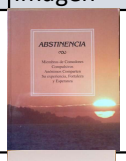
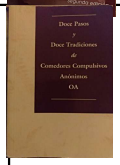
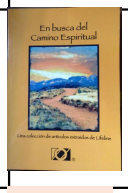
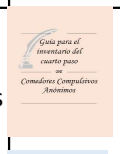
LITERATURA - Comedores Compulsivos Anónimos OA

LIBROS	nombre	Imagen	Reseña
Libros	#994 (2ª)	Abstinencia (1ª edición)		Uno de los libros más populares de OA. Los artículos han sido escritos por miembros, y se han sacado de Lifeline, la revista internacional de recuperación de OA. Sirve como ayuda, inspiración y guía para ayudaros a conseguir y mantener la abstinencia. Tapa blanda. Primera edición
	#988(2ª) - 980(3ª)	Comedores Compulsivos Anónimos (2º Edición) (libro marrón)		Publicado en 2001, se han vendido más de 70.000 ejemplares a los comedores compulsivos de todo el mundo. Este libro transmite el mensaje de recuperación mediante la voz y la experiencia de diferentes miembros de OA. Tapa blanda. Segunda edición
	#990L	12 pasos y 12 tradiciones (formato grande)		Este libro contiene un análisis detallado y emocionante de cómo los pasos y las tradiciones de OA ayudan a los miembros a recuperarse y de cómo funciona la fraternidad como un todo. Las preguntas escritas después de cada tradición están pensadas para ayudaros a fortalecer vuestra reunión. Tapa blanda. 232 págs.
	#990P	12 pasos y 12 tradiciones (formato pequeño)		Este libro contiene un análisis detallado y emocionante de cómo los pasos y las tradiciones de OA ayudan a los miembros a recuperarse y de cómo funciona la fraternidad como un todo. Las preguntas escritas después de cada tradición están pensadas para ayudaros a fortalecer vuestra reunión. Tapa blanda. 345 págs.
	#978	En busca de un camino espiritual		Recopilación de más de 70 historias de la revista Lifeline sobre el despertar espiritual. Aborda temas como la búsqueda de un Poder Superior, experiencias espirituales antes y durante el programa, herramientas para el crecimiento espiritual, y el punto de vista de agnósticos y ateos. Tapa blanda. 139 págs.
	#491	Guía para el inventario del 4º paso de Comedores Compulsivos Anónimos		Exhaustivo cuestionario basado en el libro “12 y 12” de OA que te guiará a través del inventario del cuarto paso, centrándose en rasgos de carácter específicos.
	#992/3	Libro de trabajo de los doce pasos de Comedores Compulsivos Anónimos		Profundiza y refuerza tu programa respondiendo a preguntas que invitan a la reflexión, extraídas y con referencia a las páginas del libro Doce pasos y doce tradiciones de Comedores Compulsivos Anónimos.
	#998	Más allá de nuestros más salvajes sueños		¿Cómo empezó Comedores Compulsivos Anónimos? ¿Cuándo se introdujo el concepto de abstinencia? ¿De dónde viene el nombre de *Lifeline* ? Descubre las respuestas a estas preguntas y otras en este libro sobre la historia de OA. Con índice
	#984	Solo por hoy		Contiene citas y lecturas que invitan a reflexionar cada día del año, escritas especialmente por miembros de OA. Tapa blanda. Con índice. 375 págs.
	#974	Solo por hoy, libro de trabajo		¡Una nueva manera de usar una de las herramientas favoritas! Adquiere nuevas perspectivas con las lecturas diarias del *Solo por hoy* . Este compañero de trabajo contiene preguntas que invitan a la reflexión por cada lectura del libro. El libro de trabajo incluye dos preguntas por página con espacio para escribir la respuesta.
	#982	Lifeline Sampler		Historias procedentes de la revista Lifeline

	#976	Un nuevo comienzo		Historias de recuperación de la recaída
	#986	Voces de recuperación		Este libro de lectura diaria contiene citas inspiradoras de la literatura de OA, y la experiencia, fortaleza y esperanza de miembros de OA. Tamaño de bolsillo, tapa blanda, con índice.

FOLLETOS	nombre	Imagen	Reseña
Folletos	#240	A la familia del comedor compulsivo		Describe la enfermedad de la compulsión por la comida y los cambios en el comportamiento o las relaciones que puede experimentar la familia de los miembros. Tríptico
	#280	Al adolescente		Abarca una gran variedad de manifestaciones de la enfermedad, incluyendo anorexia, bulimia y comer en exceso, en historias de recuperación escritas por miembros adolescentes de OA. El cuestionario ayuda a los adolescentes a decidir si tienen un problema con la comida.
	#270	Al recién llegado		Se centra en los milagros del programa de OA. Incluye las 15 preguntas y una sección que describe la importancia de las reuniones, explica lo que es la compulsión por la comida, los pasos, la espiritualidad, un plan de comidas y la fraternidad.
	#150	Antes de tomar un bocado compulsivo recuerde…		¿Qué puedes hacer cuando te enfrentas al deseo imperioso de comer compulsivamente? Encuentra las herramientas e inspiración que necesitas en las sugerencias de este folleto. Tríptico
	#725	Anorexia y bulimia		Incluye historias seleccionadas de la literatura de OA que tratan sobre la anorexia y la bulimia.
	#220	Apadrinando con los 12 pasos		Ofrece experiencia, fortaleza y esperanza a padrinos y madrinas que están guiando a sus ahijados a través de los doce pasos de Comedores Compulsivos Anónimos. Incluye lecturas recomendadas y preguntas que invitan a la reflexión.
	#190	Bienvenido de nuevo		Sirve de guía e inspiración a aquellos que vuelven tras una recaída. Trata los temas “Miedo y negación”, “Impotencia frente a responsabilidad” y “El mito de la perfección”.
	#320	Compulsión por la comida, una visión desde el interior		“Nuestra falta de sentido común era evidente en el hecho de que seguíamos buscando alivio en la comida, mucho después de que comenzara a hacernos sufrir.” El folleto se adentra en la mente del comedor compulsivo. Tríptico
	#290	Damos la bienvenida al hombre que desea dejar de comer en exceso compulsivamente		Folleto que anima a los hombres de OA con historias de recuperación personal contadas por otros hombres de OA.
	#140	Dignidad de elegir (Planes de comidas sugeridos)		Este folleto ofrece orientación, tanto a los miembros nuevos de OA como a los veteranos, en la elaboración de su plan de comidas. Trata temas como la diferencia entre plan de comidas y la abstinencia, opciones de planes, examen de nuestros patrones de comer, alimentos compulsivos, comportamientos con la comida, estructura y tolerancia. El folleto proporciona seis sencillos planes de comida (revisados y aprobados por un dietista profesional) que han ayudado a algunos miembros de OA.
	#390	El anonimato		La fundadora de OA trata el origen de las tradiciones once y doce y analiza el anonimato como principio espiritual.

	#750	¿Es la comida un problema para usted? (Sugerido para IP)		Pensado para utilizar en bibliotecas, consultas médicas, campañas de información pública, actos de difusión y en cualquier sitio en que un miembro potencial pueda verlo. Incluye los doce pasos de OA, testimonios de miembros e información general sobre OA. Contiene un espacio en blanco para rellenar con la información de contacto de vuestro grupo o intergrupo. Tríptico
	#802	La septima tradición de OA		Detalla los servicios que se mantienen con la séptima tradición. Incluye información sobre cómo funcionan las finanzas dentro de la estructura de OA, una descripción de la estructura de OA y sugerencias sobre como apoyar financieramente a vuestra fraternidad.
	#230	Las doce tradiciones de OA		¿Qué son las tradiciones y por qué son importantes? Esta explicación guía a los miembros y a los grupos que quieren poner los principios de OA en práctica.
	#160	Las herramientas de recuperación		Consigue la guía imprescindible sobre el uso de las nueve herramientas del programa: un plan de comidas, amadrinamiento/apadrinamiento, reuniones, teléfono, escritura, literatura, plan de acción, anonimato y servicio.
	#330	Los doce conceptos de servicio		Ayuda a los miembros de OA a aplicar los pasos y las tradiciones a su servicio. Los conceptos, como explica el folleto, definen y guían las prácticas de la estructura de servicio que dirige los asuntos de OA.

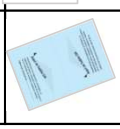
#145	Los miembros de CCA(OA) usan diferentes tallas		Los miembros que llegan al programa no tienen necesariamente sobrepeso, incluyen anoréxicos y bulímicos, comparten su problema común y sus historias de recuperación.
#310	Mantener un peso saludable		Los miembros hablan del mantenimiento de peso a largo plazo y ofrece sugerencias a los miembros de OA que han alcanzado un peso saludable.
#400	Miembros en recaída		Los miembros comparten las acciones que llevan a cabo para recuperase de una recaída y como les ayudaron sus compañeros de OA practicando el paso doce dentro de la fraternidad.
#170	Preguntas y respuestas		Este folleto de 16 páginas responde a preguntas y proporciona definiciones de todo aquello que los recién llegados, miembros, profesionales y público en general puede querer saber sobre OA.
#753	Presentando OA a los profesionales de la salud		Explica como OA complementa el cuidado profesional. Incluye un cuestionario sobre los comportamientos con la comida. Tríptico
#780	Presentando OA al clero		Contiene información sobre OA y un cuestionario para ayudar a las personas a saber si son comedoras compulsivas. Tríptico
#180	Si Dios hablara a OA		Una emotiva narración que inspira a los miembros de OA a reflexionar sobre como sus experiencias sirven para ayudar a otros comedores compulsivos. Tríptico
#141	Un compromiso a la abstinencia		Sugiere formas de reforzar vuestro compromiso con la abstinencia y desarrollar un plan de comidas.
#145	Un plan de comidas		Aprende como hacer un plan de comidas personal como herramienta, evalúa tu historia con la comida, relación con los alimentos y comportamientos compulsivos y define una nueva forma de comer (Nota: este folleto no aporta planes específicos)

	#130	Un programa de recuperación		Folleto que resume los doce pasos del programa de OA, incluyendo las 15 preguntas para ayudarte a determinar si eres comedor compulsivo. Tríptico
	#200	Una guía para madrinas y padrinos		Ya sea que estés amadrinando/apadrinando por primera o por vigésima vez, este folleto ofrece orientación y apoyo en el importante papel que desempeñas. Responde a las preguntas sobre por qué, cuándo y cómo ser un padrino. Apéndice con lista de “30 preguntas para los recién llegados”.
	#265	Una solución común, diversidad y recuperación		Miembros de OA de todos los sectores de la sociedad comparten su historia. Miembros que viven en zonas aisladas y aquellos que no pueden salir de casa encuentran la recuperación a través de las reuniones telefónicas. Miembros que superan el reto de crear reuniones de OA en países de habla no inglesa. Miembros que encuentran un hogar en las reuniones de OA a pesar de sus diferencias de edad, salud, orientación sexual, género y entorno cultural o religioso.
	#195	Y qué si no creo en Dios		Miembros ateos y agnósticos de OA comparten su enfoque del programa y relatan cómo consiguieron la recuperación y fortaleza con los doce pasos.

HOJILLAS	nombre	Imagen	Reseña
Hojillas	#250	Hojilla: A los padres y adultos interesados		Muchos miembros de OA tenían menos de 18 años cuando empezaron a tener problemas con la comida. Este folleto conciencia a los adultos con respecto a los comportamientos compulsivos con la comida de la gente joven.
	#756	Hojilla: Al adolescente, cuestionario		Práctico folleto con 14 preguntas a adolescentes para ayudarles a responder a la pregunta “¿eres un comedor compulsivo?”. También incluye un espacio en blanco para rellenar con la información sobre la reunión.
	#105	Hojilla: Lista de recuperación		Preguntas que te ayudan a evaluar tu recuperación y alertarte sobre sutiles cambios y actitudes que podrían obstaculizar tu programa.

#751	Hojilla: Sobre OA		¿Qué es OA? ¿Cómo pierden peso los miembros? ¿Por qué OA es anónimo? ¿Cómo puedo encontrar las reuniones? El folleto responde a estas y otras preguntas en un atractivo resumen.
#755	Hojilla: Las 15 preguntas		¿Eres comedor compulsivo? Responde a las preguntas de este folleto para averiguarlo. Ahora actualizado para reflejar la definición de abstinencia, es una magnífica herramienta para eventos de información pública.
#106	Hojilla: Muchos síntomas, una solución		Nuestros síntomas varían, pero compartimos un problema común. Este folleto muestra a los miembros potenciales y nuevos que, aunque los comedores compulsivos son diferentes, todos pueden encontrar la recuperación en nuestro programa.
#415	Guía de bolsillo "Abstinencia sólida"		Usad esta valiosa herramienta de apoyo cada día para mantener una abstinencia sólida. También podéis usarla para reuniones y talleres.
#420	Guía de bolsillo "Aplicando los 12 a un problema"		Usa el ejercicio escrito de los doce pasos de OA para afrontar los retos de la vida sin recurrir a la comida. Refuerza tu recuperación usando este documento de forma individual o como material para un taller.
#445	Guía de bolsillo "Doce tradiciones"		Practica los principios de las doce tradiciones de OA en las reuniones y en la vida diaria con esta nueva guía de bolsillo. La guía de bolsillo de las doce tradiciones incluye ejemplos sobre cómo aplicar las tradiciones y se puede usar de forma individual o como material en un grupo o taller.
#410	Guía de bolsillo "Solo por hoy"		Tarjeta con inspiradoras sugerencias para vivir día a día, combinada con los doce pasos y la oración de la serenidad, en una tarjeta de bolsillo plegada.
#109	Guía de bolsillo "Primero piensa"		Cuando nos ataca la compulsión, en lugar de recurrir a la comida, recurre a este recordatorio de bolsillo que ofrece una lista rápida y efectiva de alternativas de OA. Tarjeta de bolsillo.
#435	Guía de referencia para miembros de OA		Práctico folleto tamaño bolsillo que reproduce lecturas clásicas de OA para usar en reuniones o para reflexión personal. Incluye el preámbulo de OA “Nuestra invitación a ti” y los doce pasos y doce tradiciones.

	#430	10 Tarjetas "Un día a la vez / Oración de la serenidad"		Tarjeta con el mensaje de “Día a día” por un lado y la "Oración de la serenidad" por el otro. De 10 en 10
	#	100 Tarjetas de visita		Tarjetas de visita, de 100 en 100

OTROS		nombre	Imagen	Reseña
Otros	#710	Sobre para el recién llegado vacío		Recibid a los recién llegados en vuestras reuniones con material que les ayude a ponerse en marcha.
	#710	Sobre lleno (incluye "Al recién llegado" y "Herramientas de recuperación")		Recibid a los recién llegados en vuestras reuniones con material que les ayude a ponerse en marcha. Incluye "Al recién llegado", "Herramientas de recuperación", "Antes de tomar ese primer bocado" y "Primero piensa"
	#762	Manual de servicio de IP (Información pública)		Los temas incluyen como hablar en reuniones no OA, trabajar con los medios de comunicación pública y comunicados de prensa. Incluye materiales para usar en los eventos de OA. Encuadernación en espiral.
	#773	Manual de talleres de servicios y tradiciones		Ofrece orientación sobre preparación y programación, formatos de talleres y preguntas habituales sobre el servicio, tradiciones y conceptos.
	#485	Manual del paso doce interno		¡Imprescindible para todos los grupos y cuerpos de servicio! Se centra en las formas de ayudar a los miembros de OA que aún sufren. Incluye formatos de reuniones, retiros y talleres; folletos promocionales; una herramienta para leer y escribir; “Póliza de seguros de recuperación”, como apoyo y compromiso.
	#120	Manual para miembros, grupos e intergrupos		Ofrece sugerencias sobre cómo crear un grupo y mantenerlo en funcionamiento, junto con información importante sobre el servicio en el grupo, intergrupo, cuerpos de servicio, región y servicio a nivel mundial. Con índice.
	#772	Manual de información a los profesionales		Ofrece orientación sobre cómo actuar en prisiones, instituciones médicas, escuelas y otros sitios. Incluye información sobre cómo celebrar reuniones de OA en instituciones. Encuadernación en espiral.
	#	Participar con facilidad (Reglas de Roberts)		Reglas de Roberts (reglas parlamentarias utilizadas en reuniones y asambleas)
	#	Aquí se habla OA (cartel doblado)		Cartel doblado para poner sobre la mesa