



Biuletyn Informacyjny AJ Polska

Dowiedz się!



Co nowego - AJ Polska

Nowe logo Anonimowych Jedzenioholików



Z radością informujemy, że dnia 14 września 2016 roku otrzymaliśmy zgodę Służb Światowych na używanie logo z nową nazwą Wspólnoty. Będzie ono systematycznie zastępowało nasze stare logo w materiałach informacji publicznej i w literaturze. Zmiany na naszej stronie zostały wprowadzone natychmiast. Cieszy nas, że logo zostanie z czasem ujednolicone we wszystkich naszych materiałach.

Czy wiesz, że pierwszy raz zaproponowała stworzenie logo Wspólnoty Margaret, sekretarz OA, na spotkaniu Rady Powierników 7 lutego 1970 roku? Po jakimś czasie okazało się, że logo jest bardzo podobne do tego, którym dysponuje American Optical, i w lutym 1978 powstało nowe logo OA, które funkcjonuje do dziś.



Jakie ukryte znaczenie ma nasze logo?

Centralnie ustawiona litera "O" nakłada się na literę "A", która dzieli obszar na trzy części w tle symbolu. Te trzy części symbolizują trzy aspekty programu Anonimowych Jedzenioholików: fizyczny, emocjonalny i duchowy. Dwie równoległe ukośne linie mają dwie różne interpretacje symboliczne (oprócz podstawowej funkcji wyznaczania litery "A"). Przekątne tworzą trójkąt na każdym końcu znaku towarowego; tym samym symbol AA jest zawarty w logo AJ, tak jak podstawy duchowe AA są włączone w program AJ. Dwie równoległe linie przebiegające przez projekt są międzynarodowym znakiem abstynencji.

Na podstawie książki *"Beyond our Wildest Dreams - A History of Overeaters Anonymous as Seen by a Cofounder"*

→ [Więcej informacji](#)

Podsumowanie Zgromadzenia SKAJ

Drodzy Jedzeniolicy,

23 X 2016 r. na XXV Zlocie AJ w Katowicach odbyło się Zgromadzenie Służ Krajowych AJ. Dzięki obecności reprezentantów grup oraz służebnych z Rady SKAJ **podjęto kilka ważnych decyzji.**

Oto ich skrót:

- z Karty Zgromadzenia SKAJ wykreślone zostało zdanie mówiące o tym, że do zadań Zgromadzenia SKAJ należy „wysłuchanie sprawozdań Rady SKAJ i przedstawicieli grup/intergrup AJ”, co oznacza, że sprawozdania te wciąż będą rozsyłane przez sekretarza do grup przed i/lub po Zgromadzeniu, jednak dla sprawniejszego przebiegu obrad odczytywanie ich nie będzie już praktykowane;
- jednocześnie dodano do Karty Zgromadzenia zapis, że do zadań Zgromadzenia należy: „wysłuchanie podczas Zgromadzenia SKAJ od przedstawicieli grup/intergrup AJ 2-minutowych informacji o tym, co się dzieje w grupach” oraz „w razie potrzeby przeprowadzenie 30-minutowej dyskusji podczas Zgromadzenia SKAJ, mającej na celu omówienie i rozwiązanie problemów przedstawionych przez przedstawicieli grup/intergrup AJ”. Zapis ten ma na celu umożliwienie zbierania informacji o pomysłach, przedsięwzięciach, problemach, czy wątpliwościach pojawiających się w grupach i ewentualne doprowadzenie do dyskusji, dzięki której nastąpi wymiana doświadczeń, zmierzająca do poprawy sytuacji w poszczególnych grupach;
- **wiosenny Zlot AJ odbędzie się w Lublinie lub okolicach;**
- Zgromadzenie przegłosowało również przekazanie kwoty 1000 zł na światowe OA oraz 500 zł na Region 9 w ramach Tradycji 7 za lata 2015 i 2016.

Dziękujemy za obecność wszystkim zgromadzonym oraz za dzielenie się doświadczeniem. Dzięki Waszej służbie i zaangażowaniu Wspólnota dalej może się rozwijać!

→ [Więcej informacji](#)

Nowa grupa AJ w Mińsku Mazowieckim

Od września 2016 roku w Mińsku Mazowieckim spotyka się grupa AJ "Przebudzenie". Mityngi odbywają się w każdy wtorek w Domu Parafialnym Parafii Narodzenia Najświętszej Marii Panny przy ulicy ul.Kościelnej 1. Wszystkim zainteresowanym

udziałem w tym mityngu sugerujemy [kontakt](#) z grupą.

→ [Więcej informacji](#)

Nowości w mityngach on-line

Pojawiła się możliwość studiowania na skypie Wielkiej Księgi wraz z innymi jedzenioholikami w niedzielny wieczór. Po przerwie spowodowanej brakiem służebnych, wraca mityng skypowy we wtorek. Szczegóły odnośnie zgłaszania swojego uczestnictwa w mityngu - na stronie internetowej AJ.

→ [Więcej informacji](#)

Dzień IDEA

19 listopada to Międzynarodowy Dzień Doświadczania Abstynencji IDEA (International Day Experiencing Abstinence). Celebруем w trzecią sobotę listopada tę datę, kiedy to członkowie AJ na całym świecie są zachęceni do rozpoczęcia lub afirmowania swojej abstynencji od kompulsywnego jedzenia.

→ [Więcej informacji](#)

Świadectwo zdrowienia AJ w TV



3 października w telewizji krajowej podczas programu śniadaniowego jednej ze stacji pojawiła się informacja na temat Anonimowych Jedzenioholików. Jeden z naszych członków, przy zachowaniu zasad związanych z Tradycjami (anonimowość) podzielił się świadectwem swojego zdrowienia. Po wyemitowaniu programu znacznie wzrosła ilość odwiedzin na naszej stronie, a wciąż cierpiący jedzeniolicy pisali na naszą skrzynkę z prośbą o pomoc. Możliwe, że poniższy materiał będzie dla Was inspiracją do służby w obszarze informacji publicznej.

→ [Link do programu](#)

Co nowego - AJ Świat

Ogłoszono miejsce Światowego Zlotu AJ w 2020 roku



Światowy Zlot AJ 2020 odbędzie się w dniach 20-22 sierpnia 2020 roku w Orlando na Florydzie, USA. Lokalizacja została ogłoszona podczas wielkiego finału tegorocznego Zlotu, który odbył się niedawno, 1-4 września w Bostonie, Massachusetts, USA, gdzie spotkało się ponad 1200 członków AJ!

→ [Więcej informacji](#)

Potrzebujesz dofinansowania na tłumaczenie literatury?

Czy wiesz, że literatura AJ jest tłumaczona na 25 języków? Większość z tych tekstów jest tłumaczona przez zaufanych służebnych, którzy są dwujęzyczni. OA powołało specjalny fundusz, aby umożliwić tym tłumaczeniom publikację. Następnym terminem ubiegania się o dofinansowanie mija 1 listopada 2016 roku.

→ [Więcej informacji](#)

Data i temat Konferencji Służb Światowych w 2017 roku



Zgodnie z założeniami najnowszego planu strategicznego AJ, tematem Konferencji Służb Światowych (WSBC) w 2017 roku będzie "Wzrost jedności AJ na świecie", a w programie znajdują się warsztaty i dyskusje wzmacniające nasze zdrowienie i jedność AJ. WSBC odbędzie się w dniach 1-6 maja 2017 roku w Albuquerque, New Mexico, USA.

WSBC to coroczne spotkanie służbowe mające na celu wybranie służebnych, głosowanie nad sprawami dotyczącymi AJ i uzgodnienie grupowego sumienia Wspólnoty w obrębie świata. Członkowie AJ mogą przeczytać Końcowy Raport z tegorocznej Konferencji [Final Conference Report](#). W Konferencji Służb Światowych (WSBC) w maju 2016 roku uczestniczyło ponad 1200 członków. Można było posłuchać czterech spikerów, wziąć udział w siedemdziesięciu dwóch warsztatach, a przy tym niesamowicie się bawić, m.in. podczas zorganizowanego flash mobu (Flash mob, dosł. błyskawiczny tłum) – sztuczny tłum ludzi, gromadzących się niespodziewanie w miejscu publicznym w celu przeprowadzenia krótkotrwałego zdarzenia, zazwyczaj zaskakującego dla przypadkowych

świadków). W loterii fantowej zebrano prawie \$5000. Wygospodarowano przestrzeń dla spotkań międzynarodowej integracji i służb wirtualnych. Była sala dla mityngu tematycznego, pokoje mityngowe, sala medytacji, księgarnia, butik i miejsce, gdzie prowadzono sprzedaż materiałów audio, a wszystko to ze sklepem spożywczym po drugiej stronie ulicy.

→ [Więcej informacji](#)

Finanse światowego AJ

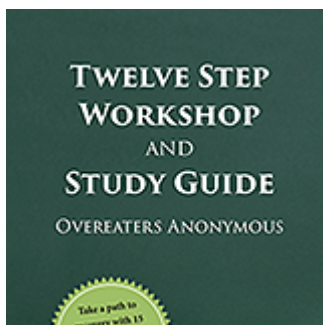
Stephanie D. (Powiernik Służb Wirtualnych) napisała w swoim sprawozdaniu ze spotkania Rady Powierników (BOT): gdyby każdy członek AJ podarował AJ dodatkowo \$7.50 na kwartał albo \$30 na rok, Biuro Służb Światowych stałoby się samowystarczalne według budżetu opracowanego na 2016 rok. To pomogłoby nieść postanie zdrowienia AJ. Sprzedaż światowej literatury AJ w stosunku do 2015 roku spadła o 11%, a przychód światowego AJ w 50% pochodzi z literatury. Wysokość datków z Tradycji 7 nieznacznie wzrosła zarówno na mityngach stacjonarnych jak i tych on-line, ale ich wysokość nadal jest poniżej oczekiwań. Prosimy rozważcie stałe polecenie zapłaty (ARC) w wysokości \$30/rok jako dodatek do tego, co obecnie darujecie. Pamiętaj o podaniu numeru grupy w okienku numeru grupy.

Przeciętny datek osobę/rok biorącej udział w mityngach online:

2013 = \$0.58; 2014 = \$0.92; 2015 = \$1.02 zakładane na rok 2016 = \$1.12 .

→ [Więcej informacji](#)

Książka Twelve Step Workshop and Study Guide OA wyprzedana!



To dzięki Wam, jedzeniolicy, nowa książka AJ stała się wielkim sukcesem i została natychmiast wyprzedana! Kolejnego dodruku spodziewajcie się w połowie października.

→ [Więcej informacji](#)

Skorzystaj!



Nowości na stronach AJ w Polsce i na świecie

Nowe wirtualne warsztaty na stronie oa.org (w języku angielskim)



Słuchanie darmowych wirtualnych warsztatów ze strony oa.org może nadać rozpędu twojemu zdrowieniu. Daj sobie tę szansę, ściągnając najnowsze warsztaty:

- “Struktura służby, nie struktura władzy” ([Service structure, not power structure](#)) - warsztat mówiący o Tradycji Dziewiątej i Dziewiątej Koncepcji Służby, czyli o służbie i możliwościach.
- “Ubierz się, pokaż się, bądź częścią i pomóż dźwigać ciężar” ([Suit up, show up, be a part of, and share the load](#)) - warsztat koncentruje się na duchowych podstawach Tradycji Ósmej i Ósmej Koncepcji Służby, czyli Wspólnocie i odpowiednim delegowaniu.

→ [Więcej informacji](#)

Zaangażuj się!



Informacje na temat Służb

Nowi służebni w szeregach SKAJ

Podczas Zgromadzenia Służb i Grup AJ, które odbyło się 23 X 2016 roku w Katowicach, do pełnienia służby na poziomie kraju zgłosiły się nowe osoby:

- Kasia z Sosnowca zgłosiła się do służby pomocniczej przy obsłudze skrzynki info@anonimowijedzeniolicy.org;
- Kasia z Łodzi zrezygnowała ze służby Przewodniczącej Komitetu ds. Niesienia Posłania wewnątrz Wspólnoty, jednocześnie zgłosiła się do pozostania członkiem zwykłym tego komitetu;
- Zosia z Rumi z Tymczasowej Przewodniczącej oficjalnie została wybrana Przewodniczącą Komitetu ds. 12 Tradycji;
- 5 osób: Agata, Maria, Michał, Kasia i Ewa zgłosiły się do służby pomocniczej w Komitecie ds. Internetu do pracy nad aplikacją mobilną, której powstanie zostało przegłosowane na poprzednim Zgromadzeniu.

Dziękujemy wszystkim, którzy zdecydowali się podjąć służbę w SKAJ - życzymy owocnej pracy i wsparcia w działaniu ze strony Siły Wyższej.

Pamiętajmy jednocześnie, że służba jest jednym z dziewięciu narzędzi zdrowienia - bez zaangażowania nowych osób Wspólnota nie będzie działała sprawnie, dlatego wszystkich zainteresowanych podjęciem służby pomocniczej w którymkolwiek z Komitetów zachęcamy do zgłoszenia swojej gotowości poprzez formularz kontaktowy w zakładce "Kontakt" na naszej stronie internetowej.

→ **Kontakt**

Seksualność i relacje - Lifeline potrzebuje twojej historii

**BODY IMAGE
SEXUALITY
RELATIONSHIPS
& RECOVERY**

Get a description of how your physical and sexual health is affected by your physical, emotional, and spiritual recovery. By sharing your relationship experiences, using the Body Image, and using our digital tools, you can learn to love your body and feel confident and sexy!

Second Call for This Service! We Need Your Story!

HELP stories about body image, sexuality, or relationships
HELPING PERSONS (28-35) stories about body image, sexuality, or relationships
HELPING PERSONS (36-50) stories about body image, sexuality, or relationships

- How has your sexuality been affected by your physical, emotional, and spiritual recovery?
- How are your intimate relationships affected as a result of your physical, emotional, and spiritual recovery?
- What aspects of sexuality have been the most difficult for you to learn or understand?
- How do you feel about your ability to be sexually active?
- How has your physical, emotional, and spiritual recovery affected your intimate relationships?
- How do you feel about your ability to be sexually active?
- What is your experience of feeling connected to your body/bodies (if you have more than one)?
- How do you feel about your relationship with your body/bodies (if you have more than one)?
- Are there any other issues related to your body/bodies (if you have more than one)?
- How has your physical recovery affected your emotional and spiritual recovery?

Zdrowienie nie jest kompletne bez pozytywnych zmian w twojej seksualności i relacjach, a literatura AJ nie jest kompletna bez dedykowanej im publikacji, w której będzie doświadczenie, siła i nadzieja na temat tych pozytywnych zmian. Dzisiaj możesz służyć swoim zdrowieniem. Prześlij swoją opowieść w języku angielskim na temat seksualności, relacji albo obrazu ciała (do 5 stycznia 2017). Szczególnie potrzebujemy historii mężczyzn, młodzieży i osób homoseksualnych. Zapoznaj się ze wskazówkami dotyczącymi pisania. Dziękujemy za twoją służbę.

→ **Kontakt**

Lista adresów kontaktowych komitetów SKAJ

Podane adresy nie mogą służyć do żadnych innych celów poza celami AJ.

- Sekretarz
- Skarbnik
- Komitet ds. Informacji Publicznej
- Komitet ds. Niesienia Posłania
- Nowe grupy
- Sklep/Zamówienia/Reklamacje
- Komitet ds. Dwunastu Tradycji
- Komitet ds. Literatury
- Komitet ds. Statutu
- Komitet ds. Internetu/Strona internetowa
- Reprezentant

Jeżeli nasz biuletyn przypadł Ci do gustu i znasz osoby, które mogły by być nim zainteresowane prosimy prześlij im tą wiadomość i powiadom, że mogą go cyklicznie otrzymywać po zasubskrybowaniu go na naszej stronie www.

Dostajesz tę wiadomość, ponieważ zapisałeś się na listę subsybcji.

Wypisuję się z listy



✉ info@anonomowjedzenioholicy.org

☎ +48 698 271 499

Copyright ©2016 Służby Krajowe AJ. Wszelkie prawa zastrzeżone.
Oficjalny newsletter wspólnoty Anonimowi Jedzenioholicy Polska.