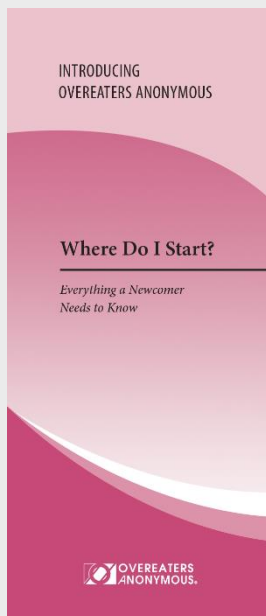




Neue Broschüre für Neue bei OA



Wo soll ich anfangen? Alles, was Neue bei OA wissen müssen (# 705), kostet nur einen Dollar (!), Ersetzt das \$ 3,50 Newcomer-Paket und konsolidiert wichtige Informationen in einer 32-seitigen Broschüre. Die Broschüre enthält die fünfzehn Fragen, OA-Tools, empfohlene Essenspläne, OA-Versprechen, AA-Gebete des dritten und siebten Schritts und "Welcome Home!". In einem FAQ-Abschnitt werden häufig gestellte Fragen zu zwanghaftem Essen, Bulimie und Anorexie sowie OA als spirituelles Programm behandelt. Genesung in unserem Zwölf-Schritte-Programm und mehr.

Gebt Neuen die beste Einführung in unser Programm. Bestellt diese Broschüre heute noch.

Anmerkung: Wir haben diese Broschüre in Deutschland noch nicht.

Zweite E-Dokumente für die WSBC 2019 verfügbar



Die e-Dokumente der zweiten Konferenz sind jetzt auf der [WSBC-Webseite](#) verfügbar. Zu den neu veröffentlichten Dokumenten gehört ein [Schreiben](#) des Vorsitzenden des Conference Planning Committee; der [Agenda-Fragebogen und die Anweisungen](#) ; [Fragebogen Zusammenfassung](#) ; [Neue Geschäftsanträge](#) und [Statuten Änderungen](#) , die bis zum Stichtag 10. Dezember 2018 eingereicht wurden; das [Anmeldeformular für Delegierte](#) ; und [allgemeine Informationen](#) zur Konferenz.

[Anträge auf Treuhänder-Nominierte](#) (Anweisungen [hier](#)) sind bis zum 5. Februar 2019 beim World Service Office einzureichen.

**Ein Schritt voraus ist jetzt übersetzbar!
Lese die neue Ausgabe**

The screenshot shows the top navigation bar of the 'A Step Ahead' website. On the left, there is a 'Select Language' dropdown menu with a red arrow pointing to it. To the right of the dropdown is a search box containing the text 'WO'. Below the navigation bar, the main content area is titled 'A Step Ahead'. On the left side of the main content area, there is a vertical menu with the following items: 'Newcomers', 'Members', 'Groups/Service Bodies', 'Contact Us', and 'Find a Meeting'. The main content area on the right features a large heading 'A Step Ahead' followed by a sub-heading 'Important Change'. Below the sub-heading, there is a paragraph of text: 'This translatable web page replaces the published. A printer-friendly, black-and-white issue, and the most current four issue Step Ahead.' To download and print a

Die neueste Ausgabe von *A Step Ahead* ist jetzt veröffentlicht - **mit einer wichtigen Änderung**. *A Step Ahead* wird jetzt als **übersetzbare Webseite** auf oa.org veröffentlicht, um unserer weltweiten Gemeinschaft besser zu dienen. Lese die *A Step Ahead* in einer von **vierunddreißig weiteren Sprachen**, indem Du auf die Schaltfläche "Sprache auswählen" oben auf der Seite klickst . [Klicken Sie hier](#) , um die neue Ausgabe online zu lesen.

Eine druckerfreundliche **Schwarzweißversion** von *A Step Ahead* ist weiterhin für jede Ausgabe verfügbar. [Klicken Sie hier](#) , um eine Schwarzweißversion herunterzuladen und auszudrucken, oder rufe die Webseite „A Step Ahead Newsletter“ auf und klicke auf das Miniaturbild der aktuellen Ausgabe. Die vier letzten Ausgaben des Newsletters sind immer unter oa.org/documents unter " *A Step Ahead*Newsletter" verfügbar.

Die übersetzbare Webseite ersetzt die interaktive, farbige PDF-Version, die nicht mehr veröffentlicht wird.

[Lesen Sie einen Schritt voraus](#) |

**RU 18–30 und abstinent FR?
Wir brauchen Deine
Genesungsgeschichte.
(Es ist für eine neue Broschüre)**



Gib OA-Mitgliedern in deinem Alter Dienst **und Hoffnung** ! Teile Deine Geschichte der Genesung mit **18 bis 30 Jahren**. Beginne mit diesen Fragen, füge jedoch alles hinzu, was für Deine Genesung wichtig war:

- Wie hat OA jemanden wie dich erreicht und dich inspiriert, zu genesen?
- Wie arbeitest du dein Programm? (Hier kannst Du gar nicht konkret genug sein)
- Wie arbeitest Du mit dem Thema Schreiben und persönliche Ressourcen wie Bücher, Flyer und Meetings
- Wie nutzt Du virtuelle Ressourcen, wie Podcasts und Online-Meetings?
- Wie setzt Du andere Maßnahmen für Deine Genesung ein?
- Warum ist es schwieriger, in OA jung zu sein?
- Warum ist es einfacher?

- Welche Belohnungen hat Dir die Genesung in OA gebracht?
- Hmmm ... oh yah, wie alt bist du?

Mache es Dir zum Ziel, anderen Jugendlichen in OA eine Inspiration zu geben, indem Du Deine Geschichte sendest. **Gemeinsam können wir** die Geschichten junger Menschen zu einem Bestandteil von OA machen! Verwende dieses Veröffentlichungsformular (und gebe den Flyer weiter), und sende dann Deine Geschichte und das Formular mit dem Betreff „YP Story“ per E-Mail an info@oa.org . Die Frist, um Deine Geschichte zu senden, ist der April – kein Scherz.

[Holen Sie sich den Dope-Flyer und das Freigabeformular](#) |

Wichtige Termine und Fristen

Fellowship-Veranstaltungen

19. bis 20. Januar

59. Geburtstag von OA: Wende Dich an Deine örtlichen Meetings, um Informationen zur Veranstaltung zu erhalten. (am dritten Wochenende im Januar.)

24. Februar

Tag der Einheit: Dieser Tag erkennt die Stärke der Gemeinschaft weltweit an. Um 11:30 Uhr Ortszeit machen OA-Mitglieder Pause, um die Stärke der OA-Einheit zu bestätigen. (Letzter Samstag im Februar in geraden Jahren und am letzten Sonntag im Februar in ungeraden Jahren).

Suche nach Informationen zu lokalen OA-Events und sende dies zum Veranstaltungskaldner

World Service Business Konferenz

10. Januar

Zweite Konferenz-E-Dokumente auf der [WSBC-Website](#) verfügbar.

5. Februar

[Bewerbungen](#) für Treuhänder-Nominees aufgrund der WSO (siehe [Anweisungen](#)).

25. Februar

[Anmeldeformulare](#) aufgrund der WSO [Delegierten](#) .

7. März

[Agenda Fragebogen](#) aufgrund der WSO.

Lifeline Magazine

15. März

Allgemeines : Schreibe zu jedem Thema, dass Du für sinnvoll hältst.

Bereiche: Sende Diene Beiträge für Kleinigkeiten, Schrittestudie (Schritt Sieben), Gelebte Traditionen (Tradition Sieben), Service und Dienst, Der spirituelle Weg und teile es.

Schicke Deine Geschichte mit dem Betreff „Lifeline“ an info@oa.org . Lade unsere [Richtlinien](#) für [Autoren](#) herunter , um weitere Informationen zu erhalten.

Laufend

Bits and Bites : Sende etwas Genesungsweiheit

Schrittestudie : Schreibe über Deine Entdeckungen, wenn Du einen der Schritte ausführst.

Gelebte Traditionen : Schreibe über Deine Erfahrung mit einer bestimmten Tradition. *Lifeline* kann insbesondere neue aktiv gelebte Geschichten verwenden.

Newcomers Corner : Bist Du neu? Mache Dienst, indem Du Deine Erfahrungen, Kraft und Hoffnung teilst.

Dienst und Genesung: Teile wie Du Deinen Dienst einbringst und wie er sich auf Dein zwanghaftes Essen und zwanghaftes Essverhalten und Deine Genesung auswirkt.

Der spirituelle Weg : Schreibe in OA über Deine spirituelle Genesung und spirituelle Reise.

MEHR OA NEWS

**Neue immergrüne
Ausgabe des *Kuriers***

OA Event Info?
Finde Details oder sende Deine
eigenes Event in den
Eventkalender auf oa.org.

OVEREATERS ANONYMOUS
 eating
 No diet | No fees
 • Compulsive eating
 • Undereating
 • Food addiction
 • Anorexia
 • Bulimia
 • Binge eating
 • Overeating

No matter what the problem with food we can provide ongoing support to your patients or clients.

Complement Your Care with Overeaters Anonymous
 OA works, in part, because it offers an ongoing support system for members and encourages them to help one another, thereby weakening their isolation and loneliness. Many members consider OA a complement to the professional services they receive. In fact, OA shares no medical, nutritional, or psychological expertise and suggests that interested members contact qualified professionals for help in these areas.

"In OA I found the support I needed to overcome my compulsive overeating. I learned that I needed to eat a diet, and stick to it with the support of OA. I lost all the weight I needed to and reached a healthy BMI, which I have maintained for four and a half years." —A.C., MWF, LCSW

A publication of
 Overeaters Anonymous, Inc.
 P.O. Box 42727
 San Ramon, CA 94574-0272 USA
 Phone: 1-925-489-2044
 Fax: 1-925-489-4220
 Email: info@oa.org
 Website: oa.org

PROFESSIONAL COMMUNITY
COURIER
 OA News and Information for the Professional Community Issue II
Why Should You Refer a Patient to OA?
 —Marry Lerner, PhD

Over the past two decades, I have been a clinical director privileged to be involved with people who suffer from eating disorders: compulsive overeating, bulimia, binge eating and some forms of anorexia. Often, I am asked whether joining OA and "working the steps" holds the same beneficial promise for patients who suffer from eating disorders as it does for people who suffer from other addictions, such as those in Alcoholics Anonymous. My consistent response has been a resounding "Yes."

Most "flavors" of eating disorders have in common a sense of powerlessness that is central to all addictions. A lesson from our alcoholic cousins in AA notes that it's not how often or how much someone drinks but what happens to them when they pick up a drink. For a food addict, it's not a matter of how often or how much food he or she eats, or how overweight or underweight the person may be, but how unmanageable life has become because of an addictive relationship with food.

One of the most prevalent misconceptions about OA is that the goal of recovery is to change one's size, assuming weight is the sole symptom of addictive eating diseases. To be sure, most members experience a significant change in weight as a result of ending their addictive relationship with food. But not all compulsive overeaters are overweight, and many people who purge after binge eating or who alternate between restrictive diets and overeating do not suffer with the symptom of obesity. In my experience, the poorest way to define an eating disorder is to base the diagnosis upon what someone weighs. Add to this the tendency for many to measure

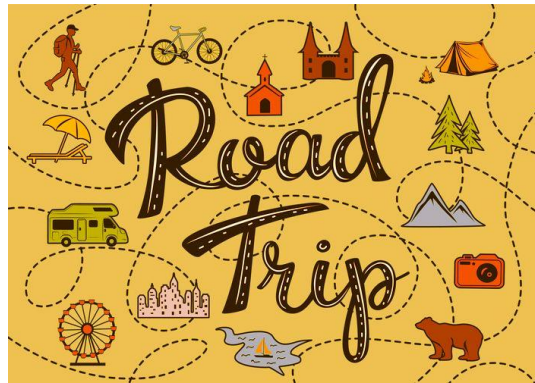
recovery only in terms of weight change rather than the improved quality of life that comes from working a recovery program, and you begin to understand the difference between a diet club and a way of life often referred to as recovery. As a professional working in the field of eating disorders, I find that OA offers more than a support group for people who want to look better. It offers an opportunity for members to achieve monumental changes in their lives that would not be possible by traditional means of treatment alone.

What separates OA from being just another diet or weight-loss group is rooted in OA's twelve steps. Inherent in these principles are the primary elements needed to recover from an addiction. OA, like its cousin AA, seeks to remedy the three cornerstones of addiction: the physical, emotional and spiritual damages resulting from addictive disease. Overeaters Anonymous offers an opportunity for people of all sizes and shapes to meet on the common ground of searching for a way out of the abyss of food addiction. I have found that having our patients participate in OA meetings and encouraging them to continue with meetings when they return home make

A BETTER LIFE

continued on page 2

Neuer Workshop: "Genesungs-Workshop"



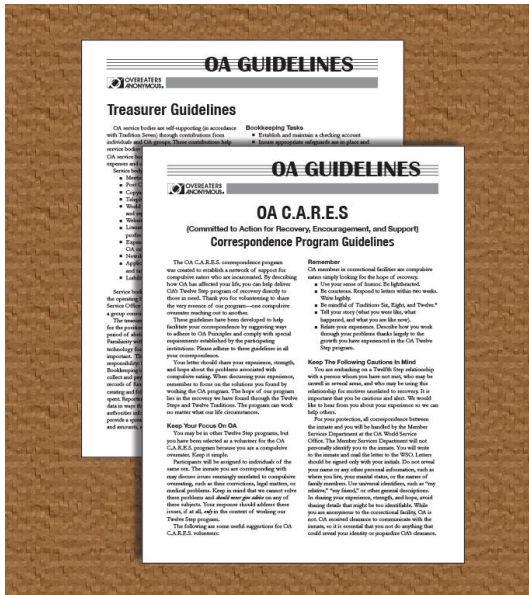
Der *Professional Community Courier* ist ein **professionelles Hilfsmittel**, das von Ärzten, Krankenschwestern, Therapeuten und anderen Personen geschrieben wird. Es zeigt, wie OA die professionelle Versorgung ergänzen und Deine Patienten und Kunden kontinuierlich unterstützen kann. Wir können den *Kurier* benutzen, um Fachleute zu ermutigen, **zwanghafte Esser an OA zu verweisen**. Eine neue, immergrüne Ausgabe des *Courier* ist jetzt auf der OA-Website unter oa.org/documents unter „Courier“ verfügbar. **Laden Sie das PDF- Dokument herunter** und **verwende es, wenn Du die Botschaft an Deinen Arzt, Zahnarzt oder einem anderen Gesundheitsdienstleister weitergibst**.

Der neue Workshop von OA untersucht Straßenblockaden und Sehenswürdigkeiten, die auf der Straße gefunden werden, die wir zusammen gehen. In der "Recovery Roadmap" lernst Du die Reisenden der Genesungskarte kennen, die gefährlichen Orte wie Diät Wüste, Isolation Insel und Selbstmitleid-Wasserfälle und ruhige Orte wie Fußarbeits-Pfade, Höhere Macht Service Station und Akzeptanz-Landefeld kennen. Bringe eine Genesungs-Landkarte zu der nächsten Veranstaltung: Lade [eine ZIP-Datei des Workshops](#) unter oa.org/documents unter "Workshops and Skits" herunter.

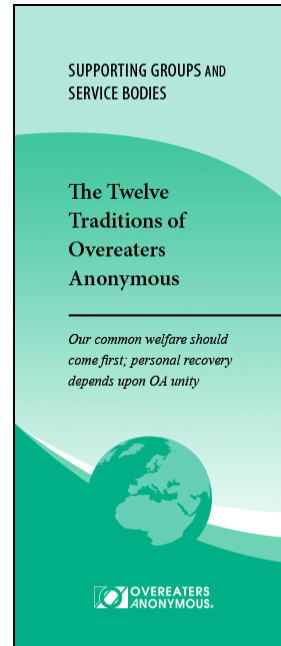
Anmerkung: Wir werden diesen Workshop übersetzen, bitte gebt uns Zeit dafür.

Überarbeitete Richtlinien für das Schreiben an die Mitglieder und Budgetverantwortliche

Lade den Zwölf Traditionen Flyer kostenlos herunter.



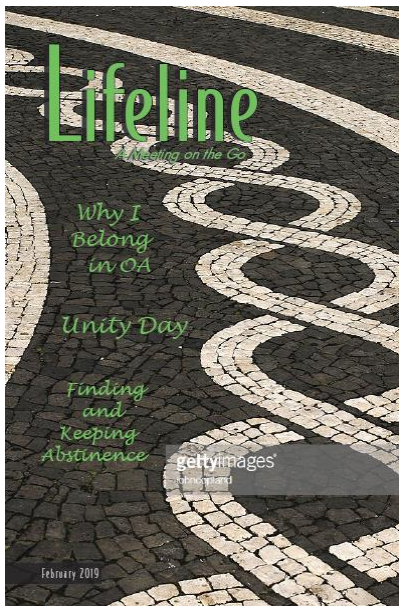
OA hat die [Richtlinien für die Teilnahme am OA CARES Correspondence Program](#), (CARE bedeutet: **Committed to Action for Recovery, Encouragement and Support** und bedeutet: Verpflichtet zu Aktion für Genesung, Ermutigung und Unterstützung) einem **Brieffreundschafts-dienst** für Inhaftierte, überarbeitet. [Die Richtlinien für Schatzmeister](#) wurden ebenfalls **stark vereinfacht**, um den Diensttuenden in der Schatzmeisterposition zu helfen. Die beiden Richtlinien findest Du unter oa.org/documents unter "Richtlinien".



Die Zwölf Traditionen der Overeaters Anonymous-Broschüre hat sich kürzlich mit der nicht mehr erhältlichen OA-Literatur verbunden, was bedeutet, dass sie **jetzt kostenlos** von oa.org **heruntergeladen werden** kann. Nicht mehr lieferbare Literatur ist immer noch OA-geprüft, wird jedoch nicht mehr in der OA-Buchhandlung verkauft. Du findest es unter oa.org/documents unter "Discontinued Literature".

Abonniere bis Freitag die Lifeline vom Februar 2019

Geld für Übersetzungen? Beantrage die Finanzierung bis zum 1. Februar!



Die Ausgabe vom Februar 2019 bietet wertvolle inspirierende Geschichten zu den Themen "Warum ich zu OA gehörte", "Tag der Einheit" und "Abstinenz" finden und aufrechterhalten". Abonniere die bis diesen Freitag, den 18. Januar, um eine praktische Methode zu lernen, die ein abstinentes Mitglied verwendet **halte Deine zwanghaften Gedanken in Schach und bleibe abstinent.**

[Klicken Sie hier](#) , um zu bestellen oder rufe die 1-505-891-2664 mit Ihrer Kredit- oder Debitkarte an.



Helfe OA, in Deiner Sprache zu wachsen. Fülle den [Antrag für den Übersetzungshilfefonds aus](#) und sende Sie ihn zum 1. Februar an die WSO. Den Antrag und weitere Informationen findest Du auf der [Seite Literaturübersetzungen](#) .

Um Geld zu erhalten, müssen die Empfänger ein PayPal-Konto erstellen.

**Trage die Botschaft
an professionelle
Organisationen mit
finanzieller
Unterstützung von OA
weiter.**

Klicken Sie
hier, um ein
Meeting zu
finden



Wenn Ihr einen Stand auf **einer Ausstellung oder auf einer Fachmesse** in Deiner Nähe durchführen möchtet, könnt ihr dies über den Messe- und Veranstaltungsfund die World Service Office **Finanzhilfe** beantragen. Reiche [diesen Antrag](#) so früh wie möglich beim WSO ein.
