

CATALOGUE 2016-2017

TOUTES NOS PUBLICATIONS OA
SONT APPROUVÉES PAR :
LA CONFÉRENCE OU
LE BUREAU DES SERVICES MONDIAUX DE
OVEREATERS ANONYMOUS INC.

INTERGROUPE OA FRANÇAIS DE MONTRÉAL

Service des Publications Françaises
312, Beaubien est, Montréal,
Québec, H2S 1R8, Canada

Téléphone : 514-490-1939
ou sans frais Canada : 1-877-509-1939

Site web : www.outremangeurs.org
Courriel : reunions@outremangeurs.org

PUBLICATIONS OA

Livres

- L-01 Aujourd'hui** **17.50**
#984 For Today
Un « best seller » OA depuis des années. Des citations et des affirmations qui stimulent la réflexion. Une pensée et une réflexion pour chaque journée de l'année. Écrit spécialement pour les membres OA. Format poche à couverture rigide ; 380 pages.
- L-02 L'abstinence** **13.00**
#994 Abstinence
Témoignages écrits, de membres, tirés de la revue *Lifeline*. On vous offre de l'aide, de l'encouragement et un guide lorsque vous vous efforcez d'obtenir et de maintenir votre abstinence. Couverture souple ; 181 pages.
- L-03 Les Douze Étapes et les Douze Traditions des Outremangeurs Anonymes** **16.00**
#990 The Twelve Steps and Twelve Traditions of Overeaters Anonymous
Un livre complet et détaillé qui nous montre : comment les Étapes et les Traditions des OA aident les membres dans leur rétablissement, en plus du fonctionnement de la Fraternité dans son ensemble. Des questions après chaque Tradition, vous aident à renforcer votre réunion. Couverture souple ; 255 pages.
- L-04 Les Douze Étapes et les Douze Traditions Des Outremangeurs Anonymes** **18,00**
Version grand format (21,59 x 27,94 cm ou 8½ x 11 po)
Gros caractères
- L-07 Le cahier d'exercices Douze Étapes des Outremangeurs Anonymes** **15.00**
#992 The Twelve-Step Workbook of Overeaters Anonymous
Approfondissez et renforcez votre programme en répondant à des questions en référence à : *Les Douze Étapes et les Douze Traditions des Outremangeurs Anonymes*. Grand format à couverture souple ; 111 pages.
- L-08 Outremangeurs Anonymes deuxième édition** **16.00**
#988 Overeaters Anonymous Second Edition
La deuxième édition du livre apprécié des OA le « Brown Book ». Inclus de nouveaux témoignages personnels de membres OA en rétablissement. Le texte complet de : « Notre invitation », l'histoire de la co-fondatrice et la vision de notre programme par des professionnels non membres OA. Couverture souple ; 304 pages.
- L-09 Un nouveau départ : Témoignages de membres qui se sont remis d'une rechute** **13.00**
#976 A New Beginning : Stories of Recovery from Relapse
Histoires tirées de la revue *Lifeline*. Un plein d'expérience, de force, d'inspiration et de sagesse. Couverture souple ; 155 pages.

L-11 Les voix du rétablissement 16.00
#986 Voices of Recovery
Livre de pensées quotidiennes inspirantes, tirées de la documentation OA. Expérience, force et espoir, écrit par des membres OA pour des membres OA. Format poche à couverture souple ; 384 pages.

L-12 Au-delà de nos plus grands rêves 16.00
#998 *Beyond Our Wildest Dreams.*
Comment Outremangeurs Anonymes a-t-il débuté ? Quand l'abstinence fut-elle introduite ? D'où vient le nom de *Lifeline* ? Découvrez les réponses à ces questions et encore plus dans ce livre sur l'histoire de OA. 276 pages.

L-13 Les voix du rétablissement 10,00
Version grand format (21,59 x 27,94 cm ou 8½ x 11 po)
Gros caractères

L-14 La quête spirituelle 10.00
#978 Seeking the spiritual path : a collection from Lifeline
Plus de 70 récits de découverte spirituelle compilés de la revue Lifeline. Explorer des sujets tel que: la recherche d'une Puissance supérieure, les expériences spirituelles avant et pendant la mise en œuvre du programme, les outils pour une croissance spirituelle ainsi que la perspective des agnostiques et athés. Couverture souple; 144 pages

L-15 Le cahier d'exercices du aujourd'hui 17.50
#974 For Today workbook
Une nouvelle façon d'utiliser ton outil favori qu'est le Aujourd'hui! Réponds aux questions quotidiennes inspirées du texte du jour publié dans le Aujourd'hui, le questionnement provoque une réflexion sur un aspect de la mise en œuvre du merveilleux programme des OA. Le cahier d'exercices comporte 2 questions par page et dispose d'un espace pour écrire une réponse. Couverture souple, format 8.5X11, 200 pages.

CD Audio

L-10 Les Douze Étapes et les Douze Traditions des Outremangeurs Anonymes 20,00
Coffret de CD
L'intégral du texte des Douze Étapes et des Douze Traditions des Outremangeurs Anonymes tiré du livre : *Les Douze Étapes et les Douze Traditions des Outremangeurs Anonymes*. Vous pourrez écouter ces textes inspirants où et quand bon vous semblera.

Publications de rétablissement Mettre en pratique le mode de vie.

R-01 Avant de prendre la première bouchée compulsive, rappelons-nous 0.75

#150 Before You Take That First Compulsive Bite... Remember
Que pouvez-vous faire, lorsque vous êtes confronté à la pulsion d'outremanger ? Découvrez les outils et l'inspiration dont vous avez besoin avec les suggestions de ce feuillet.

R-03 Au nouveau 1.75
#270 To the Newcomer
Focus sur les miracles disponibles en suivant le programme des OA. Inclus les 15 questions et une discussion en profondeur sur la compulsions alimentaire, les Étapes, la spiritualité, un plan alimentaire et la Fraternité. Un « must » à lire pour les nouveaux et toute personne désirant stimuler son programme.

R-04 Une foule de symptômes... Une solution 0.50
#106 Many Symptoms, One Solution
Nos symptômes peuvent varier, mais nous partageons une maladie commune. Cette plaquette montre au nouveau et au membre OA potentiel, que même si la pensée des outremangeurs compulsifs diffère, tous peuvent trouver un rétablissement dans notre programme.

R-05 À la famille de l'outremangeur compulsif 0.75
#240 To the Family of the Compulsive Overeater
Offre un outil de compréhension et des conseils pour les membres de la famille qui essaient de supporter une personne aimée qui cherche à changer sa vie.

R-06 Questions et réponses 2.25
#170 Questions and Answers
Cette brochure de 16 pages répond aux questions et offre des définitions au sujet de tout ce que les nouveaux, les membres, les professionnels et le public en général, pourraient vouloir savoir au sujet de OA.

R-07 L'abstinence, un engagement 1.75
#141 A Commitment to Abstinence
Suggère des façons de renforcer votre engagement à l'abstinence et à développer un plan alimentaire.

R-09 Les outils de rétablissement 1.75
#160 The Tools of Recovery
Découvrez un guide indispensable pour l'utilisation des huit outils du programme OA : le plan alimentaire, le parrainage et le marrainage, les réunions, les appels téléphoniques, l'écriture, la documentation, l'anonymat et le service.

R-10 Aide-mémoire des membres OA 0.50
#435 Pocket Reference for OA Members
Feuillet pratique de format « portefeuille » incluant des extraits des lectures OA habituelles pour les réunions ou pour des réflexions personnelles. Comprend le préambule OA, *Notre invitation*, les Douze Étapes et les Douze Traditions.

R-11 Aux Ados 1.75
#280 To the Teen

Témoignages de rétablissement par des membres OA adolescents. Inclus un questionnaire pour aider les jeunes à déterminer s'ils sont des outremangeurs compulsifs.

R-12 Aujourd'hui seulement 0.75

#410 Just for Today

Suggestions inspirantes pour vivre un jour à la fois, en plus des Douze Étapes et de la Prière de la Sérénité. Feuille pratique de format « portefeuille »

R-13 Notre Méthode 0.75

Extrait du chapitre 5 du Gros Livre des AA : Notre méthode. En plus des Douze Étapes, des Douze Traditions et de la Prière de la Sérénité. Feuille pratique de format « portefeuille »

R-14 Petit manuel OA du parrainage 2.25

#200 A Guide for Sponsors

Quand et comment devenez-vous un parrain ou une marraine ? Quels sont les différents styles de parrainage ou de marrainage ? Que devriez-vous faire si vous dérapez ou si vous rechutez ? Description des divers aspects du parrainage et du marrainage. Incluant un appendice de 30 questions.

R-15 Le guide pour l'inventaire de la Quatrième Étape 4.00

#491 Fourth-Step Inventory Guide

Vous procure des questions pour un examen en profondeur. Tiré de : Les Douze Étapes et les Douze Traditions des Outremangeurs Anonymes. Vous guide à travers un inventaire de la Quatrième Étape, basé sur des traits de caractères spécifiques. Brochure de 38 pages.

R-16 Le plan alimentaire : Un outil pour vivre au jour le jour 2.00

#145 A Plan of Eating: A Tool for living – One Day at a Time

Apprenez comment utiliser un plan alimentaire en tant qu'outil. Évaluez votre historique alimentaire. Apprenez à vivre avec les déclencheurs alimentaires et les comportements et définissez une nouvelle façon de vous alimenter.

R-17 Choisir dans la dignité 2.25

#140 Dignity of Choice

Vous offre un guide pour concevoir votre plan alimentaire. Les sujets discutés comprennent : la différence entre un plan alimentaire et l'abstinence, les aliments « déclencheurs », structure et tolérance. Vous procure des exemples de plans alimentaires « révisés et approuvés par une diététicienne diplômée » avec lesquels des membres OA ont eu du succès.

R-18 Si Dieu parlait aux OA 0.75

#180 If God Spoke to OA

Un récit qui inspire les membres OA et montre comment leurs expériences les qualifient pour aider d'autres outremangeurs compulsifs.

R-19 Que faire si je ne crois pas en Dieu 1.75

#195 What If I Don't Believe in "God" ?

Des membres OA athées et agnostiques partagent leurs découvertes dans le programme et comment ils ont trouvé rétablissement et force dans les Douze Étapes.

R-20 Le point sur votre rétablissement 0.75

#105 Recovery Checklist

Des questions pour vous aider à évaluer votre rétablissement et vous avertir de changements subtils dans des actions et des attitudes qui pourraient nuire à votre programme. Utile aussi pour les membres en rechute.

R-21 Pensez d'abord 0.75

#109 Think First

Quand une forte envie de compulser vous frappe, au lieu de la nourriture, tournez-vous vers ce rappel format « portefeuille » pour des alternatives OA, rapides et puissantes.

R-22 La compulsion alimentaire vue de l'intérieur 1.75

#320 Compulsive Overeating: An Inside View

« À l'évidence, nous n'avions plus toute notre raison : longtemps après avoir constaté combien notre maladie nous affligeait, nous continuions à chercher le remède dans la nourriture » Ce feuillet jette un regard à l'intérieur de la pensée des outremangeurs compulsifs.

R-24 Maintenir son poids santé 2.00

#310 Maintaining a Healthy Weight

Les membres y discutent de maintenance à long terme et offrent des suggestions aux membres OA qui ont atteint un poids santé.

R-25 Les membres en rechute 2.00

#400 Members in Relapse

Les membres partagent les actions entreprises pour se remettre de la rechute. Comment leurs frères et sœurs OA les ont aidés en pratiquant la Douzième Étape à l'intérieur de la Fraternité.

R-26 Entre nous 0.75

#108 Person to Person

Décrit le service, dans lequel vous pouvez vous impliquer, pour « transmettre le message aux outremangeurs compulsifs qui souffrent encore »

R-28 Vous êtes de retour... Soyez les bienvenus 1.75

#190 Welcome Back

Offre l'encouragement et une nouvelle perspective aux membres qui reviennent après une rechute

R-29 Des membres OA de toutes les tailles. Bienvenue, quel que soit votre problème avec la nourriture 4.00

#110 OA Members Come in All Sizes:

Welcome Whatever Your Problem With Food

Les membres OA qui ont joint le programme n'avaient pas nécessairement un surplus de poids ; ceci comprend des anorexiques et des boulimiques, qui partagent leur unique défi et leurs histoires de rétablissement.

R-30 Bienvenue à l'homme qui veut arrêter d'outremanger compulsivement 1.75

#290 To the Man Who Wants to Stop Compulsive Overeating, Welcome
Ce feuillet encourage les membres OA masculins avec des histoires de rétablissement personnel par des hommes dans OA.

R-31 Parrainage et les Douze Étapes 3.50

#220 *Sponsoring Through the Twelve Steps.*
Expérience, support et encouragement pour travailler les Douze Étapes pour soi-même ou dans une relation de parrainage. Contient des recommandations de lectures et des questions pour réfléchir et approfondir les Douze Étapes.

R-32 Une solution commune. Diversité et rétablissement 4.00

#265 *A Common Solution : Diversity and Recovery*
Des membres OA différents par leurs origine, leur sexe, leur race, leur langue, leur religion, leur culture, leur santé, leur sexualité partagent leur rétablissement et leur espoir, grâce au programme OA.

Unité et services

Un support pour les groupes, les serviteurs de confiance et les membres.

U-01 Anonymat 1.75

#390 *Anonymity*
La co-fondatrice de OA nous parle des origines de la Onzième et de la Douzième Tradition et regarde l'anonymat en tant que principe spirituel.

U-04 Manuel OA pour les membres, les groupes et les intergroupes 6.00

#120 *OA Handbook for Members, Groups and Intergroups*
Des suggestions sur comment partir un groupe OA et le garder en activité. Des informations importantes au sujet de l'implication auprès de votre groupe, votre Intergroupe, au Bureau des services Linguistiques / Nationaux, au niveau de la Région et des Services mondiaux. Comprend de nouvelles sections et des index mis à jour.

U-15 Les Douze Concepts de service OA 3.25

#330 *The Twelve Concepts of OA Service*
Aide les membres OA dans l'application des Étapes et des Traditions dans leur implication au niveau des services. Les Concepts, tel qu'expliqués dans cette brochure, définissent et guident l'utilisation de l'organisation des services qui conduisent les affaires de OA

**U-16 Septième Tradition de OA
Donnons comme si notre vie en dépendait gratuit**

#802 *Seventh Tradition of OA. Give as ilk your life depends on it!*
Description complète des services vitaux pour le rétablissement à tous les niveaux qui sont supportés par la Septième Tradition. Comprend des informations au sujet de la gestion des finances de OA, une description de la structure de OA et des suggestions sur la façon de supporter financièrement votre Fraternité.

U-17 Manuel de la 12^e Étape à l'intérieur du Mouvement 8.00

#485 *Twelfth-Step Within Handbook*
Un « must » pour chaque groupe et chaque personne impliquée ! Comprend des inventaires de groupe et d'Intergroupe, pour renforcer les groupes et garder les membres, aussi bien que des outils pour aider les membres en rechute. Déroulement de réunions et d'activités, sketches et publicité détachable. Un outil de lecture et d'écriture quotidienne. Une « Police d'assurance-rétablissement » détachable, à utiliser avec les membres de la Fraternité. Des guides pour planifier des ateliers sur le parrainage et le marrainage.

Oasis

O-01 Oasis «dernière parution» 2.50

Revue officielle de l'Intergroupe OA Français de Montréal. Votre réunion pour apporter ! Des membres OA vous partagent leur rétablissement et leur espoir. Quelques textes OA et AA.

O-02 Oasis «parutions précédentes» 1.00

Lorsqu'il nous en reste, nous les écoulons à rabais.

Information publique

Voici Outremangeurs Anonymes

I-01 OA pour qui ? Pourquoi ? 0.50

#751 *About OA*
Qu'est-ce que OA ? Comment les membres perdent-ils du poids ? Pourquoi OA est-il « anonyme » ? Comment trouver des réunions ? Ce feuillet répond à ces questions ainsi qu'à d'autres dans un résumé engageant.

I-02 Nos 15 questions 0.50

#755 *Fifteen Questions*
Êtes-vous un outremangeur compulsif ? Répondez aux questions de ce feuillet et découvrez la réponse. C'est un excellent outil pour l'information publique.

I-03 Professionnels de la santé, connaissez-vous les OA ? gratuit

#753 *Introducing OA to Health Care Professionals*
Explique comment OA complète les soins professionnels. Comprend un questionnaire sur les habitudes alimentaires, pour leurs clients et patients.

I-04 Carte personnelle OA 6 / 0.50

#450 *New-Prospect Card*
Invitez les membres potentiels aux réunions avec cette attrayante carte format carte d'affaire. Un espace est réservé pour inscrire un nom et un numéro de téléphone

I-05 Êtes-vous dominé par la nourriture ? 1.75

#440 *Is Food a Problem For You*

25 feuilles de 5 po X 3 po. Pour inviter les membres éventuels à nos réunions. Espace réservé pour inscrire le lieu de la réunion, le jour, l'heure et un numéro de téléphone.

I-06 La nourriture est-elle un problème pour vous ? 0,75

#750 Is Food a Problem for You ?

Conçu pour utilisation dans les endroits publics, salles d'attente en santé, pour l'information publique, les campagnes de sensibilisation, et partout où un membre OA potentiel peut se trouver. Contient les Douze Étapes OA, des témoignages de membres, information générale sur OA.

I-07 Aux jeunes ados 0.50

#756K To the Teen Questionnaire

Format pratique, 10 questions préparées pour les jeunes, pour les aider à répondre à cette question : « Êtes-vous un outremangeur compulsif ? ». Espace réservé pour inscrire des informations sur les réunions locales.

Jetons

J-01 Jeton du nouveau 1,50

Diamètre 3 cm, fini aluminium. Inscriptions surélevées. Un côté Bienvenue, Logo OA et Main dans la main, l'autre côté : Prière de Rozanne ».

J-02 60 – 90 jours 1.25

Diamètre 3 cm, fini argent. Inscription surélevée. Un côté avec le logo OA très grand, l'autre côté avec le nombre de jours en gros caractères.

J-02L 30 jours 2.50

Diamètre 3 cm, fini laiton antique. Un côté avec logo OA, l'autre côté : 30 jours

J-03 12 mois 1.25

Diamètre 3 cm, fini argent. Inscription surélevée. Un côté avec le logo OA très grand, l'autre côté avec le nombre de jours en gros caractères

J-03-L 3 - 6 – 9 – 12 – 18 mois 2.50

Diamètre 3 cm, fini laiton antique.. Un côté avec logo OA très grand, l'autre côté : autour : « *OA* *UN NOUVEAU DÉPART* *REVIENS... ÇA MARCHE* » et au centre X MOIS en gros caractères.

J-04-L 2 ans à 10 ans 2.50

Même description que le précédent (J-03-L), sauf qu'au centre l'inscription est « X ANS ».

J-05 10 ans à 40 ans et plus, modèle plus gros 5.00

Diamètre 3,6 cm, épais, fini laiton antique. Inscriptions surélevées. Un côté avec logo OA très grand, l'autre côté : autour extérieur « SÉRÉNITÉ COURAGE SAGESSE » autour intérieur « RÉTABLISSEMENT ANS » et au centre un ovale surélevé dans lequel est gravé le nombre d'années.

J-07 modèle plus gros, comme le J-05 5.00

Même description que le précédent (J-05), sauf que le nombre d'années n'est pas gravé. À vous d'y faire inscrire le nombre désiré

Divers

D-01 Enveloppe du nouveau sans jeton 2.50

Pour accueillir le nouveau, on y retrouve: Au nouveaux (R-03); Questions et réponses (R-06); Une foule de symptômes... Une solution (R-04)

D-01J Enveloppe du nouveau avec jeton 3.50

Contient les mêmes publications que le précédent en plus de contenir un jeton J-01 Jeton du nouveau

D-02 Enveloppe du renouveau 2.50

Enveloppe contenant : L'Abstinence, un engagement (R-07), Le point sur votre rétablissement (R-20) et Vous êtes de retour (R-28)

D-06 Carton «Ici on parle OA» 1.00

D-07 Carton «L'Anonymat» 1.00

D-08 Carton «Les jetons» 1.00

D-09 Carton «Thème de l'année» 2.00

D-10 Signet «Douze promesses» 1.25

D-11 Signet «Main dans la main» + Prières 3^e et 7^e Étapes 1.25

D-14 Signet «Douze Étapes» 1.25

D-12 Porte-clés OA 4.00

D-21 Stabiliser votre abstinence 1.00

PUBLICATIONS AA

Livres

AL-01 Les Alcooliques Anonymes (couverture rigide) 19.50

Le Gros livre des Alcooliques Anonymes, 4^e édition, couverture rigide.

AL-02 Les Alcooliques Anonymes (couverture souple) 19.00

Le Gros livre des Alcooliques Anonymes, 4^e édition, couverture souple.

AL-03 Les Alcooliques Anonymes 21,00

Grand format, gros caractères, couverture souple

Autres

AD-08 Prière de la Sérénité 0.75

Sur une carte de 2.5 X 3.5 po.

AD-09 Prière de la Sérénité autocollante 1.50

AD-09-R (rouge), AD-09-B (bleu), AD-09-V (vert)

AD-10 Prière de la Sérénité grand format (12 x 16 po)	6,00
AD-12 Ensemble de 5 Slogans	15,00

Disponible pour téléchargement gratuit sur le site de l'IOAFM.

Voici quelques articles d'utilisation courante

Imprimable sur feuille 21,59 x 27,94 cm ou 8½ x 11 po

Aux professionnels de la santé

Invocation

OA n'est pas un groupe de régimes

Les 12 Étapes des OA

Les 12 Traditions des OA

Notre méthode 4e édition chap.5

Les 12 promesses

Notre Invitation

Guide secrétaire

Guide animateur réunion

À lire réunions ouvertes

Professionnels de la santé 13-03

Formule d'assemblée régulière

Formule d'assemblée d'affaire

Formule membre de groupe

Rapport financier (version PDF)

Rapport financier (version Excel)

Poster OA fourchette

Poster OA Pizza

LE SERVICE DES PUBLICATIONS FRANÇAISES DE L'INTERGROUPE OA FRANÇAIS DE MONTRÉAL

NOTRE OBJECTIF :
**TRANSMETTRE LE MESSAGE DES OUTRE-
MANGEURS ANONYMES,
EN LANGUE FRANÇAISE,
DANS TOUTE LA FRANCOPHONIE.**

**AU SERVICE DES MEMBRES ET DE LA
FRATERNITÉ DEPUIS PLUS DE 30 ANS.**