

## Podstawowe informacje o wspólnocie Anonimowych Żartków

---

- Pierwszy mityng AŻ odbył się w 1960 roku w Los Angeles. Wspólnota rozwinęła się; aktualnie funkcjonuje ponad 6,500 grup w przeszło 75 krajach, zaś liczba członków przekracza 60 000.
- Program AŻ jest skierowany do osób cierpiących na kompulsywne objadanie się i oferuje zdrowienie na trzech poziomach: fizycznym, emocjonalnym i duchowym. Dwunastokrotowy program zdrowienia wzorowany jest na programie Anonimowych Alkoholików. Członkowie AŻ zaangażowani w program odkrywają, że ustaje potrzeba kompulsywnego jedzenia, a diety zakończone efektem jo-jo należą do przeszłości.
- AŻ nie jest związane z żadną publiczną ani prywatną instytucją, ruchem politycznym, ideologią ani doktryną religijną; nie zajmuje stanowiska wobec spraw spoza Wspólnoty.
- W AŻ ma swoje miejsce każdy, kto uważa, że ma problem z jedzeniem, niezależnie od objawów zaburzenia. Niektórzy członkowie AŻ cierpią na otyłość, inni mają umiarkowaną nadwagę; są osoby z przeciętną wagą ciała albo z niedowagą. Niektóre osoby potrafią przez jakiś czas kontrolować swoje zachowania związane z jedzeniem, inne utraciły nad nimi wszelką kontrolę. Jedynym warunkiem uczestnictwa w AŻ jest pragnienie zaprzestania kompulsywnego jedzenia. W AŻ nie ma obowiązkowych składek ani innych wymaganych opłat. Wspólnota utrzymuje się sama poprzez dobrowolne datki uczestników oraz sprzedaż literatury.
- Więcej informacji na temat AŻ znajduje się w materiałach:  
***Czym jest AŻ*** oraz ***Informacja dla przedstawicieli zawodów medycznych.***

**Prosimy, dajcie nam znać, w jaki sposób możemy lepiej was informować o programie Anonimowych Żartków. Nie wahajcie się skontaktować się z nami w sprawie uzyskania dodatkowych materiałów lub informacji.**



czekamy na wasze pytania



[www.anonimowizarlocy.org](http://www.anonimowizarlocy.org)



[info@anonimowizarlocy.org](mailto:info@anonimowizarlocy.org)