das Handeln in den Dienststrukturen von Overeaters Anonymous

Die Zwölf Konzepte von OA – Spirituelle Prinzipien für alle, die Dienst tun

DIN A5 Heft, 32 Seiten
Best. Nr. 131/A



Eine kurze Erklärung unserer Traditionen

Die Zwölf Traditionen von OA und eine Erklärung

DIN A5 Heft, 32 Seiten
Best. Nr. 024/A



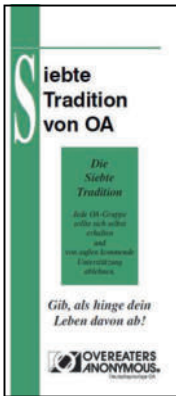
Hier werden Fragen beantwortet, wie ein Beitrag zu unseren Rundbriefen aussehen kann wie lange er sein sollte, welche Themen möglich sind, eine Themensammlung und Informationen dazu, was als Thema nicht geeignet ist. Die Leitlinien sollen mehr Sicherheit beim Schreiben geben und vor allem auch zum Schreiben ermutigen.

Leitlinien für Beiträge zu den Rundbriefen

Best. Nr. 128/C

Als Download verfügbar unter <http://www.overeatersanonymous.de/Gruppenarbeit.html>

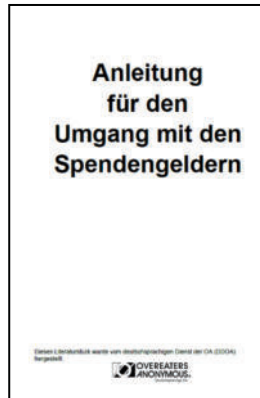
Literatur für Gruppen und Meetings



Die wahre Freiheit der Genesung kennen heißt auch wissen, dass wir OA auf allen Ebenen sinnvolle und notwendige finanzielle Beiträge leisten können. Diese Investition in unsere Gemeinschaft stellt sicher, dass wir die Botschaft weiterhin zu den noch leidenden Esssüchtigen bringen können. Spirituelle Gesichtspunkte der Spenden an OA, die Verwendung der Spenden und Möglichkeiten zu spenden werden vorgestellt.

Die Siebte Tradition von OA

Faltblatt, Din A5, 8 Seiten
Best. Nr. 168/A



Eine Anleitung zum Umgang mit Spendengeldern und der Abrechnung von Geldern

Anleitung für den Umgang mit Spendengeldern

Din A 4 Dokument 11
Seiten
Best. Nr. 001/A



Dieser Text bietet Ermutigung und Hoffnung für Mitglieder, die nach einem Rückfall wiederkommen. Er beschäftigt sich mit Themen wie Angst, Verleugnung, Perfektionismus und Machtlosigkeit im Gegensatz zu Verantwortlichkeit.

Sei wieder Willkommen

Format: Faltblatt
Best. Nr. 043/A

Overeaters Anonymous®
(Deutschsprachige OA)

Heckenrosenweg 33 - 35
47804 Krefeld

Büro: Tel. +49 2151 771909
buero@overeatersanonymous.de
Kontakt-Tel.+49 176 34 40 55 55

www.overeatersanonymous.de

05/2017

