

א.ו. איי. ישראל



אכלני יתר אנונימיים

חידון א.ו. איי הגדול

מרתון שפיים - 8-9/6/2018

קצת לגבי ההיסטוריה של OA בעולם



אכלני יתר אנונימיים



ההיסטוריה של OA בעולם

1. מהו שמה של מייסדת OA ?

רוזאן



ההיסטוריה של OA בעולם

2. מתי נערכה פגישת OA הראשונה בעולם ?

19/01/1960



ההיסטוריה של OA בעולם

3. מי היו בין מייסדי AA הראשונים ?

ביל וו. ודר' בוב



ההיסטוריה של OA בעולם

4. באיזו שנה הוקמה קבוצת AA הראשונה?

1935

ההיסטוריה של OA בעולם

5. באיזו עיר הוקמה קבוצת AA הראשונה?

אקרון



קצת לגבי ההיסטוריה של OA ישראל



אכלני יתר אנונימיים



ההיסטוריה של OA ישראל

6. מה שמן של 2 מייסדות OA בישראל?



ההיסטוריה של OA ישראל

6. מה שמן של 2 מייסדות OA בישראל?

רוברטה וקרול



ההיסטוריה של OA ישראל

7. באלו שנה וחודש הייתה OA ישראל בת 35 שנה?



ההיסטוריה של OA ישראל

7. באלו שנה וחודש הייתה OA ישראל בת 35 שנה?

אוקטובר 2013



ההיסטוריה של OA ישראל

8. באיזו עיר התקיימה פגישת או איי ישראל
ראשונה?

תל אביב



ההיסטוריה של OA ישראל

9. באיזו שפה התקיימה הפגישה הראשונה של OA בארץ ?

אנגלית



ההיסטוריה של OA ישראל

10. היכן הייתה הספרייה הראשונה של OA
ישראל?

בבגאז' של החיפושית של קרול



ההיסטוריה של OA ישראל

11. היכן היה ממוקם המשרד הראשון של OA
ישראל?

בבית של רוברטה



ההיסטוריה של OA ישראל

12. איך קוראים למזכירה בעשרים השנים
האחרונות?

איך קוראים למזכירה החדשה?
מה המכנה המשותף ביניהן?

יהודית

הילה

יה'



...ונעבור לקצת "עסקים"



אכלני יתר אנונימיים



קצת "עסקים"

13. מהם ראשי התיבות של מש"א?

משרד שירות ארצי



קצת "עסקים"

14. כמה קבוצות קישור יש בארץ? מה שמך?

5

צפון, דרום ושפלה, מרכז, שרון והאו



קצת "עסקים"

15. כמה אזורים יש ב-0A בעולם?

11

היו 10 אזורים ובוועידה האחרונה הוסיפו את
האזור הווירטואלי



קצת "עסקים"

16. באיזה אזור נמצאת ישראל?

אזור 9



קצת "עסקים"

17. באיזו מדינה התקיים הכנס הראשון של
אזור 9?

א. יפן

ב. ישראל

ג. ספרד

ד. אנגליה



קצת "עסקים"

19. היא לא המלכה , אבל היא מייצגת אותנו
בכבוד בוועדה הבינלאומית כעת

אסתר



ועכשיו, תראו מה אתם יודעים על עבודת התכנית...



אכלני יתר אנונימיים



עבודת תכנית

20. כמה כלים יש לנו בתכנית ומה הם?

9

אנונימיות, פגישות, שירות, אימון, כתיבה,
קריאה, תכנון אכילה, טלפון, תכנית פעולה



עבודת תכנית

21. מהו העיקרון הרוחני של מסורת 7?

אחריות

עבודת תכנית

22. מהו הנוסח המדויק של צעד 3?

"החלטנו למסור את רצוננו ואת חיינו
להשגחת אלוהים – כפי שאנו מבינים אותו."



עבודת תכנית

23. באיזה צעד או מסורת מדברים על המטרה העיקרית של כל קבוצה ומהי?

מסורת 5, להעביר את המסר לכל אכלן כפייתי שעדיין סובל.



עבודת תכנית

24. עבודת איזה צעד מחזירה לי את השפיות ?

צעד 10

עבודת תכנית

25. מהי הדרך של התכנית לשיפור הקשר
ההכרתי עם כוח עליון?

תפילה ומדיטציה



עבודת תכנית

26. לפי הספר הגדול, מהי המטרה העיקרית של תכנית 12 הצעדים ?

למצוא כוח עליון, למצוא פתרון רוחני



עבודת תכנית

27. מהי הדרישה היחידה לחברות ב-OA?

הרצון להפסיק לאכול באופן כפייתי



עבודת תכנית

28. מיהו החבר החשוב ביותר בפגישה

א. המזכירה

ב. המנחה

ג. החבר החדש



עבודת תכנית

29. ציינו שמות 7 ספרים מהספרות המאושרת של או איי

ביג בוק

רק להיום

אכלני יתר אנונימיים

קולות של החלמה

12/12 של OA

הימנעות

12/12 של AA

התחלה חדשה

מחפשים את הנתיב הרוחני



עבודת תכנית

30. האם "רק להיום" ו- "להיום" מתכוון לאותו עניין או לא?

לא, להיום זו המקראה היומית, רק להיום הם המשפטים שאנו קוראים בקבוצה ומושג מרכזי בתכנית



עבודת תכנית

31. האם הפסקת האכילה הכפייתית היא המטרה הסופית של התכנית לפי הביג בוק?

א. זו המטרה העיקרית לשמה אנחנו כאן

ב. זהו רק צעד ראשון בהתנתקות ממצב לא נורמלי ומתוח מאד

ג. זו מהות ההחלמה באו איי ולא אחרת.

ד. זה פועל יוצא מההחלמה הרוחנית שהיא החשובה יותר



עבודת תכנית

32. מה אעשה כדי להיטיב עם נשמתתי?

רק להיום בשלושה דברים איטיב לנשמתתי. אעשה למישהו דבר מה מועיל בלי שייודע לן, אם הדבר ייודע למישהו זה לא יחשב. אעשה שני דברים לפחות שאיני רוצה לעשותם, רק לשם אימון. לא אראה לאיש שרגשותיי נפגעו, אני עלולה להיפגע אך היום לא יראו זאת.



עבודת תכנית

33. הפחד מהאנשים ומחוסר בטחון כלכלי
יעזבו אותנו. איך ?

א. אם אוותר על אכילה כפייתית.

ב. אם אאמין בכוח עליון

ג. אם נעשה צעד 9

ד. אם נעבוד את התכנית ונדבוק בה

ה. שילוב של כמה ...אילו ?



עבודת תכנית

34. עקרונות לפני אישיות, היכן זה מופיע?

מסורת 12

עבודת תכנית

35. מה זה ביבי וזה לא ראש ממשלה?

ביג בוק



עבודת תכנית

36. מהי החובה היחידה באו איי?

שמירה על אנונימיות



עבודת תכנית

37. מהם הפריטים ברשימת הקניות מאלי?

שלווה, אומץ ותבונה



עבודת תכנית

38. איך מתחילה נפילה על פי הספר הגדול?

לפתע חלפה/עלתה במוחי מחשבה



עבודת תכנית

39. כמה רגליים לשרפרף שלי? מהם?

3 – פיזי, נפשי רוחני



עבודת תכנית

40. להשלים את החסר

"אשים ___ בידך וביחד נוכל לעשות ___ שמעולם לא
יכולנו ___ לבד. תחושת _____ אינה קיימת עוד.
איננו צריכים _____ יותר על כוח הרצון הבלתי יציב שלנו.
מעכשיו כולנו יחד, _____ ידינו לעבר כוח ועוצמה גדולים
משלנו, וכשאנו _____ ידיים, אנו מגלים הבנה ואהבה מעבר
_____ הפרועים ביותר שלנו"



עבודת תכנית

40. להשלים את החסר

"אשים ידי בידך וביחד נוכל לעשות מה שמעולם לא יכולנו לעשות לבד. תחושת חוסר האונים אינה קיימת עוד. איננו צריכים לסמוך יותר על כוח הרצון הבלתי יציב שלנו. מעכשיו כולנו יחד, מושיטים ידינו לעבר כוח ועוצמה גדולים משלנו, וכשאנו משלבים ידיים, אנו מגלים הבנה ואהבה מעבר לחלומות הפרועים ביותר שלנו"



תודה אוהבים אתכם

