

# Εβδομαδιαίο 2014 Σωσίβιο

Τόμος 5, Νο.11, 17-23 Μαρτίου

## Παίρνει λεπτά

Μπορώ να απορροφηθώ από σκέψεις και φωνές που λένε "δεν έχω χρόνο. Είμαι απασχολημένη αυτή τη στιγμή. Κανείς δεν θα προσέξει ότι δεν βρίσκομαι εκεί, άλλοι θα είναι εκεί".

Ωστόσο, σε πολλές περιπτώσεις έμαθα ότι η παρουσία έστω και ενός έχει αξία. Μία έγγραφη συνεισφορά στο ενημερωτικό δελτίο είναι ακριβώς ότι η Ανώτερη μου Δύναμη ήθελε να διαβάσω. Ή το εργαστήριο δεν θα γινόταν χωρίς την δέσμευση και την υπηρεσία έστω και ενός ατόμου.

Καμία συνεισφορά δεν είναι μικρή όταν αφορά την υπηρεσία. Να μερικά σχετικά χρονικά παραδείγματα :

- 1 λεπτό: παρουσίασε τον εαυτό σου ως τον εκπρόσωπο του Σωσιβίου της ομάδας σου.
- 1 λεπτό: κάλεσε ένα σύντομο τηλεφώνημα ή στείλε ένα e-mail.
- 5 λεπτά: τηλεφώνησε σε έναν νεοφερμένο.
- 10 λεπτά: γράψε ένα σύντομο άρθρο για το ενημερωτικό δελτίο της ομάδας σου.
- 20 λεπτά: κάλεσε μία κράτηση ή ετοίμασε ένα ενημερωτικό φυλλάδιο για μία επερχόμενη εκδήλωση.
- 30 λεπτά: ετοίμασε την αλληλογραφία (διευθύνσεις και γραμματόσημα) για τις κάρτες που θα σταλούν για συναντήσεις διαομάδας.

- 45 λεπτά: συντόνισε μια συνάντηση για τον προγραμματισμό εξεύρεσης πόρων.
- 60 λεπτά: πήγαινε στην συνάντηση της ομάδας σου.
- 90 λεπτά ανά μήνα: πήγαινε στην συνάντηση της διαομάδας
- 2 ώρες τον μήνα: διεκπεραίωσε δουλειές της γραμματείας.
- 32 ώρες: υποστήριξε την ετήσια «απόδραση» της διαομάδας σου.

-Σωσίβιο, Μάρτιος/Απρίλιος 2007

Ανώνυμοι Υπερφάγοι  
[www.anonymoi-yperfagoi.com](http://www.anonymoi-yperfagoi.com)



## Έμπνευση

Ανυπομονώ να βιώσω το υπόλοιπο της ζωής μου. Από δω και μπρος γίνεται μόνο καλύτερη.

- Σωσίβιο  
Ιούνιος 2007

Μία παρουσίαση για την Αποχή που δημιουργήθηκε από την Επιτροπή Υπευθύνων της 9<sup>ης</sup> Περιφέρειας είναι διαθέσιμη στο διαδίκτυο. Για περισσότερες πληροφορίες επισκεφτείτε: [oa.org/abstinencepowerpresentation/](http://oa.org/abstinencepowerpresentation/).

## ΚΑΛΕΣΜΑ ΓΙΑ ΥΠΗΡΕΣΙΑ

Ο L.G. από το Tarrytown στην Νέα Υόρκη των ΗΠΑ, έχει υπηρετήσει ως εκπρόσωπος του Σωσιβίου. Ο L.G. προσφέρθηκε να αγοράσει συνδρομές για αυτούς που δεν είχαν τα χρήματα να το αποκτήσουν. Σαν αποτέλεσμα, πολλά περισσότερα μέλη δώρισαν συνδρομές σε άλλα μέλη ανώνυμα.

**Εσύ με ποιον τρόπο μπορείς να προσφέρεις υπηρεσία αυτήν την εβδομάδα;**

**Θέλετε να διαβάσετε περισσότερα;  
Γίνετε συνδρομητές του  
e – Lifeline**

Είστε ήδη συνδρομητές; Μοιραστείτε το Lifeline Weekly με τους φίλους σας στους AY και ενθαρρύνετέ τους να γίνουν και αυτοί συνδρομητές!