

## IL CIBO È UN PROBLEMA? C'È UN AIUTO PER TE

Promosso da Overeaters Anonymous e CE.SE.DI.



**O. A.**

### PREMESSA

I disturbi dell'alimentazione stanno riguardando fasce sempre più ampie della popolazione italiana e spesso si manifestano sin dall'adolescenza.

Se non affrontati essi possono portare a gravi patologie quali l'obesità, la bulimia e l'anoressia. Tutti i mangiatori compulsivi hanno una cosa in comune: sono spinti a mangiare di più o di meno del necessario, in modi che non sono razionali. Non è solo quanto viene ingerito che definisce il "mangiatore compulsivo", ma i modi in cui cerca di controllare il cibo e il peso. Alcuni mangiatori compulsivi mangiano in segreto, altri sbandierano pubblicamente il loro eccesso alimentare. Alcuni mangiucchiano in continuazione, altri si abbuffano o vomitano, altri usano lassativi e diuretici o compensano con l'attività sportiva, altri ancora alternano digiuni e mangiare in eccesso, infine alcuni cercano di non mangiare affatto.

### PROPOSTA

**Un incontro di 2 ore** destinato sia ai docenti che agli studenti e alle famiglie organizzato presso la scuola richiedente, per presentare l'esperienza di O.A., in cui persone dell'Associazione porteranno la loro testimonianza di recupero dai disturbi legati al cibo. Sarà inoltre un'occasione per:

- Riflettere, a partire dalla esperienza degli insegnanti, sui disturbi legati all'alimentazione e sulla crescente diffusione del problema tra i giovani
- Presentare l'associazione OA ed il suo programma di recupero, efficace e gratuito, per affrontare questi problemi
- Presentare la testimonianza di alcuni membri che vivono il recupero dal mangiare compulsivamente
- Individuare insieme modalità di collaborazione tra scuola ed associazione per aiutare studenti e famiglie che potrebbero riconoscersi nel problema

### OVEREATERS ANONYMOUS – MANGIATORI COMPULSIVI ANONIMI

Overeaters Anonymous (O.A.) è una associazione nata nel 1960 seguendo il medesimo programma di recupero degli Alcolisti Anonimi, adattandolo ai problemi legati all'alimentazione. E' un'associazione di uomini e donne che, condividendo le proprie esperienze e sostenendosi reciprocamente, vivono il recupero da questa malattia.

Decine di migliaia di persone in tutto il mondo hanno sperimentato, grazie a questo programma, una nuova libertà, forza e speranza nella gestione del loro rapporto con il cibo e della loro vita. In Italia O.A. è nata nel 1988, ed è presente con più di 60 gruppi su tutto il territorio nazionale

Overeaters Anonymous è costituita interamente da persone che si recuperano dai disturbi dell'alimentazione e che hanno esperienza diretta con il problema. Precisiamo che qualsiasi attività organizzata in collaborazione con le scuole del territorio e le famiglie, non prevederà alcun costo essendo svolta dai membri gratuitamente. Anche la partecipazione ad O.A. è completamente gratuita.

Si può contattare l'Associazione telefonando al 389.92.45.526

### ADESIONI

I docenti interessati sono pregati di far pervenire al CE.SE.DI. l'apposita scheda **entro il 20 ottobre 2014.**

REFERENTE Emanuela CELEGHIN  
Tel. 011.8613691 – fax 011.8614494 e-mail:  
celeghin@provincia.torino.it

Riferimenti O.A.  
www.oa-italia.it  
mail: intergruppiemonte@oa-italia.it  
tel 389 9245526