

Beställa litteratur

Nedanstående material kan beställas från EA Sverige Servicegrupp. Vi översätter från engelska, trycker och säljer litteratur med tillstånd av Emotions Anonymous International (St. Paul, Minnesota, USA), som innehar upphovsrätten till all EA-litteratur.

Tacksamhet

Den här texten fokuserar på alla de positiva effekter en attityd av tacksamhet kan ha på våra liv. Originaltexten är skriven av EA-medlemmar i Tyskland. Bra läsning på temamöte eller hemma i soffan. Folder 95. Två A4-sidor.

"Tacksamhet" kostar 5 kr.

Hopp

I denna folder lanseras tanken att vi, med hjälp av EA:s tolvstegsprogram, kan välja att leva ett hoppfullt liv. Hopp som en valmöjlighet. Bra inspiration i dessa besvärliga tider! Folder 85. Två A4-sidor.

"Hopp" kostar 5 kr.

Uppskjutande

Händer det att du skjuter upp viktiga uppgifter tills det nästan är för sent? Kan detta bidra till att ditt liv blir ohanterligt? Då kan den här foldern vara intressant för dig. Det är en bra text, lämplig för temamöten eller enskild läsning. Folder 81. Två A4-sidor.

"Uppskjutande" kostar 5 kr.

Idag

Vår meditationsbok "Idag" är skriven av EA-medlemmar i USA för var och en som vill ägna några minuter varje dag åt eftertanke, bön och meditation. Översättningen till svenska är gjord av en medlem i EA Sverige Servicegrupp. Boken är tänkt som en hjälp för oss att leva vårt program en dag i taget. Det är vår förhoppning att dessa dagliga läsningar och reflektioner ska hjälpa oss att finna sinnesro, mod och visdom. Så viktiga i våra dagliga liv och världen vi lever i - idag. 382 A6-sidor.

"Idag" kostar 165 kr.

20 "känslofoldrar"

Här finner du kärnfulla texter om olika känslor och tillstånd som berör de flesta av oss. Lämpliga att studera på egen hand eller läsa som tema på ett möte. Foldrarna tar upp följande ämnen: Kontroll, Ensamhet, Självuppskattning, Förbittring, Rädsla, Vrede, Obeslutsamhet, Perfektionism, Förlåtelse, Självmod, Kärlek, Depression, Sorg, Skam, Ångest, Tålamod, Sinnesro, Uppskjutande, Hopp och Tacksamhet. Paketpriset gäller foldrarna nummer 40-59 samt 81-95. Två A4-sidor per folder.

Alla 20 foldrar kostar 80 kr eller 5 kr/st.

Vänd

Steg för Steg

Steg för Steg är ett häfte som sammanställts för att hjälpa Dig att förstå och arbeta på djupet med de 12 stegen i Emotions Anonymous. Vi kan ha läst och diskuterat de 12 Stegen många gånger och ändå har vi inte nått en klar förståelse för deras betydelse i våra liv. Att skriva ner svaren på frågorna i detta häfte och dela dem med en sponsor eller femtestegsperson kan hjälpa oss att förbättra vår självinsikt. 35 A5-sidor.

"Steg för Steg" kostar 30 kr.

Hur det fungerar

Detta häfte innehåller utförliga beskrivningar av vart och ett av de 12 stegen i EA:s program för tillfrisknande och förslag på hur man kan arbeta med dem. Dessa texter läses vanligen som inledning till EA-möten som fokuserar på ett av stegen. Det kan också vara givande att ha ett eget exemplar för att i lugn och ro reflektera över innehållet i texterna. 55 A5-sidor.

"Hur det fungerar" kostar 40 kr.

Traditionerna

EA:s tolv traditioner beskrivs ingående i detta häfte. Traditionerna innehåller vägledning för hur man får en EA-grupp att fungera på ett bra sätt och visar på hur varje medlem i gruppen har ett ansvar att bidra till gruppens framgång. Traditionerna är inga tvingande regler utan enbart råd som bygger på mångårig erfarenhet. Varje traditionstext avslutas med några frågor som var och en kan ställa sig. En mycket viktig text för alla som vill hjälpa till att få sin EA-grupp att fungera väl. 39 A5-sidor.

"Traditionerna" kostar 30 kr.

EA:s historia

I år är det 50 år sedan EA bildades. I det här häftet kan du lära dig mer om hur det gick till och om en del viktiga händelser genom åren. Texten är utdrag ur två olika böcker som EA International har givit ut men som inte finns översatta i sin helhet till svenska. "Emotions Anonymous" och "It Works If You Work It". Ett intressant häfte att läsa för den som vill veta mer om EA:s historia. 14 A5-sidor.

"EA:s historia" kostar 15 kr.

Emotions Anonymous Sverige Servicegrupps Kompletta litteraturlista				
Nr	TITEL	Pris	Antal	Sum
1	EA:s tolvstegsprogram (gula foldern)	5 kr		
2	EA helt enkelt	10 kr		
6	Gruppinventering	5 kr		
7	Förslag till mötesordning	5 kr		
8	Service	5 kr		
11	En nyckel till framgångsrika grupper	15 kr		
15	Min emotionella sjukdom och återhämtning	5 kr		
22	Exempel på pressmeddelande	5 kr		
23	Till min familj, mina släktingar och vänner	5 kr		
25	Sponsorskap	5 kr		
27	Vägledning för nykomlingar	5 kr		
28	Välkommen till ett nytt sätt att leva	5 kr		
31	Hjälp till ett bättre liv	5 kr		
36	Förslag för kämpande grupper	5 kr		
37	Varför är detta ett stegmöte?	5 kr		
40	Kontroll	5 kr		
42	Ensamhet	5 kr		
45	Självuppskattning	5 kr		
46	Förbittring	5 kr		
47	Rädsla	5 kr		
48	Vrede	5 kr		
49	Obeslutsamhet	5 kr		
50	Perfektionism	5 kr		
51	Förlåtelse	5 kr		
52	Självmod	5 kr		
53	Kärlek	5 kr		
54	Depression	5 kr		
55	Sorg	5 kr		
56	Skam	5 kr		
57	Ångest	5 kr		
58	Tålamod	5 kr		
58	Sinnesro	5 kr		
61	Hur det fungerar (De Tolv Stegen)	40 kr		
62	Att bibehålla gruppens sinnesro	6 kr		
63	Introduktion av EA för sjukvårdspersonal	5 kr		
66	Att Stödja Din Stödorganisation	5 kr		
81	Uppskjutande	5 kr		
85	Hopp	5 kr		
95	Tacksamhet	5 kr		
"Känslolofdrarna", pris vid köp av alla 20 (40-59 och 81-95)		80 kr		
S1	EA:s historia	15 kr		
S2	Möteslista Sverige	1 kr		
S40	Traditionerna	30 kr		
S42	Steg för Steg (arbetsbok)	30 kr		
IDAG - Meditationsbok: en text för varje dag på året		165 kr		
		Summa		
		Frakt		
		Att betala		

Vänd

Datum:	Faktura nr:	Betala senast:
Beställare:		

Vid beställning anges: namn och adress, vilka foldrar (nummer där sådant finns) och hur många du vill ha.

Frakt tillkommer på priset för din beställning, beroende på mängd.

Du som betraktar dig som medlem i EA får gärna lägga till en gåva till Servicegruppen när du betalar.

e-Post: benkt.friskvard@gmail.com

Telefon: 0735 - 93 05 43

Skicka beställning till:

Benkt Olsson
Lundavägen 2
247 34
SÖDRA SANDBY
Sverige

Ovanstående material är upphovsrättsskyddat och det är inte tillåtet att kopiera foldrar själv! EASS har av EA International fått rättigheterna att mångfaldiga vårt svenska EA-material. Undantag från detta är foldrarna 27, 28, 63 och 66 vilka får kopieras av enskilda EA-grupper. Det går att beställa vita original av dessa foldrar för egen kopiering. Dessa foldrar är avsedda att delas ut gratis till nykomlingar eller på annat sätt som grupperna själva bestämmer.

All engelskspråkig EA-litteratur finns inte översatt till svenska. För den som vill ta del av litteratur på engelska går det bra att beställa från Online Store på <https://emotionsanonymous.org/eai-literature/online-store.html>.

Denna litteraturlista, samt information om svenska EA-grupper och annat om EA i Sverige finns att ta del av på emotionsanonymous.se.

Vårt Plusgironummer är: 64 29 04-7

Vårt organisationsnummer är: 802440-1211

Kontakta oss på: info@emotionsanonymous.se