



*Consiglio Nazionale di Servizio - Italia
Mangiatori Compulsivi Anonimi*

NOTIZIARIO

NOVEMBRE/DICEMBRE 2020

Num 180

In questo numero

- CALENDARIO EVENTI (pg 2)
- TESTIMONIANZE CONVENTION (pg 3)
- COMUNICAZIONE CNS (pg 6)
- CONTATTI (pg 7)
- NOTIZIE DALL'ITALIA (pg 8)

Invitiamo tutti i gruppi ad attenersi strettamente alle direttive in materia di COVID-19. Viste le incertezze del momento, il CNS è dell'opinione che sarebbe opportuno attendere prima di riattivare le riunioni fisiche e, nel caso, va ricordato che dovranno essere prese tutte le precauzioni necessarie alla prevenzione del contagio.

Una Pubblicazione di Overeaters Anonymous APS - Consiglio Nazionale di Servizio Italia.
Notiziario ad uso esclusivo e privato.

Per i mass media fare riferimento sede legale : Via S. Stratico 9, 20148 Milano Codice fiscale: 97174360152
Email : info@oa-italia.it Sito web : www.oa-italia.it

Numero Verde
800 090 151

 **331 1215419**

CALENDARIO EVENTI

2020

Gennaio	20 26	Dodicesimo passo dentro Compleanno di OA IG Sud
Febbraio	22 24 29	Seminario Torino Unity day Riunione Aperta Milano
Marzo	1 15 13-15	Unity Day Udine IG Oriente Seminario Genova Nervi
Aprile	3-5	Assemblea Nazionale Rimini
Giugno	6 14 21	IG Adriatico IG Oriente IG Sud
Luglio	11-12 26	Seminario IGOriente Costabissara Seminario CNS Identità
Agosto	16 16	Seminario CNS Sponsorizzazione Giornata della Sponsorizzazione
Settembre	6 13 13 27	Seminario CNS Solidarietà IG Sud IG Oriente Seminario CNS Fiducia
Ottobre	9-11 25	Convention Rimini Seminario CNS Spiritualità
Novembre	20-21 21	Idea day Riunione CNS
Dicembre	12	Dodicesimo passo dentro (ogni anno il 12/12)

TESTIMONIANZE CONVENTION 2020

IL CORAGGIO DI CAMBIARE

Prendere la decisione di andare alla convention a Rimini è stato molto difficile per me quest'anno. Non avevo decisamente voglia di andarci: "C'è il Covid, sono stanca, ho già tanti impegni, sono piena di dolori fisici, ho sempre tanta ansia quando devo affrontare il viaggio da sola e poi non ho nessun servizio da svolgere". È stato un sì, no, sì, no e poi ancora sì. Vado, non vado... Devo confessare che avevo molta paura di sentirmi sola, inutile, a disagio. Dopo tanti anni di servizio, in cui ero molto impegnata alla convention, avevo il grande timore che nessuno mi avrebbe considerata e di sentirmi a disagio (quanto ego ho ancora!!). Devo ammettere che la prima che non si considera sono proprio io stessa e il disagio so che fa parte di me, della mia difficoltà nel relazionarmi con gli altri e ho bisogno di accettarlo.

Dopo tanti tentennamenti e malesseri vari, la mia sponsor mi ha amorevolmente detto che aveva paura di perdermi e che ci teneva molto che io partecipassi alla convention. Il mio PS trova sempre il modo di indicarmi qual è la strada giusta per me. Ho riflettuto e avuto così il coraggio di prenotare, il coraggio di cambiare le cose. Arrivata a Rimini mi sono subito sentita a casa, ben accolta, ho visto occhi sorridenti e amorevoli sorrisi sotto le mascherine! E soprattutto mi sono sentita rilassata: fare servizio è bello, è una grande ricompensa, ma anche pensare al proprio recupero e fare piccoli servizi (perché in OA c'è sempre qualcosa da fare, se lo desidero e c'è sempre tanto da dare) è altrettanto bello!

Sono certa, comunque, che Dio mi ha portata dove voleva che io fossi, e mi ha dato ciò che voleva che io avessi. Ho vissuto belle riunioni, anche se eravamo dovutamente distanziati e la Preghiera della Serenità veniva recitata senza stringerci le mani, ma semplicemente con le braccia e mani tese verso gli amici vicini. Abbiamo lavorato molto a gruppetti e questo mi ha permesso di tirare fuori tante cose.

Mi sono ritrovata a tenere la meditazione della mattina alle 7,30. Tutto è stato casuale (è stato il caso o il mio PS?): ho chiesto se la meditazione fosse confermata. Mi è stato risposto che ci sarebbe stata riunione solo se ci fosse stato qualcuno disposto a controllare che le regole anticovid venissero osservate e qualcuno disposto a tenere la meditazione e la riunione che seguiva. E così mi sono offerta. Qualcuno mi ha suggerito di fare la mia meditazione. Inizialmente pensavo alle meditazioni lasciateci da amiche OA anziane. Mi sono fatta coraggio e mi sono "buttata"! E mi ha fatto un gran bene!

Mi hanno fatto altrettanto bene le passeggiate sulla meravigliosa spiaggia di Rimini, grande e tranquilla in questo periodo dell'anno e con il mare davanti, grande ispiratore di pace, calma, serenità! Abbiamo condiviso con alcune amiche sulla spiaggia, è stato un continuato delle riunioni di recupero! Bellissimo anche lo spazio del sabato sera: OA Factor. Sono momenti in cui ci si lascia andare e ci si diverte con poco. Per me, controllatrice, ansiolitica, piena di paura, questi momenti a Rimini mi riempiono di gioia, allegria e mi lascio andare come in nessun altro posto, perché sono a casa, tra amici! Sono tornata presto la domenica mattina, perché nel pomeriggio avevo un impegno familiare. Mentre ero sul treno è stato come se tutto quello che avevo vissuto mi inondasse come un fiume in piena: mi sentivo felice, gioiosa e libera e piena dell'amore dato e ricevuto.

Porto con me bei ricordi, spero che rimangano a lungo nel mio cuore: visi sorridenti e amorevoli, talvolta anche tristi e sofferenti. C'è tanta empatia tra di noi, ci capiamo anche solo con uno sguardo, perché ci accomuna la malattia e sappiamo bene dove ci può portare. È proprio bello stare insieme, condividere, ascoltare, e sapere che se ho bisogno, qualcuno che mi può aiutare c'è sempre!

Grazie al mio Potere Superiore per avermi dato "il coraggio di cambiare" (titolo della convention!) e grazie alle amiche e amici del consiglio che hanno avuto il coraggio e si sono presi la responsabilità di organizzare questo meraviglioso momento per stare insieme.

Cari amici e amiche, ci rivediamo il prossimo anno!!

Giovanna

UN **GRANDE RINGRAZIAMENTO**
A TUTTI I MEMBRI CHE HANNO
PARTECIPATO ALLA CONVENTION 2020

È STATO IMPORTANTE ESSERCI

GRAZIE

ANCHE A CHI NON È POTUTO VENIRE,
ERAVATE NELLE NOSTRE CONDIVISIONI
E NEI NOSTRI PENSIERI.

COMUNICAZIONE IMPORTANTE

A causa delle restrizioni a seguito del **DPCM 3/11/2020** non possiamo garantire regolarità nelle spedizioni della letteratura.

Si prega di contattare *letteratura@oa-italia.it* per tutte le delucidazioni del caso

Laura m.c.
FIDUCIARIO LETTERATURA

CONTATTI

CONTATTI SERVITORI CNS

Consiglio Nazionale di Servizio cns@oa-italia.it
Presidente Gianna di Torino presidente@oa-italia.it
Fiduciario Segretario Sarah di Milano amministrativo@oa-italia.it
Fiduciario Tesoreria Lucio di Roma tesoreria@oa-italia.it
Fiduciario Esterni Tamara di Rimini 320 42 38 391 esterni@oa-italia.it
Fiduciario Delegato R9 Emilia di Roma delegatocnsregione9@oa-italia.it
Fiduciario interni Maura interni@oa-italia.it
Fiduciario letteratura Laura letteratura@oa-italia.it

CONTATTI INTERGRUPPI

Liguria	intergruppoliguria@oa-italia.it presidenteoaigl@gmail.com intergruppoliguria.pi@oa-italia.it letteratura.igl@oa-italia.it 3482949703	Dania di Genova Presidente Lorella Tesoriera
Adriatico #09641	intergruppoadriatico@oa-italia.it 388 99 94 314	Fiore di Bologna Presidente Elisa di Reggio Emilia Tesoriere, Riferimento Comunicazioni Digitali, Dodicesimo Passo Dentro Angela di Bologna Telefono, Segreteria, Pubblica Informazione
Area Nord #09442	Intergrupponord@gmail.com 339 59 54 008	Adriana di Brescia Presidente Paola di Seregno Tesoriere Alice di Milano Segretaria Marisa di Piacenza Telefono
Oriente #09640	oa.igoriante@gmail.com 338 42 26 826	Raffaella di Padova ViceTesoriera Daiana di S. Bonifaccio Letteratura
Piemonte #09626	intergruppopiemonte@oa-italia.it 389 92 45 526	Sandra di Torino Presidente Maria Rosa di Cambiano Segretaria Fiorella di Torino Tesoriera Daniela di Cambiano Letteratura Laura di Chivasso Telefono
Roma Sud #09652	intergrupporomasud@gmail.com 346 65 51 505	Attilio di Marino Presidente Luciano di Roma Tuscolano Tesoriere
Sicilia #09578	oaintergrupposicilia@gmail.com 3492304598	Paolo di Catania Presidente Lucia di Catania Segretaria Anna Maria di Palermo Tesoriere, Letteratura Lucia di Catania Telefono
Sud #09544	segreteriaigs@outlook.it 064743772 3891588242	Angela di Roma Presidente Salima di Roma Segretaria Maria Teresa di Roma Vice-Segretaria Patrizia di Roma Tesoriere Rosella di Roma Letteratura Giulia Rappresentante della Regione 9
Toscana #09638	igtosca@gmail.com 3394808010	Carlo di Prato Presidente Barbara di Firenze Segretaria, Telefono Valentina di Firenze Pubblica Info

NOTIZIE DALL'ITALIA

Il gruppo del mercoledì Alba ritorna a riunirsi in stanza telefonica.
Stanza 139749#, mercoledì dalle 20.30 alle 22.

Il gruppo AMARSI di CANTù si incontra il mercoledì dalle 21 alle 2230 su ZOOM
ID riunione: 627 496 1873
Passcode: 7XQQHy

UnaVisionePerTe-VoiOAlitalia del Lunedì 6.15-7.15 del mattino in Italia.
STUDIO DEL GRANDE LIBRO TESTO ITALIANO, 3a Edizione
Zoom ID: 886 3357 3098
password: 678910

CONTRIBUTI ALL'ASSOCIAZIONE
Eventuali donazioni per OA vanno fatte su conto corrente postale intestato a:
OVEREATERS ANONYMOUS A.P.S. TESORERIA N. 000097069421
(Potete usare i normali bollettini postali con una o due ricevute)
Oppure per i bonifici (con la stessa intestazione).
L'IBAN è IT 27 Z 07601 10900 000097069421
Si suggerisce di specificare, nello spazio apposito per la causale del versamento, se si tratta della donazione di un gruppo, intergruppo o singolo membro. Inoltre sarebbe opportuno avvisare la tesoreria con una mail o con un sms della donazione, sia per un più facile controllo delle nostre entrate, sia per poter ringraziare coloro che hanno effettuato la donazione.
Per eventuali informazioni e chiarimenti:
tesoreria@oa-italia.it Eventuali donazioni per OA vanno fatte su conto corrente postale intestato a:
OVEREATERS ANONYMOUS A.P.S. TESORERIA N. 000097069421
(Potete usare i normali bollettini postali con una o due ricevute) Oppure per i bonifici (con la stessa intestazione).
L'IBAN è IT 27 Z 07601 10900 000097069421

ORDINI LETTERATURA
Per ordinare la letteratura va utilizzata di preferenza la posta elettronica, inviando una e-mail all'indirizzo letteratura@oa-italia.it oppure tramite il Book Store che si trova nel nostro sito www.oa-italia.it.
Gli ordini richiesti entro il 15 del mese verranno evasi entro la fine del mese stesso. Si ricorda che gli ordini verranno spediti soltanto dopo l'avvenuto pagamento a mezzo bollettino postale o tramite bonifico bancario intestato a
OVEREATERS ANONYMOUS A.P.S. TESORERIA N. 000097069421
L'IBAN è IT 27 Z 07601 10900 000097069421
E' importante indicare sempre il numero d'ordine a cui si riferisce il pagamento.
per ulteriori informazioni
Email: letteratura@oa-italia.it

FREQUENZA DI MINORI AL GRUPPO
Potrete scaricare il "Modulo di acquisizione del consenso informato e di Manleva" dal sito www.oa-italia.it sezione documenti / link utili,
oppure potete richiederlo alla segreteria segreteria@oa-italia.it

CASELLE E-MAIL
Per registrarsi presso qualunque provider di posta elettronica gratuito e volendo mettere i dati di
OVEREATERS ANONYMOUS
Sede sociale: Via Simone Stratico 9/11
Data di costituzione : 28/03/1991

*SIGNORE
CONCEDIMI LA SERENITÀ
DI ACCETTARE LE COSE CHE NON
POSSO CAMBIARE
IL CORAGGIO
DI CAMBIARE QUELLE CHE POSSO
E LA SAGGEZZA
DI CONOSCERNE LA DIFFERENZA*

per incoraggiare l'iscrizione al notiziario ai gruppi potete appendere sulla parete il foglio in allegato con l'indirizzo a cui scrivere per iscriversi

**INCORAGGIATE I NUOVI MEMBRI A RESTARE INFORMATI
SULLE ATTIVITÀ DEL NOTIZIARIO!**

NOTIZIARIO DI OA
Edizione BIMESTRALE di informazioni ed eventi

**PROSSIMA USCITA
GENNAIO 2021**