

De tolv tradisjoner

1. Vår felles velferd bør komme først; personlig tilfriskning er avhengig av OAs enhet.
2. For vårt gruppeformål finnes bare en endelig autoritet – en kjærlig Gud slik Han måtte uttrykke seg i vår gruppesamvittighet. Våre ledere er bare betrodde tjenere; de regjerer ikke.
3. Den eneste kravet for medlemskap er et ønske om å slutte å spise tvangsmessig.
4. Hver gruppe bør være selvstyrt unntatt i saker som berører andre grupper eller OA som helhet.
5. Hver gruppe har bare ett hovedformål – å bringe sitt budskap til tvangsoverspiseren som fremdeles lider.
6. En OA gruppe bør aldri gi sin tilslutning til, finansiere eller låne OAs navn til noe beslektede tilbud eller utenforstående foretagende, for at ikke problemer med penger, eiendom, og prestisje skal avlede oss fra vårt hovedformål.
7. Hver OA gruppe bør være fullt ut selvforsørgende og avslå bidrag utenfra.
8. Anonyme Overspisere bør alltid forbli ikke-profesjonell, men våre servicesentre kan ansette spesialarbeidere.
9. OA, som sådan, bør aldri bli organisert; men vi kan opprette serviceorgan eller komiteer som er direkte ansvarlig overfor dem de tjener.
10. Anonyme Overspisere har ingen mening om utenforstående saker; derfor OAs navn aldri bør bli dratt inn i offentlig diskusjon.
11. Vår politikk overfor offentligheten er basert på tiltrekning heller enn propaganda; vi må alltid opprettholde personlig anonymitet overfor presse, radio, filmer, fjernsyn, og andre massemedia.
12. Anonymitet er det åndelige grunnlag for alle disse tradisjoner, som alltid minner oss på å plassere prinsipper foran personligheter.

Tillatelse til å bruke Anonyme Alkoholikers Tolv Tradisjoner for tilpasning gitt av AA World Services, Inc.

Anonyme Overspisere Intergruppe Oslo
c/o Retretten
Grønlandsleiret 39 4. etg.
0190 OSLO