

עגלון מידע חודשי

אירוע יחודי של סוף שבוע בשפיים 16-17.06.17

לאור ההצלחה בשנים קודמות, הוחלט גם השנה (בדומה לכל העולם) לקיים אירוע סוף שבוע בסמיכות לוועידה השנתית של או.איי ישראל (פרטים על הוועידה, מעבר לדף). אפשר להשתתף באירוע כולו, כולל לינה ע"י פנסיון מלא, במחיר: לאדם בחדר זוגי בהרשמה מוקדמת (עד תאריך-17.05.16) **במחיר 440 ₪**. לאחר תאריך זה המחיר יעמוד על **460 ₪**. **תנאי תשלום:** יש לצרף לטופס הרשמה הנמצא בהמשך לדף 2 צ'קים לפקודת או.איי למועדים: 14.05.17, 14.06.17.

ניתן גם להירשם ישירות באתר ואת התשלום לבצע בהעברה בנקאית, בתיאום עם המשרד מספר חדרי האירוח מוגבל, וכדי ליהנות מהנחה אנא מהרו להירשם.
תנאי ביטול: ביטולים יתקבלו עד לתאריך: 01.05.17. ביטול מאוחר יותר יחויב על פי דרישה. הלנים מקבלים את החדרים ביום שישי בין השעות 14:00-16:00 בלובי המלון.

השתתפות לאקסטרנים ללא לינה בעלות של 60 ₪ (ליום אחד או ליומיים). התשלום יתבצע במקום ואינו כולל ארוחות. משתתפים אקסטרנים המעוניינים בארוחה, יוכלו לעשות זאת במחיר של- 115 ליום, ובמחיר של- 200 ליומיים. על הזמנת ארוחה יש להודיע מראש למשרד. **ניתן גם להירשם ישירות באתר ואת התשלום לבצע בהעברה בנקאית, בתיאום עם המשרד או בעזרת הטופס**

pe:	כתובת:	6 לפון
מי:	מזוניין להנחות כן לא	אכוחה רזיפה זמחונית
יעותף להדיר:	נקבה/זכר	מזוניין לקבל אישור על הכרעה ב- sms/כף לא

את הסמך פרוץ הצ'קים יש להעביר לא.איי. ת.ד. 7250 רמת-גן מיקוד: **רעידה שנתית**

ביום שישי בין השעות: 09:00-12:15 בתאריך: 16.6.17 תתקיים ועידה שנתית של מש"א. הוועידה תתקיים בגלריה של אולם תרבות בשפיים. בהמשך סוף השבוע יתקיים מרתון סוף שבוע (פרטים על המרתון בתחילת מידעון זה). לוועידה מוזמנים כל נציגי הקבוצות. במידה ולקבוצתך אין עדין נציג, זה הזמן לבחור נציג מתאים. כמו כן מוזמנים בעלי תפקידים בקבוצות הקישור חברי מש"א וכמובן אורחים המעוניינים לראות איך או.איי פועלת מאחורי הקלעים. במהלך הוועידה תתקיימנה בחירות לכל התפקידים במש"א: יו"ר מ.ש.א, יו"ר וסגן ועדה בינלאומית, גזבר, חברות במש"א וחבר ועדת ביקורת. לפי התקנון הבחירה היא לשנתיים. פירוט על הגדרות תפקידים נמצאים באתר ואצל נציגי הקבוצות. זו הזדמנות להיחשף ולהתנסות בתפקידי מש"א אם הינך רואה את עצמך מתאים לאחד התפקידים המפורטים, אנא אל תהסס, מלא טופס הגשת מועמדות הנמצא אצל הנציג ובאתר והעבר למשרד עד לתאריך: 03.05.2017. לפרטים נוספים ניתן לפנות למשרד 03-5745799 או למיל OA.ISRAELI@GMAIL.CO



[עדכון לשעות פעילות המשרד מומלץ לתאם מראש הגעה למשרד.](#)

[בימים: ראשון ושני](#)

[בין השעות: 15:00-20:00](#)

[בימים: שלישי, רביעי וחמישי](#)

[בין השעות: 08:00-14:00](#)

[טלפון: 03 5745799](#)

[נייד: \(כשהמשרד סגור\)](#)

[054-3924201](#)

[פקס: 03-6762494](#)

[כתובת המשרד:](#)

[רח' הרא"ה 179, רמת-גן](#)

[כתובת למשלוח דואר:](#)

[ת.ד. 7250 רמת-גן 5217201](#)

[דואר אלקטרוני:](#)

OA.ISRAELI@GMAIL.COM

[אתר הבית מידע ועדכונים](#)

www.aa-israel.org

[כתובת אתר של או.איי. עולם](#)

www.overeatersanonymous.org

[טלפונים של חברי מש"א:](#)
[מופעים האתר הבית](#)

מכירת חפצים בשפיים

במהלך האירוע סוף השבוע נקיים מכירה חפצים שכל הכנסות מהמכירות יהיו לטובת המשך הפעילות של או.איי. כל מי שמעוניין לתרום חפצים כמו: כלי בית, מתנות, כלי נוי, עבודות יד, תמונות וכו' במצב טוב בלבד מוזמן להביא אותם במהלך סוף השבוע למלון שפיים, או לפני זה לבית או איי.



אירוע ק"ק שפלה

ביום חמישי 18.05.17
 בין השעות 19:15-21:45
 רח' הרצל 183

באולם "בני ברית" בחצר ברחובות
 מיני אירוע בנושא:
 החלטנו למסור את רצוננו להשגחת אלוהים כפי שאנו מבינים אותו "
20 ₪ דמי קופון

פגישה פתוחה

ביום שלישי 25.04.17
 בין השעות 18:15-19:45
 רח' שיבת ציון 7
 במתנ"ס "תקוותנו"
 באשקלון

אירוע ק"ק מרכז

ביום שבת, 22/04/17
 בין השעות 10:45-13:00
 רח' הרואה 179 בבית או איי

ברמת גן
 סדנה בנושא:
 "רק להיות אהיה בחופשיות בזכות הצעדים"
20 ₪ דמי קופון

פגישות בערבי החגים

והחגים בבית או איי
 בבית או איי ברחוב הרואה
179 תתקיימנה פגישות בערבי החגים והחגים
 פירוט על הזמנים מופע
 באתר הבית

אירועי ק"ק צפון

ביום שני 04/04/03
 בין השעות 19:15-21:30
 רח' אבא הלל סילבר 71
 נווה שאנן בבית אבא חושי
 בחדר איריס

בחיפה
 מיני אירוע בנושא:
 "סדר באוכל - סדר בחיים"
20 ₪ דמי קופון

ביום חמישי 11/05/17
 בין השעות 18:30-21:00
 רח' הבנים בבית ספר אלונים
 פרדס חנה

מיני אירוע בנושא:
 "נקודת מפנה בדרך"
20 ₪ דמי קופון

פירוט תרומות שהתקבלו בחודש פברואר 2017

תרומות	ק"ק צפון	ק"ק שפלה זרום	ק"ק מרכז	תרומות
מישיבות מש"א וק"ק	203	1,000	252	790 ₪
דמי שימוש בית או איי	400	400	195	1,373 ₪
מכירת ספרות	300	500	609	2,581 ₪
הכנסות מקופונים				
רעננה יום ראשון			711	280 ₪
סדנה שבת בית OA	110	400	100	960 ₪
אשדוד יום שני	80	450	220	620 ₪
כפר ורדים יום ראשון	300			420 ₪
לגזברי הקבוצות				
להזכירכם כדי לאפשר לנו לממש התחייבויות כספיות שאושרו בוועידה מומלץ להעביר את התרומות באופן קבוע. כל סכום מתקבל בברכה. ניתן גם לתרום בהעברה בנקאים בתאום עם המשרד 035745799 או בשליחת צ'ק				

מעבדות לחרות

עבדתי את האוכל, עבדתי את פחדי, עבדתי את כעסי, עבדתי את האגו ולא ידעתי כי עבד אנוכי. האוכל היה לי אדון שהלך כצל לצידי, לפני, מאחורי. הוא חיכה לי בקיוסק הקרוב, בבית, בעבודה, בתוך הסנדוויציים של חברים, בסירים של סבתא, של אמא, פוקד עלי: קח, הכנס מלוא הפה, אין צורך ללעוס, אין צורך לחוש בטעם, רק אכול וחשוב מהיכן יבוא הביס הבא. הייתי עבד של הביס הבא, ולא ידעתי כי עבד אנוכי.

ידעתי שאני אוהב לאכול, ידעתי שאני זקוק לאוכל, ידעתי שיש לי בעיה עם אוכל, ידעתי שאני רוצה להפסיק לאכול ללא צורך, הרגשתי בכל איבר בגופי שמשוהו לא בסדר, שבן אדם לא נועד לחשוב אלפי פעמים ביום על אוכל, לחשוב על אוכל בלי לדעת אפילו שהוא חושב על אוכל. הרגשתי שהמחשבות סביב האוכל קשורות איכשהו לעובדה שאני אף פעם לא ממש רגוע, שאני כמה כל כך לשלום בתוך עצמי ולא מגיע אפילו להפסקת אש רופפת. הייתי העבד של הביס הבא, והקודם היה כלא היה, כי ברגע שעבר את דל שפתי, הוא נפל אל הבור האינסופי שהיה פעור בי, ואבד אי שם.

הפחד נמצא על כס, והכס ניצב בתחתית קיבתי. פחדתי מחושך, פחדתי מגנבים, פחדתי ממכות, פחדתי ממה שיגידו, פחדתי שלא, פחדתי שכן, פחדתי שמא, פחדתי ואם, פחדתי ומה יהיה, פחדתי איך יהיה, ובעיקר פחדתי מן הפחד, מן המלך הזה, מן המולך הזה שדרש קורבן ועוד קורבן ועוד קורבן. המלך פחד אהב מאוד להתחפש לכעס, ואני, הפתי, מעולם לא ידעתי שהכעס הוא המלך המחופש, ואף פעם לא ראיתי את הפחד העירום מתחת לבגדי המלך החדשים לבקרים. וכך תעתעו בי הפחד והכעס. פעמים שהפחד מכעיס אותי, ופעמים שהכעס מפחיד אותי, וכשכעסתי על הפחד אכלתי, וכשפחדתי מן הכעס אכלתי.

האגו היה לי סוהר, בידו מגלב, על שפתיו חיוך מרושע, בידו אלבום אוטופורטרטים. היה מעלעל באלבום, מתמקד בתמונה, מראה לי אותה ואומר: ככה אתה נראה בעיני אמא שלך, רכיכה שמנה ורופסת שכל נפח מוחה מלא בקולטני רעב. והנה, תראה את התמונה הזו ככה אתה נראה בעיני החברים שלך. הם נחמדים אליך, כי אתה שימושי-אפשר להעתיק ממך שיעורים, לקבל הסבר על משהו שלא הבינו מהמורה. רק תיזהר לא לנשום עמוק מדי, כי איזה כפתור מהחולצה שלך יעוף למישהו מהם לעין.

כשהוא היה במצב רוח להתעללות מיוחדת, הוא אהב להראות לי תמונה ולומר: תראה, ככה הבחורות ראות אותך. תראה כמה אתה מכוער, תראה כמה אתה נשי. נכון, יש שאוהבות להיות איתך, אבל זה לא בגלל התכונות הגבריות שלך, אתה יודע. תנסה פעם לגעת באחת מהן, או לבקש אפילו לצאת איתה פעם ותראה. וכשגמר להשתעשע באלבום הדיוקנאות, היה אומר: אבל תיראה, אתה מאוד חכם ומוכשר. אז לך על זה. רק תדע שאנשים לא יידעו כמה אתה חכם רק מזה שמידי פעם תגידי משהו חכם או תעשה משהו מבריק. כדי שהם יבינו שאתה חכם, אתה צריך להראות להם כמה שהם טיפשים. ואני עשיתי כדבריו, והבדידות הלכה והעמיקה, החשיכה את עולמי וצבעה אותו בגוונים של פסימיות וסרקזם.

בחג החרות תשלי"ו עוד הייתי עבד, אסיר בצינוק של פחדים, כעסים, תסכול, מכאובים ויהירות אינטלקטואלית מטופשת. ושבוע אחרי החג, הגיע דבר או.איי. לאוזני, ומאז אני כאן. קשור לתוכנית-לא בכבלים של עבדות, אלא בעבותות של אהבה.

אף שעברו מספר שנים של עבודה, התקדמות והימנעות רצופה, היכרות עם אנשים נפלאים (בעיקר נשים נפלאות, יש לומר), והכירות עם אני שלא הכרתי, אני עומד משתאה ופעור פה על הדרך הארוכה שהלכתי, אני יודע כי אינני יכול לעמוד כאן היום ולהכריז שכל אדוני שתיארתי לעיל שוב אינם שולטים בי. בינתיים די לי בכך שכאשר אני עבד, אני יודע כי עבד אנוכי, וניגש מיד לנסות ולחרוץ עוד חריץ דק בכבלים, ולפעמים אני צריך להשתמש בשיני, אבל היום השיניים שלי הרבה יותר פנויות ליעודים שאינם ייעודן הקלאסי.

היום אני יודע שעבדות איננה הציות כשלעצמו, אלא הציות למי ולמה שאינו ראוי לציות. כך אני מציית היום לאותה ישות לא ברורה לי עדין, שאני מכנה אלוהים, מאזין לעצה טובה של חבר או חברה, נענה לצו האני הטהור שגיליתי חבוי מתחת לערימת האוכל.