

## Jak informować o odbywających się mityngach

---

**Aby AŻ mogło dotrzeć do wielu tysięcy kompulsywnych żartoków, którzy jeszcze cierpią, potrzebujemy pomocy gazet i czasopism. W naszym działaniu opieramy się na Dwunastu Tradycjach, ze szczególnym zwróceniem uwagi na:**

- **Tradycję Czwartą:** *Każda grupa powinna być niezależna we wszystkich sprawach, z wyjątkiem tych, które dotyczą innych grup lub AŻ jako całości* – czyli ostrożność w działaniu, tak aby swoim postępowaniem nie zaszkodzić innym grupom lub AŻ jako całości.
- **Tradycję Szóstą:** *Grupa AŻ nigdy nie powinna popierać, finansować ani używać nazwy AŻ żadnym pokrewnym ośrodkom ani jakimkolwiek przedsięwzięciom, ażeby problemy finansowe, majątkowe lub sprawy ambicjonalne nie odrywały nas od głównego celu* – czyli współpraca, nie powiązania.
- **Tradycję Ósmą:** *Działalność we wspólnocie AŻ powinna na zawsze pozostać honorowa* – AŻ pozostaje nieprofesjonalne. Rzecznicy AŻ nie pretendują do miana autorytetów w zakresie medycznych czy psychologicznych aspektów kompulsywnego jedzenia.
- **Tradycję Jedenastą:** *Nasze działanie na zewnątrz opiera się na przyciąganiu, a nie na reklamowaniu; musimy zawsze zachować osobistą anonimowość wobec prasy, radia, filmu i telewizji oraz wszelkich innych publicznych form komunikacji medialnej* – nie „sprzedajemy” AŻ. Zamiast tego, przyciągamy nowo przybyłych – nowicjusze dostrzegają, że znaleźliśmy coś, czego oni sami pragną. Nasze zadanie polega na tym, aby kompulsywni żartocy wiedzieli, że nasz program istnieje i jak mogą nas znaleźć.
- **Tradycję Dwunastą:** *Anonimowość stanowi duchową podstawę naszego programu, przypominając nam zawsze o pierwszeństwie zasad przed osobistymi ambicjami* – AŻ jako wspólnota nie jest anonimowe, ale jego członkowie są. Nie ma od tego wyjątków.

Podczas gdy informacja na temat AŻ może być rozpowszechniana publicznie, my nie naruszamy naszej indywidualnej anonimowości wobec prasy, radia, filmu i telewizji.

Członkowie AŻ są zachęceni do ścisłego zachowania anonimowości na szczeblu publicznym. To niesie ze sobą ważny przekaz dla potencjalnych nowicjuszy, którym może zależeć na uniknięciu korzystania z form pomocy, które mogłyby ujawnić ich tożsamość. Pragniemy także podkreślić pierwszeństwo zasad przed osobistymi ambicjami.

By chronić anonimowość, unikamy możliwości identyfikacji poszczególnych członków AŻ po nazwisku czy poprzez fotografie, na których ich twarze są rozpoznawalne. Stanowimy, że poszczególni członkowie AŻ wypowiadają się we własnym imieniu, a nie w imieniu AŻ jako całości. Ochrona anonimowości przestaje mieć znaczenie, jeśli członkowie AŻ występują po prostu jako zdrowiejący żartocy, nie ujawniając swego członkostwa w AŻ. Taki członek AŻ może mówić o „grupie wsparcia” bez identyfikowania jej jako AŻ lub opisywać swoją grupę jako grupę Dwunastu Kroków.

### Wzmianki na temat odbywających się mityngów

Wiele gazet i gazetek sklepowych oferuje bezpłatny wykaz organizacji o charakterze non-profit. Być może wystarczy zaadresować ogłoszenie do szefa odpowiedniego działu lub nawet do samego działu. Niektóre gazety mają specjalny dział, przeznaczony na wykaz spotkań w obrębie danej społeczności. Rodzaj wzmianki, jaką wysyłacie do gazety lub społecznościowego serwisu informacyjnego zależy od indywidualnej polityki każdej gazety. Niektóre wymagają występowania o wzmiankę co tydzień. Inne udzielają jednej zgody bezterminowo. Długość jest przeważnie ograniczona do określonej liczby słów lub linijek. Wiele grup na świecie przygotowuje ogłoszenia na miesiąc z góry i wysyła jedno co tydzień, tego samego dnia. Sugerujemy podjęcie następujących działań zanim wystąpiacie o zamieszczenie wzmianki:

---

Materiał lokalny AŻ



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



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

## Wskazówki związane z prośbą o zamieszczenie wzmianki o odbywających się mityngach:

1. Sprawdźcie nazwę działu wydarzeń oraz nazwisko i tytuł osoby, do której macie wystać wzmiankę.
2. Napiszcie tekst i wyślijcie go razem z listem wprowadzającym (przykład poniżej).
3. Jeśli wasza wzmianka będzie się ukazywała bezterminowo, co jakiś czas sprawdzajcie wykaz – czasami w tajemniczy sposób pojawiają się błędy!

## Przykład listu przewodniego informującego o mityngu

Szanowny Panie .....

Bylibyśmy bardzo wdzięczni za możliwość zamieszczenia w rubryce....., w dniu ....., załączonej informacji o mityngu Anonimowych Żartoków.

Mityng odbywa się co tydzień o tej samej porze oraz w tym samym miejscu. Jeśli to możliwe, zależałoby nam na umieszczeniu powyższej informacji w sposób cykliczny i regularny.

Anonimowi Żartocy nie są klubem dietetycznym, lecz, nawiązując do zasad Anonimowych Alkoholików, wspólnotą osób, wspierających się wzajemnie w zdrowieniu z kompulsywnego jedzenia. Jedynym warunkiem przynależności do Wspólnoty jest chęć zaprzestania kompulsywnego jedzenia.

W załączeniu przesyłam kopię ulotki Informacji Publicznej: *Czym jest AŻ*.

Można się ze mną skontaktować pod numerem telefonu: ..... W przypadku jakichkolwiek pytań, proszę o kontakt.

Z góry dziękuję.

## Wzory wzmianki prasowej o mityngu

W każdy/ą (dzień tygodnia) o godz. .... Anonimowi Żartocy spotykają się, aby wspólnie stawiać czoło kompulsywnemu objadaniu się, anoreksji, bulimii i innym zaburzeniom odżywiania. Miejsce mityngu: (dokładny adres). Jeśli szukasz pomocy – po prostu przyjdź! Spotkania są bezpłatne i anonimowe.

•

Jesteśmy wspólnotą Anonimowych Żartoków i razem zdrowiejemy z uzależnienia od jedzenia. Spotykamy się w każdą/y (dzień tygodnia) o godz. .... w (dokładny adres). Zapraszamy wszystkich, którzy myślą, że mogą mieć problem z jedzeniem. Spotkania są dobrowolne, bezpłatne i anonimowe.

•

Anonimowi Żartocy wierzą, że kompulsywne objadanie jest uzależnieniem, postępującą chorobą, która, tak jak alkoholizm i inne uzależnienia, może być powstrzymana. Spotkania AŻ odbywają się (dzień, godzina, miejsce). W pierwszym tygodniu miesiąca jest mityng otwarty – można przyjść z sobie tylko wiadomych powodów. W pozostałe (np. piątki, czwartki, środy) odbywają się mityngi zamknięte, przeznaczone dla osób identyfikujących się z problemem. Uczestnictwo w mityngach jest dobrowolne, bezpłatne i anonimowe.

•

Jeśli myślisz, że masz problem ze swoim sposobem odżywiania i stosunkiem do wagi, czujesz się zniechęcony i samotny, zapraszamy cię na nasze mityngi. Jesteśmy wspólnotą Anonimowych Żartoków i uważamy, że zaburzenia odżywiania mają wiele wspólnego z alkoholizmem i innymi uzależnieniami. Wierzmy, że tak jak inne uzależnienia, zaburzenia odżywiania mogą być powstrzymane. Spotykamy się w (dzień, godzina, miejsce). W (np. pierwszy wtorek miesiąca) odbywa się mityng otwarty, na który mogą przyjść wszyscy zainteresowani, z sobie tylko znanych powodów. W pozostałe (np. piątki, środy, czwartki) są mityngi zamknięte, przeznaczone dla osób mających problem z jedzeniem. Uczestnictwo w spotkaniach jest dobrowolne, bezpłatne i anonimowe.

Materiał lokalny AŻ



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



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

•

Czy twoja waga ma wpływ na twoje życie? Czy twoje życie ma wpływ na twoją wagę? Anonimowi Żarłocy spotykają się w (dzień, godzina, miejsce), by wspierać się w zdrowieniu z zaburzeń odżywiania. Zapraszamy cię na nasze spotkania! Jeśli nie masz problemów z jedzeniem, a chcesz odwiedzić nasz mityng, możesz przyjść na mityng otwarty, który odbywa się w każdy/każdą (np. środę miesiąca). Uczestnictwo w spotkaniach jest dobrowolne, bezpłatne i anonimowe.

•

Jeśli czujesz, że twój sposób jedzenia w negatywny sposób wpływa na twoje życie, zapraszamy cię na mityngi Anonimowych Żarłoków. Spotkania odbywają się w (dzień, godzina, miejsce). Mityng otwarty, przeznaczony dla wszystkich zainteresowanych, odbywa się w (np. pierwszy wtorek miesiąca). Pozostałe mityngi zarezerwowane są dla osób z zaburzeniami odżywiania. Uczestnictwo w spotkaniach jest dobrowolne, bezpłatne i anonimowe.

•

W każdy (dzień tygodnia) w (miejsce) o godzinie (godzina), odbywa się mityng Anonimowych Żarłoków. Zapraszamy na nasze spotkania wszystkich tych, którzy objadają się, wymiotują, głodzą, przeczyszczają, uprawiają nadmierne ćwiczenia fizyczne, jedzą ortoreksyjnie.... Jakkolwiek masz problem z jedzeniem – czekamy na ciebie! Jeśli jesteś zainteresowany przyjściem na mityng, a nie masz problemu z jedzeniem – możesz przyjść na mityng otwarty, który odbywa się w (np. każdą pierwszą środę miesiąca). Uczestnictwo w spotkaniach jest dobrowolne, bezpłatne i anonimowe.

Opracowano na podstawie *Podręcznika Służb Informacji Publicznej*