

(*The French-translated Messenger is at the bottom of this file)

*Le Messenger en français disponible plus bas**



Overeaters Anonymous Region 6

MESSENGER

January 2025

Service Bodies Start Agenda Questionnaire Process

Each winter, intergroups are tasked which proposed motions should be considered by delegates to the World Service Business Conference

The World Service Business Conference ("WSBC") is the annual business meeting of Overeaters Anonymous. This year, the conference will be held virtually May 4-10. The agenda questionnaire allows members of OA, through their intergroups, to express their opinions on what issues affecting OA should be considered. The document, which will be available no later than Jan. 5, will list all proposals made by OA service bodies worldwide.

Not all proposals are guaranteed be considered by the World Service Business Conference, so each intergroup is asked to decide which issues they consider worthy of consideration. Those that make it to the conference, and are approved by delegates, become OA policy or By-Law amendments.

Intergroups must return their selections to World Service by March 5 to be included in the group conscience. Some intergroups devote their meeting agenda to this single item of business. It is important to understand that at this point intergroups vote only on whether each of the proposals should be considered, not if they should be approved.

According to Sandra Zimmerman, associate director/member services manager at Overeaters Anonymous, Inc.: "It is standard practice for World



How to participate in OA's world-wide group conscience!

Two OA members
from different areas of Region 6
will share their intergroups' approaches
to completing the

WSBC Agenda Questionnaire.

Join us on January 26, 2025!
4:00 – 5:00 pm ET

On Zoom:
Meeting ID: 828 1250 0552
Passcode: 811927

All OA members are welcome, but
PLEASE do not post on social media.

How intergroups approach the questionnaire

The first **Intergroup Forum** of the new year meets Jan. 26 at 4 p.m. Eastern. The topic will be the WSBC questionnaire, which goes out to each intergroup so the fellowship can guide the World Service Business Conference on what matters to consider.

Schedule of Intergroup Forums for 2025 (click to

Service to send an email notification to all registered service bodies the same day we post the questionnaire. We have had a time or two when the email was sent a day later but that was due to issues with posting to the website."

Many individual meetings devote a business meeting to the agenda questionnaire to instruct their group rep how to vote on their meeting's behalf at that Intergroup meeting.

The questionnaire is tallied via an online platform; each R6 intergroup should submit its votes in that form. OA makes a downloadable questionnaire summary to help intergroups collate the group's votes. In order for a proposed amendment to be submitted to the WSBC, proposals need to be approved by 50 percent of all service boards responding.

enlarge):

2025 R6 FORUMS	2025 FORUMS de la R6
January / janvier	JAN 26 \ 26 JAN 4th Sunday ... 4e dimanche
February / février	FEB 23 \ 23 FEV 4th Sunday ... 4e dimanche
March / mars	MAR 23 \ 23 MARS 4th Sunday ... 4e dimanche
April / avril	No Forum ... Aucun Forum R6 Assembly: 4/5 Assemblée R6 : le 5/4
May / mai	No Forum ... Aucun Forum WSBC: 5/4-10 CASM : 4 au 10 mai
June / juin	JUN 8 \ 8 JUIN 2nd Sun ... 2ème dimanche
July / juillet	JUL 20 \ 20 JUIL 3rd Sun ... 3ème dimanche
August / août	AUG 10 \ 10 AOÛT 2nd Sun ... 2ème dimanche
September / septembre	No Forum ... Aucun Forum R6 Assembly: 9/20 Assemblée R6 : le 20/9
October / octobre	No Forum ... Aucun Forum R6 Convention: 10/24-26 Congrès de la R6 : le 24-26/10
November / novembre	NOV 16 \ 16 NOV 3rd Sun ... 3ème dimanche
December / décembre	No Forum ... Aucun Forum

... and here's the [Zoom link](#) that will work for every one of them.

What is a PIPO blitz, anyway?

Deadline for the next round of Region 6 grants aiding public information campaigns is Feb. 4.

Twice a year, Region 6 awards money to intergroups that propose public information and professional outreach (PIPO) campaigns, which encourages them to create and implement efforts to inform health professionals or the general public about Overeaters Anonymous.

At the 2024 Fall Assembly, the PIPO Committee chose three intergroups to receive a total of \$2,344 to distribute OA information to colleges and for newspaper and bus ads. Details [here](#).

Whether your intergroup has an active PIPO Committee or not, gather up a few OA fellows, think up ideas and go for it! It is helpful to create a data sheet with the who, what, when, where, why and how information before filling out an application. An example of this is [here](#).

Up to \$6,000 is available to be divided among approved applications for this purpose during the 2025 Spring Assembly, which will be held virtually April 5, *but the deadline for proposals is Feb. 4*. The application can be found [here](#).

Newcomer corner

Overeaters Anonymous extends the gift of acceptance to all. No matter who you are, where you come from, or where you are heading, you are welcome here! [Click here](#) for more information for newcomers.



Workshops come in all shapes, sizes!

What does it take to put on a workshop?

1. An idea
2. A few willing people
3. A venue
4. A format

So where do these ideas come from? Look and ask around. What do people want to hear, see,

In eight application cycles from 2018 to 2023, the Region has granted funding to 12 intergroups totaling \$32,243, ranging from \$500 to \$5,000.

Have a Plan for Newcomers

At this time of year many newcomers arrive at our meetings. Here are some suggestions for welcoming and retaining newcomers.

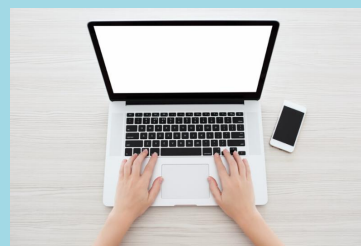
- Have a greeter to welcome the newcomer and to follow up after the meeting.
- At in-person meetings, hand out the [“Where Do I Start?”](#) pamphlet.
- At virtual meetings, share the link in the chat to the [“Where Do I Start?”](#) pamphlet free download.
- Have a phone list that is up to date and offer it to the newcomer, either in person or by email.
- Let the newcomer know they may share or just listen during the meeting.
- Let them know that they are no longer alone; they are in a safe place, and life can get better if they work the [Steps](#).
- If newcomers are present, consider focusing shares on your experience as a newcomer.
- Do not pressure them to speak.
- Do not ignore them.
- If the newcomer is willing to share contact info, follow up with an email, phone call, or text message.
- Accept them as they are.
- Suggest your intergroup run a workshop on retaining newcomers so that all groups will know how.
- Use suggested meeting formats that contain wording specifically for newcomers: "To the newcomer, we suggest attending at least six different meetings to learn the many ways OA can help you. There are many diverse types of meetings, all of which are available to support your recovery from compulsive eating. You will find hope and encouragement in Overeaters Anonymous."
- Read [“Our Invitation to You”](#) when newcomers are present.
- Share information about available sponsors.
- Have retaining newcomers as part of your intergroup's strategic plan.
- Be creative and share your ideas and successes with other groups.
- Invite them to come to the next meeting.

Our Responsibility Pledge: Always to extend the

and learn about their program?

Some workshops last hours, some can last a day or be a series of meetings. Some can be fun and entertaining!

OA's [document library](#) has formats, skits, ideas, and more. Organize a team and go for it!



Write for the Messenger

The deadline for the February issue is Jan. 10.



Need a speaker?

Request the Region 6 [speaker list](#).

Connect with Region 6

Do you have questions, comments and/or concerns about Region 6? You can connect with all of the Region 6 board members directly. That information is on the [website](#).

hand and heart of OA to all who share my compulsion; for this I am responsible. We are all responsible!

Upcoming calendar events

Jan 1 “New Year, New Commitment,” Westfield, Mass.

Jan 5, 1st Sunday Workshop (Zoom)

Jan 10, 19th Anniversary Candlelight Mtg (hybrid)

Jan 11, OA 65th Birthday (hybrid)

Jan 19, Happy New Beginnings (Zoom)

Jan 25, Recovery Talks (Zoom)

Jan 26, Intergroup Forum (Zoom)

Feb 2, 1st Sunday Workshop (Zoom)

Feb 3, Trustee nominee applications due to WSO.

Feb 4, Scholarship, public-information proposals, and motions for the Spring Assembly are due.

Feb 19 Spring Assembly registration opens.

Feb 22 Unity Day

For event details, consult the Region 6 [calendar](#).

The World Service Convention Returns

The first World Service Convention in eight years is scheduled for August 21-23 in Orlando, Florida. This is a global recovery focused celebration, not a business conference.

[Here's some more information about it.](#)

Resources of the month

1st

Step: We admitted we were powerless over food—that our lives had become manageable. Spiritual Principle: Honesty

Tradition: Our common welfare should come first; personal recovery depends upon OA unity. Spiritual Principle: Unity

Concept: The ultimate responsibility and authority for OA world services reside in the collective conscience of our whole

Fellowship. Spiritual Principle: Unity

Recovery Recordings:

[Step 1, 2022](#) | [Steps 1-3: The Thinking Steps, 2021](#) | [Steps 1, 2 & 3, 2020](#) |

[Honesty, 2018](#) | [The Give That Keeps on Gifting \[Service\], 2023](#) | [Willingness Is the Key, 2022](#)

Region 6 website Scavenger hunt

1. Where do you find “What’s happening?”

_____ then _____
NEVTSE, then, CLLUDRELFANA

2. Where do you find what happens every Spring and Fall?

_____ then, _____
ETSOMTMCIE then, SBLAMSEY

3. You can contribute this way. LAYRCLENCILNOTE

_____ then, _____
4. Where is the mileage reimbursement form for the Assembly?
_____ then, _____

_____ then, SLAPHOSSRICH

5. Where do you find how many intergroups there are in Region 6?

_____, then, _____
BUTOA then, SIGETPROURN
6. How many intergroups are there in Region 6 in January 2025?
 $2025 + 365 - 1958 \div 12 = \underline{\hspace{2cm}}$

ANSWERS: Dont look here till you're done! :)

1. Events then, Full Calendar, 2. Committees then, Assembly, 3 Electronically, 4. Resources then, Scholarships, 5. About the, Intergroups, 6. 36
Created and submitted by Karen S, CT



Suggestion box

This newsletter was created by the Region 6 Web & Pub Committee. We look forward to answering your questions, sharing your stories, and finding ways to inspire you. Send recommendations and suggestions for the Messenger to webmaster@oaregion6.org.



Outremangeurs Anonymes Région 6
MESSAGER
Janvier 2025

Les organismes de service entament le processus du questionnaire sur l'ordre du jour

Chaque hiver, la tâche consiste à choisir les propositions que la Conférence d'affaires des Services mondiaux verra. La Conférence d'affaires des Services mondiaux (CASM) est la réunion d'affaires annuelle des Outremangeurs Anonymes. Cette année, la conférence se tiendra virtuellement du 4 au 10 mai. Le questionnaire permet aux membres des OA, par l'intermédiaire de leurs intergroupes, d'exprimer leurs opinions sur les questions qui concernent les OA et qui devraient être abordées. Le document, qui sera disponible au plus tard le 5 janvier, énumérera toutes les propositions faites par les organismes de service des OA dans le monde entier.

En raison du nombre de propositions, toutes ne peuvent pas être examinées par les délégués à la CASM; c'est pourquoi il est demandé à chaque intergroupe de décider des points qu'il juge les plus

R6 Intergroup Forum
Le Forum d'Intergroupe de la R6
Join us in January!
Joignez-vous à nous en janvier !

Comment participer à la
conscience de groupe à l'échelle
mondiale des OA !

Deux membres d'OA
de différentes zones de la Région 6
partageront les approches
de leurs intergroupes pour remplir
le questionnaire de l'ordre
du jour de la CASM.

Joignez-vous à nous le 26 janvier 2025!
16:00 - 17:00 heures ET

Sur Zoom :
Identifiant de la réunion : 828 1250 0552
Mot de passe : 811927

Tous les membres d'OA sont les bienvenus,
mais **S'IL VOUS PLAÎT,**
ne publiez pas sur les médias sociaux.

Comment les intergroupes abordent le questionnaire

Le premier **Forum des Intergroupes** de la nouvelle année se tiendra le 26 janvier à 16 heures (heure de l'Est). Le sujet sera le questionnaire de la

dignes d'être examinés. Les propositions qui parviennent à la conférence et qui sont approuvées par les délégués deviennent la politique des OA. Les intergroupes doivent retourner leurs sélections au BSM d'ici le 5 mars pour qu'elles soient incluses dans la conscience du groupe. Certains intergroupes consacrent leur ordre du jour à ce seul point de discussion. Il est important de comprendre que les intergroupes votent uniquement sur l'opportunité d'examiner chacune des propositions, et non sur leur approbation. Selon Sandra Zimmerman, directrice associée et responsable des services aux membres chez Outremangeurs Anonymous, Inc : « Les Services mondiaux ont pour pratique d'envoyer un courriel de notification à tous les organismes de service enregistrés le jour même où nous publions le questionnaire. Il nous est arrivé une ou deux fois d'envoyer le courriel un jour plus tard, mais cela était dû à des problèmes de mise en ligne sur le site web ».

De nombreuses réunions de groupes individuelles consacrent une réunion au complet au questionnaire afin d'indiquer à leur délégué comment voter au nom de l'assemblée. Le questionnaire est comptabilisé via une plateforme en ligne ; chaque intergroupe de la R6 devrait soumettre ses votes sous cette forme. OA met à disposition un résumé du questionnaire téléchargeable pour aider les intergroupes à rassembler les votes de leurs groupes. Pour qu'une proposition d'amendement soit soumise à la CASM, les propositions doivent être approuvées par 50 % de tous les conseils de service ayant répondu.

Qu'est-ce qu'une campagne éclair de l'IP ?

La date limite pour soumettre à la Région 6 une demande de bourse afin de faire de la publicité est fixée au **4 février**.

Afin d'encourager les intergroupes à créer et à mettre en œuvre des initiatives visant à informer les professionnels de la santé ou le grand public au sujet des Outremangeurs Anonymes, la Région 6 accorde, deux fois par année, des subventions aux intergroupes qui en font la demande.

Lors de l'assemblée d'automne, le comité de l'IP a choisi trois projets d'intergroupes qui recevront un total de 2 344 \$ pour distribuer de l'information sur les OA dans les collèges et pour faire de la publicité dans les journaux et les autobus. Pour

CASM, qui est envoyé à chaque intergroupe afin que la fraternité puisse guider la Conférence d'affaires des Services mondiaux sur les questions à prendre en considération.

Voici l'horaire des forums intergroupes pour 2025 (bilingue) (cliquez pour agrandir) ...

2025 R6 FORUMS	2025 FORUMS de la R6
January / janvier	JAN 26 26 JAN 4th Sunday ... 4e dimanche
February / février	FEB 23 23 FÉV 4th Sunday ... 4e dimanche
March / mars	MAR 23 23 MARS 4th Sunday ... 4e dimanche
April / avril	No Forum ... Aucun Forum R6 Assembly: 4/5 Assemblée R6 : le 5/4
May / mai	No Forum ... Aucun Forum WSBC: 5/4-10 CASM : 4 au 10 mai
June / juin	JUN 8 8 JUIN 2nd Sun ... 2ème dimanche
July / juillet	JUL 20 20 JUIL 3rd Sun ... 3ème dimanche
August / août	AUG 10 10 AOÛT 2nd Sun ... 2ème dimanche
September / septembre	No Forum ... Aucun Forum R6 Assembly: 9/20 Assemblée R6 : le 20/9
October / octobre	No Forum ... Aucun Forum R6 Convention: 10/24-26 Congrès de la R6 : le 24-26/10
November / novembre	NOV 16 16 NOV 3rd Sun ... 3ème dimanche
December / décembre	No Forum ... Aucun Forum

... et voici le [lien Zoom](#) qui fonctionnera pour chacun d'entre eux.

Coin des nouveaux venus

Les Outremangeurs Anonymes offrent à tous le cadeau de l'acceptation. Peu importe qui vous êtes, d'où vous venez ou, où vous allez, vous êtes les bienvenus ici !

[Cliquez ici](#) pour plus d'informations sur les nouveaux venus. (en anglais)

plus de détails, [cliquez ici](#). (en anglais)
Que votre intergroupe ait ou non un comité d'IP actif, réunissez quelques membres des OA, réfléchissez à des idées et lancez-vous ! Il est utile de créer une fiche de données avec les informations qui, quoi, quand, où, pourquoi et comment avant de remplir une demande. [En voici un exemple](#). (en anglais)

Jusqu'à 6 000 dollars seront attribués à cette fin lors de l'assemblée du printemps, qui se tiendra virtuellement le 5 avril, *mais la date limite de dépôt des propositions est fixée au 4 février*. Le formulaire de candidature est disponible [ici](#).
Au cours des huit cycles de candidature de 2018 à 2023, le comité a recommandé le financement de 12 intergroupes pour un montant total de 32 243 dollars, allant de 500 à 5 000 dollars.

Prévoir un plan pour les nouveaux venus

À cette période de l'année, de nombreux nouveaux venus se présentent à nos réunions. Voici quelques suggestions pour accueillir et retenir les nouveaux venus.

- Prévoyez une personne chargée d'accueillir les nouveaux venus et d'assurer le suivi après la réunion.
- Lors des réunions en personne, distribuez la brochure «[Par où commencer?](#)».
- Lors des réunions virtuelles, partagez dans le chat le lien permettant de télécharger gratuitement la brochure «[Par où commencer ?](#)».
- Disposer d'une liste téléphonique à jour et la proposer au nouveau venu, en personne ou par courriel.
- Faites savoir au nouveau venu qu'il peut partager pendant la réunion ou simplement écouter.
- Faites-lui savoir qu'il n'est plus seul, qu'il se trouve dans un endroit sûr et que la vie peut s'améliorer s'il travaille les [Étapes](#).
- Si des nouveaux venus sont présents, envisagez de centrer les partages sur votre expérience en tant que nouveau venu.
- Ne faites pas pression sur eux pour qu'ils prennent la parole.
- Ne les ignorez pas.
- Si le nouveau venu est disposé à partager ses coordonnées, faites un suivi en lui envoyant un courriel, en l'appelant ou en lui envoyant un message texte.
- Acceptez-les tels qu'ils sont.
- Suggérez à votre intergroupe d'organiser un atelier sur la rétention des nouveaux venus afin



Écrire pour le Messenger

La date limite pour le numéro de février est le 10 janvier.

Se connecter avec la Région 6

Vous avez des questions, des commentaires ou des préoccupations concernant la Région 6 ? Vous pouvez contacter directement tous les membres du conseil d'administration de la Région 6. Ces informations sont disponibles sur [le site web](#). (en anglais)

Retour de la Convention des services Mondiaux

La première Convention des Services Mondiaux en huit ans se tiendra du 21 au 23 août à Orlando (Floride). Il s'agit d'une célébration mondiale axée sur le rétablissement, et non d'une conférence d'affaires. [Voici quelques informations supplémentaires à ce sujet](#). (en anglais)

Il existe des ateliers de toutes formes et

que tous les groupes sachent comment procéder.

- Utilisez les formats de réunion suggérés qui contiennent des formulations spécifiquement destinées aux nouveaux venus : « Au nouveau venu, nous suggérons d'assister à au moins six réunions différentes pour apprendre les nombreuses façons dont OA peut vous aider. Il existe de nombreux types de réunions, tous disponibles pour soutenir votre rétablissement de la compulsions alimentaires. Vous trouverez de l'espoir et de l'encouragement auprès des Outremangeurs Anonymes".

Lire « Notre invitation » lorsque de nouveaux venus sont présents.

- Partagez des informations sur les parrains disponibles.
- Faites en sorte que la rétention des nouveaux venus fasse partie du plan stratégique de votre intergroupe.
- Soyez créatif et partagez vos idées et vos réussites avec d'autres groupes.
- Invitez-les à venir à la prochaine réunion.

Notre promesse de responsabilité : Je suis responsable de toujours tendre la main des OA à tous ceux qui partagent ma compulsions et à être de tout cœur avec eux. Nous sommes tous responsables!

de toutes tailles !

Que faut-il pour organiser un atelier ?

1. Une idée
2. Quelques personnes volontaires
3. Un lieu
4. Un format

D'où viennent ces idées ?

Regardez et demandez autour de vous. Qu'est-ce que les gens veulent entendre, voir et apprendre à propos de leur programme ?

Certains ateliers durent des heures, d'autres une journée ou peuvent être une série de réunions.

Certains peuvent être amusants et divertissants !

La bibliothèque d'OA contient des formats, des sketches, des idées et bien d'autres choses encore. Organisez une équipe et lancez-vous !

Calendrier des événements à venir :

1er janvier, « Nouvelle année, nouvel engagement », Westfield, Mass.

5 janvier, Atelier du 1er dimanche (Zoom)

10 janv, Réunion à la chandelle du 19e anniversaire (hybride)

11 janv, 65e anniversaire d'OA (hybride)

19 janvier, Nouveaux départs heureux (Zoom)

25 janvier, Entretiens sur le rétablissement (Zoom)

26 janvier, Forum des Intergroupes (Zoom)

2 février, Atelier du 1er dimanche (Zoom)

3 février, Remise au BSM des candidatures aux postes d'administrateurs.

4 février, dépôt des demandes de bourses, des propositions d'information publique et des motions à l'Assemblée du printemps.

19 février, Ouverture des inscriptions à l'Assemblée du printemps.

22 février Journée de l'unité

Pour plus de détails sur les événements, consulter le calendrier de la Région 6. (en anglais)

Ressources du mois

Étape : Nous avons admis que nous étions impuissants devant la nourriture, que nous avions perdu la maîtrise de notre vie. Principe spirituel : Honnêteté

1er

Tradition : Notre bien-être commun devrait venir en premier lieu ; le rétablissement personnel dépend de l'unité des OA. Principe spirituel : Unité

Concept : La responsabilité finale et l'autorité des services mondiaux des OA relèvent de la conscience collective de notre Fraternité tout entière. Principe spirituel : Unité

Enregistrements sur le rétablissement (en anglais) :

Étape 1, 2022 | Étapes 1-3 : Les étapes de la réflexion, 2021 | Étapes 1, 2 et 3, 2020 | Honnêteté, 2018 | Le don qui se perpétue [Service], 2023 | La volonté est la clé, 2022



Boîte à suggestions

Ce bulletin d'information a été créé par le comité Web & Pub de la Région 6. Nous sommes impatients de répondre à vos questions, de partager vos histoires et de trouver des moyens de vous inspirer. Envoyez des recommandations et des suggestions pour le Messenger à webmaster@oaregion6.org.



Web Committee | PO Box 65 | Lynbrook, NY 11563 US

[Unsubscribe](#) | [Update Profile](#) | [Constant Contact Data Notice](#)



Try email marketing for free today!