

# עגלון מידע הודשי

## 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"ב פנסיון מלא, במחיר: לאדם בחדר **זוגי** בהרשמה מוקדמת (עד תאריך-16.05.17) **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: 01.06.17. 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 הפנחות כן לא	אכוחה רכילה מחנות
יעותף לדקר:	נקבה לכר	מזוניין לקבל אישור על הכרמה ק- smsכפן לא

את הסכח פכרוף הצ'קים יע' ו'לפלד-א.איי. ת.7.7250 רמת-גן מיקוד:



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

[בימים: ראשון ושני](#)

[בין השעות: 20:00-15:00](#)

[בימים: שלישי, רביעי וחמישי](#)

[בין השעות: 14:00-08:00](#)

[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.ISRAEL1@GMAIL.COM](mailto:OA.ISRAEL1@GMAIL.COM)

[אתר הבית מידע ועדכונים](#)

[www.aa-israel.org](http://www.aa-israel.org)

[כתובת אתר של או.איי. עולם](#)

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

[טלפונים של חברי מש"א:](#)

[מופעים באתר הבית](#)

## פגישות פתוחות

**ביום שישי**

**בתאריך 26/05/17**

**בין השעות 10:00-08:30**

**רח' מירון 10 פינת אלרואי 1**

**במתנ"ס נווה ישראל**

**בהרצליה**

**ביום שלישי**

**בתאריך 06/06/17**

**בין השעות 21:30-20:00**

**רח' האלון 12 בבית הכנסת**

**סוכת השלום**

**ברמת ישי**

**ניתן להזמין לפגישה**

**הפתוחה כל מי**

**שהתוכנית מעניינת**

**אותו. כולל אנשי מקצוע**

## ארוע מיוחד בהרצליה

**בימי שישי בתאריכים 12.05.17 וב-19.05.17**

**בין השעות 12:00-10:15** [מיד אחרי הפגישה הרגילה]

**רח' מירון 10 פינת דוד אלרואי 1**

**במתנ"ס נווה ישראל**

**בהרצליה**

**תקיים סדנה בשני חלקים בנושא:**

**"רוח החברותא" כיצד העקרונות לפני האישיות עוזרים**

**להחלמה האישית. 20 ₪ דמי קופון**

**לפרטים נוספים ניתן לפנות לאורי 054-2312740**

### סובב ירושלים

**ביום חמישי, 18/05/17**

**בין השעות 21:30-19:00**

**רח' גד 8 באולפן עציין**

**בבקה**

**בירושלים**

**מיני אירוע בנושא:**

**"צעדים-צעדים לצמיחה"**

**20 ₪ דמי קופון**

### מכירת חפצים

**במהלך האירוע סוף השבוע**

**נקיים מכירה חפצים שכל**

**הכנסות מהמכירות יהיו לטובת**

**המשך הפעילות של**

**או אי. כל מי שמעוניין לתרום**

**חפצים כמו: כלי בית, מתנות וכו**

**, כלי נוי, עבודות יד, תמונות וכו**

**במצב טוב בלבד מוזמן להביא**

**אותם במהלך סוף השבוע**

**למלון שפיים.**

### אירועי ק"ק צפון

**ביום חמישי 11/05/17**

**בין השעות 21:00-18:30**

**רח' הבנים בבית ספר אלונים**

**פרדס חנה**

**מיני אירוע בנושא:**

**"נקודת מפנה בדרך"**

**20 ₪ דמי קופון**

**\*\*\*\*\***

**ביום ראשון 28/05/17**

**בין השעות 20:30-18:30**

**רח' המייסדים בית המועצה**

**המקומית**

**מושבה כנרת**

**מיני אירוע בנושא:**

**"מזיכרון המחלה לעצמאות**

**ההחלמה"**

**20 ₪ דמי קופון**

### אירוע ק"ק שפלה

**דרום**

**ביום חמישי 18/05/17**

**בין השעות 21:45-19:15**

**רח' הרצל 183**

**באולם" בני ברית" בחצר**

**ברחובות**

**מיני אירוע בנושא:**

**"החלטנו למסור את רצוננו**

**להשגחת אלוהים כפי שאנו**

**מבינים אותו"**

**20 ₪ דמי קופון**

**\*\*\*\*\***

**ביום ראשון 18/06/17**

**בין השעות 21:00-18:30**

**במועדונית החדשה**

**בקבוץ גת**

**מיני אירוע בנושא:**

**"אגו, ענווה ואלוהים"**

**20 ₪ דמי קופון**

**פירוט תרומות שהתקבלו בחודש מרץ 2017 הכנסות נוספות**

תרומות	ק"ק צפון	ק"ק שפלה זרוע	ק"ק מרכז	תרומות
מישיבות מש"א וק"ק 1.076 ₪	כנרת המושבה יום א'	250	500	586
דמי שימוש בית או איי 1,535 ₪	עפולה יום ג'	600	1.600	441
מכירת ספרות 2168 ₪	חיפה יום ב'	184	2.000	786
<b>הכנסות מקופונים</b>	<b>ק"ק שרון</b>	800		560
רמת ישי יום שלישי 280 ₪	פרדס חנה יום ה'	755	600	220
סדנה שבת בית OA 200 ₪	כרמיאל יום ד'		250	100
אשדוד יום שני 340 ש"ח	הרצליה פיתוח יום ב'		1.986	500
כפר סבא יום שני 660 ₪	מבשרת ציון יום א'	600	1.000	
פתח תקווה יום שלישי 300 ₪	רמת גן יום ג'	15		
כרמיאל יום רביעי 300 ₪	נתניה יום א'		600	
how ירושלים ארצי 656 ₪	רעננה יום א'		300	
ראש"צ יום ראשון 740 ₪				

### להתקשר לחדשים

לפני מספר שבועות, חברה חדשה שאלה אותי כשבעינייה דמעות: "למה אנשים לא מתקשרים אלי או משיבים לטלפונים שלי? האם אני לא נחמדה?". ליבי נמלא אהבה אליה. אני יודעת כמה זה קשה להתקשר לאחרים. תחושת הדחייה היא בלתי נסבלת. ביליתי הרבה שנים בבדידות והעמדתני פנים של טיפוס בודד כך שאוכל להיות לבדי עם האוכל. איזה קיום עצוב זה היה! להתקשר למישהו אחר ולדבר על מה שבאמת קורה איתי היה משהו מוזר ולא נוח. אני זוכרת שכשאתי הייתי חדשה בתוכנית ואנשים לא השיבו לטלפון שלי. הרגשתי מטופשת כשניסיתי להשיג אותם בטלפון, אני המשכתי להתקשר מכיוון שאנשים שהיו בהחלמה המליצו לי לעשות את זה.

ידעתי שעלי לעשות עבודה נוספת כדי לשמור על ההחלמה שלי מכיוון שהימים שלפני ההחלמה היו חשוכים ועכורים. לכן השתמשתי בכלי שגם היום אני הכי שונאת אותי אבל משתמשת בו הכי הרבה: הטלפון. גם עכשיו אני לא נהנית לדבר בטלפון וכשאני מחייגת אני מקווה שאגיע למשיבון. כאשר זה קורה, אני משאירה הודעה כאילו מישהו ענה לי. אני מתחלקת ברגשות שלי על החלק שלי במצב שבעטיו אני מתקשרת, ואני מתחייבת לנקוט בפעולה המתאימה לאחר השיחה. לעיתים אני מתחייבת לעשות שיחת טלפון נוספת. פעמים אחרות אני מתחייבת לשאת תפילה. כאשר המצב קשה במיוחד אני מתחייבת לכתוב לפחות 5 דקות על מה שקורה. התוכנית שלי היא תוכנית פעולה. העבודה של התוכנית שומרת אותי בדרך שמתווה עבורי הכוח העליון.

אני מעסיקה את עצמי על ידי השימוש בכלים והכוח העליון מספק לי את הניסים. בכל מקרה, אני בהחלמה פיזית, בירידה של 35 קילוגרם ובהחלמה רוחנית ונפשית של 135 קילוגרם. ....

לחברה החדשה ששאלה אותי את השאלה, הצעתי להמשיך ולנסות להתקשר לאנשים. לקח לי כמה חודשים כדי למצוא קבוצה של אנשים שיחזרו אלי ויחלקו איתי מניסיונם, כוחם ותקוותם. יש לי בערך 6 חברים כאלו שאני יכולה להתקשר אליהם כשאני מאבדת את העשתונות. יש לי את מערכת התמיכה הזו מכיוון שעשיתי הרבה שיחות טלפן במהלך 21 החודשים שבהם חזרתי לתוכנית.

סיפרתי לחברה החדשה כיצד אני משתמשת במכשיר הטלפון. בפגישות השבועיות שלי אני לוקחת מן המחברת לפחות שני מספרי טלפון. אני מנסה להתקשר לחבר חדש בכל שבוע. אני מציגה את עצמי ומיידעת אותו שאני פנויה בשבילו עם כל שאלה שתהיה לו. השיחה השבועית השנייה שלי היא בדרך כלל לחבר שמתקשה בדרך. אם מישהו מתחלק שקשה לו, אני מתקשרת אליו כדי שידע שאני חושבת עליו ונכונה לסייע לו.

באחת הפגישות סיפרה המנחה כי חברה מהקבוצה התקשרה אליה לאחר הפגישה הראשונה שלה. למרות שהיא לא התקשרה אליה בחזרה, היא חשה שלמישהו אכפת ממנה. חייכתי לעצמי מכיוון שאני הייתי החברה הזו שהתקשרה אליה. לא תמיד החברים החדשים חוזרים אלי לאחר שיחת הטלפון שלי מכיוון שהם פוחדים להיפתח ולדבר, אבל זה משמח לשמוע שהשיחה שלי שינתה להם את היום. איזו מתנה! אני מקווה שקריאת הקטע הזה תניע את החברים לקחת את הטלפון ולהתקשר לחברים אחרים. אתה יכול לסייע להחלמה שלך עצמך. תוך כדי מתן שירות. לאילו מכם שעדין סובלים, המשיכו בבקשה לבוא. יש תקווה להחלמה עבור כולנו.

### ועידה שבתית

ביום שישי בין השעות: 09:00-12:15 בתאריך: 16.6.17 תתקיים ועידה שנתית של מש"א. הועידה תתקיים בגלריה של אולם תרבות בשפיים. בהמשך סוף השבוע יתקיים מרתון סוף שבוע (פרטים על המרתון בתחילת מידעון זה). לועידה 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 הועידה 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 במש"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 למייל [OA.ISRAELI@GMAIL.C](mailto:OA.ISRAELI@GMAIL.C)