



#### DIE EA-GEMEINSCHAFT WÄHREND DER CORONA-KRISE



Liebe EA-Freund\*innen,

die aktuelle Corona-Krise wirkt sich auch auf unsere EA-Gemeinschaft aus. Persönliche Meetings sind zurzeit in ganz Deutschland untersagt (Stand: Samstag, 28. März). Wir hoffen sehr, dass sich das bald ändert und wir uns bald wieder gefahrlos persönlich treffen können! Solange die Regelung zur Kontakteinschränkung gilt, müssen wir uns damit arrangieren.

Eine Möglichkeit, die EA-Gemeinschaft trotz Corona zu leben, sind **Telefon- und Video-Meetings**. Viele EA-Freund\*innen haben solche Meetings bereits aufgesetzt. In Hamburg laufen z.B. seit Ende März Telefonmeetings zu den üblichen Zeiten der regulären Meetings. Diese Telefonmeetings sind gut besucht, häufig sind zehn oder mehr Freund\*innen telefonisch verbunden. Die Meetingleitung wechselt wöchentlich, analog zum Schlüsseldienst. So verteilen sich die Aufgaben auf vielen Schultern. Sehr hilfreich ist die Vernetzung mit benachbarten EA-Gruppen.

Wer Lust hat, selbst in seiner/ihrer Region Telefonmeetings aufzusetzen: Hilfreiche Hinweise zur Umsetzung findet ihr auf unseren Webseiten.

#### - **Skype-Meetings**

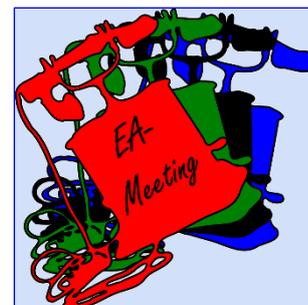
Infos, wie das technisch funktioniert findet ihr hier: [www.ea-selbsthilfe.net](http://www.ea-selbsthilfe.net)

#### - **Telefonmeetings**

Einen Leitfaden für Organisator\*innen und Teilnehmer\*innen findet ihr hier: [www.ea-hamburg.net](http://www.ea-hamburg.net). Hier findet ihr auch Updates zu Terminen.

#### - **Newsletter von EA International**

Viele inspirierende Informationen zum Umgang mit der Corona-Krise enthält der monatliche Newsletter von EA International. Hier könnt ihr ihn abonnieren: <https://emotionsanonymous.org/>



Wenn ihr dazu Fragen oder Anregungen habt, Hilfe braucht oder selbst aktiv werden wollt, wendet euch gerne an uns. Wir versuchen, euch zu helfen, so gut wir können. Wir empfehlen euch: Bleibt auch über die Distanz miteinander in Kontakt, schreibt euch, telefoniert miteinander und beachtet bitte die behördlichen Vorgaben. Wir alle brauchen Menschen und sind nicht allein - ganz besonders jetzt!

Gute 24 Stunden euch allen!  
Hamoud (Intergruppensprecher)

## INTERGRUPPENSPRECHER



Liebe EA-Freund\*innen,

im März haben wir unsere Frühjahrsversammlung der Intergruppe (IGV) in Mannheim abgehalten. Ein Glücksfall, dass dieses Treffen noch stattfinden konnte: Wenige Tage später wurden sämtliche Veranstaltungen dieser Art aufgrund der Corona-Krise untersagt. Die Veranstaltung habe ich als sehr harmonisch und konstruktiv empfunden. Das „Highlight“ für mich war das neu gebildete Team, das den Literaturversand seit Anfang März wieder aufgenommen hat. Das zeigt, dass sich unsere Dienste gut gemeinschaftlich besetzen und damit leichter stemmen lassen.

Auch verschiedene andere Projekte wurden besprochen: Die Vorbereitungen des EA-Deutschlandtreffens im September in Hamburg, die Planung der 50-Jahre-EA-Feier 2021, die Weiterentwicklung der Webseite und neue Ideen zur Gewinnung neuer engagierter EA-Freund\*innen sind nur einige Beispiele. Im Detail informieren wir euch gerne später über die Ergebnisse unserer IGV; auch bei der jährlichen Versammlung der Gruppensprecher im Rahmen des Deutschlandtreffens werden sich viele Themen wiederfinden.

All das empfinde ich als sehr positive Entwicklung unserer EA-Gemeinschaft in Deutschland. Ich freue mich schon auf die weitere Arbeit mit euch! Wer sich auch selbst engagieren möchte: Schreibt uns gerne an, es gibt viele spannende Aufgaben.

Gute 24 Stunden euch allen!  
Hamoud (Intergruppensprecher)

Kontakt: [intergruppensprecher\(at\)ea-selbsthilfe.net](mailto:intergruppensprecher(at)ea-selbsthilfe.net)

---

## LITERATUR

Wer sich im Literaturteam einbringen möchte, ist ganz herzlich willkommen. Im Mittelpunkt unserer gegenwärtigen Arbeit (die zur Zeit coronabedingt kontaktfrei stattfindet) steht das neue Buch "Es tut sich was, wenn du was tust".

Ab Jahresmitte werden verschiedene Flyer und Broschüren überarbeitet. Das Kalenderprojekt ist gut vorangekommen, es sieht im Moment so aus, dass wir zum Deutschlandtreffen in Hamburg eine fertige Variante vorstellen, die man dann auch direkt dort kaufen kann.

Gute 24 Stunden Euer Literaturteam

Kontakt: [literatur\(at\)ea-selbsthilfe.net](mailto:literatur(at)ea-selbsthilfe.net)



## 50-JAHR FEIER

Die Vorbereitungen für das Jubiläum im nächsten Jahr (5.-8.8.2021) laufen gut, wer sich einbringen möchte, darf sich gerne melden. Beim Deutschlandtreffen in Hamburg werden mögliche "kaufbare Andenken" vorgestellt, die dann beim Fest angeboten werden.

Kontakt: [botschaft@ea-selbsthilfe.net](mailto:botschaft@ea-selbsthilfe.net)



---

## EA DEUTSCHLANDTREFFEN 2020 IN HAMBURG MIT GRUPPENSPRECHERVERSAMMLUNG



Für das Wochenende vom 18. bis 20. September ist das EA-Deutschlandtreffen in Hamburg geplant. In diesem Rahmen soll auch die Gruppensprecher-Versammlung stattfinden, zu der alle EA-Freund\*innen und insbesondere die Gruppensprecher\*innen von EA-Gruppen herzlich eingeladen sind. Bei der Intergruppenversammlung im März haben wir beschlossen, die Gruppensprecher\*innen bei den Reisekosten verstärkt zu unterstützen. Das gilt vor allem für Fälle, in denen die Teilnahme an dem Treffen aus finanziellen Gründen sonst nicht möglich wäre. Falls das für euch relevant ist und ihr finanzielle Unterstützung für die Anreise braucht, sprecht dazu gerne den Finanzdienst von EA Deutschland an: [finanzen@ea-selbsthilfe.net](mailto:finanzen@ea-selbsthilfe.net).

Zur Erinnerung: Wer ein Bett in der Jugendherberge in Hamburg über EA buchen möchte, kann das bis zum **10. Mai 2020** tun. Details dazu findet ihr hier: [www.ea-hamburg.net](http://www.ea-hamburg.net). Nach diesem Datum werden alle verbleibenden Reservierungen aus unserem EA-Kontingent in der Jugendherberge storniert. Eine Buchung muss dann direkt über die Jugendherberge auf eigene Verantwortung geschehen, ohne Gewähr, ob noch Zimmer frei sind.

Momentan können wir nicht absehen, wie sich die Situation mit Corona entwickeln wird. Daher können wir auch nicht garantieren, dass das Deutschlandtreffen wie geplant stattfinden kann. Wir halten euch aber über alle Entwicklungen auf dem Laufenden. Abonniert dazu am besten unseren Newsletter über [kontaktstelle@ea-selbsthilfe.net](mailto:kontaktstelle@ea-selbsthilfe.net).

Gute 24 Stunden wünscht euch  
Das Organisationsteam des EA-Deutschlandtreffens 2020

---

## FINANZEN

Auf der Intergruppenversammlung (Frühjahrs-IGV) wurde Rüdiger kommissarisch zum Diensttuenden Finanzen von der IG gewählt. Dir Rüdiger ein herzliches Willkommen! Ich freue mich sehr, dass du uns und die EA-Gemeinschaft mit deinen Fähigkeiten und der gelassenen Art bereicherst. Wir beide als Finanz-Team arbeiten schon seit dem November 2019 arbeitsteilig und gerne zusammen und sind auch gespannt, wer sich noch für die Finanzen engagieren möchte.

Kay (Koblenz)  
Kontakt: [finanzen@ea-selbsthilfe.net](mailto:finanzen@ea-selbsthilfe.net)



## BOTSCHAFT

Seit inzwischen zwölf Ausgaben finden sich immer wieder EA-Freundinnen und Freunde, die ihre Erfahrung, Kraft und Hoffnung in einem Beitrag teilen. Dies bereichert unsere Gemeinschaft, vielen Dank dafür.

In einer der nächsten Ausgaben wird es um die Werkzeuge der Genesung gehen. Könntest du dir vorstellen etwas zu folgenden Stichworten aufzuschreiben und zu schicken? "Meeting", "EA-Literatur", "Meditation und Gebet", "Nüchternheit der Gefühle" und "Anonymität".

Möglich sind kurze Begebenheiten, wenige Zeilen über die eigene Erfahrung, ein Lebensbericht oder was dir sonst wichtig ist.

Botschaftsabos können weiterhin bestellt werden (4 Ausgaben für 11€), gerne auch als Geschenk an Gruppen oder Einzelpersonen.



Gute 24 Stunden von Karin und dem Botschaftsteam

Kontakt: [botschaft@ea-selbsthilfe.net](mailto:botschaft@ea-selbsthilfe.net)

## PINNWAND



- 18. - 20. Sept. 2020 EA-Jahrestreffen in Hamburg
- 21. - 22. November IGV II in Mannheim
- 5. - 8. Aug. 2021 Jubiläums- & EA-Jahrestreffen in Bad Herrenalb

Wir möchten mehr junge Menschen für das Programm interessieren und unsere Anziehung auf jüngere Menschen erhöhen. Wer sich hier angesprochen fühlt, Ideen hat und diese auf den Weg bringen und begleiten / betreuen kann, sind wir sehr dankbar und erfreut.

Stichwörter: Neue Medien, Facebook, Internet, Öffentlichkeitsarbeit.

Mehr Infos findet ihr wie immer auf [www.ea-selbsthilfe.net](http://www.ea-selbsthilfe.net) und melden könnt ihr euch bei jeder der Mailadressen im Impressum oder über das Kontaktformular auf der Website.

## KONTAKTSTELLE

Wer sich für den Info-Brief EA-Aktuell anmelden möchte, kann dies gerne tun: bei [kontaktstelle@ea-selbsthilfe.net](mailto:kontaktstelle@ea-selbsthilfe.net).

Nutzt die Telefon- und Skypemeetings und bleibt in Kontakt und unterstützt euch gegenseitig!

Bleibt gesund und auf Abstand!

Gute 24 Stunden, euer Kontaktstellen-Team

Kontakt: [kontaktstelle@ea-selbsthilfe.net](mailto:kontaktstelle@ea-selbsthilfe.net)



# MEETINGLISTE

EMOTIONS ANONYMOUS Selbsthilfegruppen für emotionale Gesundheit		Anfragen an: meetingliste@ea-selbsthilfe.net		Nachfragen an: ke	
Meetingliste Stand 1.9.2020					
<b>Die Angaben in dieser Liste sind so aktuell wie die Informationen, die die einzelnen Gruppen an EA Deutschland melden.</b>					
<b>1. Teil</b>					
<b>Meetingsorte in Deutschland, alphabetisch sortiert:</b>					
50700	Aachen	44478	Bonnstadt-Klein	31773	Oeffing
50752	Aalen / Westf. Muehlenraede	44537	Bilkau	30670	Orsbach
50772	Amburg	46395	Bocholt	30395	Osagen
50853	Andersbach	44901	Bochum	40982	Orsbach
50739	Aschaffenburg	53119	Bonn-Kessenich	20149	Hamburg
50152	Auerberg	20100	Braunschweig	20655	Hamburg
70327	Bad Homburg	79199	Bremen	20399	Hamburg
10443	Bad Nunnach	20203	Bremen	21079	Hamburg
70530	Baden-Baden	29217	Bremen-Valto	22780	Hamburg
80417	Bamberg	20327	Bremen-Neue-Valto	85452	Ilmenau
51989	Beratesch-Gleibach-Hedkamp	54369	Barmstedt	30539	Hannover
10855	Berlin-Moabit	89307	Billingen an der Dunsau	72279	Heckeln
10585	Berlin-Charlottenburg	40339	Birselore	08119	Hendrich
10960	Berlin-Gesundh.	89309	Bischofsweier	18909	Hellfeld
70545	Berlin-Neukölln	81087	Birrenhof	00243	Heide-Ne
		54345	Bischof	07117	Heide
		40215	Düsseldorf	07055	Kaisers
		09223	Düsseldorf	78197	Kaisers
		73479	Erlangen	70277	Kaisers
		50074	Erfeldt-Lichtenfeld	21117	Kaisers
		41817	Friedberg	07406	Kerp.F.H.
		81059	Friedberg	80073	Köthen
		71769	Friedberg	09016	Köln-N
		45127	Essen	50677	Köln-N
		53879	Furchehen	50733	Köln-N
		21827	Fürstburg	50923	Köln-E
		80389	Frankfurt/Main-Hornheim	41739	Koestn
		50487	Frankfurt/Main-Bockenheim	88471	Laubach
		11103	Friedberg / Homburg	03110	Lützen
		41165	Friedberg	26602	Laubach

Demnächst möchte ich die jährliche allgemeine Abfrage der Meetingsdaten vornehmen. Diese Abfrage findet per Email statt und wird an alle uns bekannten Email-Adressen geschickt.

Es geht dabei um die Daten der Meetings und der Einzelkontakte, wie sie VOR der Corona-Zeit waren und vermutlich auch nach dieser Zeit wieder sein werden.

Die Antwortquote wird von Jahr zu Jahr höher und das freut mich sehr.

**Ihr würdet mir sehr helfen, wenn jede/r von Euch auf diese Email-Anfrage eine Antwort schickt. Ansonsten müsste ich VIELE Nachfrage-Emails schreiben oder die Kontaktpersonen anrufen, um diese Informationen zu erhalten. Das ist ein erheblicher Mehraufwand für mich, den ich nicht möchte.**

Danke für Eure Unterstützung und Eure Geduld.

Gute 24 Stunden wünscht Euch Karin aus Tübingen

Kontakt: [meetingliste@ea-selbsthilfe.net](mailto:meetingliste@ea-selbsthilfe.net)

## EA-Selbsthilfe e.V.

Postanschrift: EA-Selbsthilfe e.V.  
c/o Frau Hellmann  
Am Deichfeld 23  
30890 Barsinghausen

Verein: EA-Selbsthilfe e.V.  
c/o Rode  
Anna-Kloos-Straße 27  
61169 Friedberg

Homepage: [www.ea-selbsthilfe.net](http://www.ea-selbsthilfe.net)

Mailadressen:

Meetingliste: [meetingliste@ea-selbsthilfe.net](mailto:meetingliste@ea-selbsthilfe.net)  
Finanzen: [finanzen@ea-selbsthilfe.net](mailto:finanzen@ea-selbsthilfe.net)  
Internet: [internet@ea-selbsthilfe.net](mailto:internet@ea-selbsthilfe.net)  
Literatur: [literatur@ea-selbsthilfe.net](mailto:literatur@ea-selbsthilfe.net)  
Öffentlichkeit: [oeffentlichkeit@ea-selbsthilfe.net](mailto:oeffentlichkeit@ea-selbsthilfe.net)

Botschaft: [botschaft@ea-selbsthilfe.net](mailto:botschaft@ea-selbsthilfe.net)  
IG-Sprecher: [intergruppensprecher@ea-selbsthilfe.net](mailto:intergruppensprecher@ea-selbsthilfe.net)  
Kontaktstelle: [kontaktstelle@ea-selbsthilfe.net](mailto:kontaktstelle@ea-selbsthilfe.net)  
Versand: [versand@ea-selbsthilfe.net](mailto:versand@ea-selbsthilfe.net)  
Regionalbetreuung: [regionalbetreuung@ea-selbsthilfe.net](mailto:regionalbetreuung@ea-selbsthilfe.net)

**Literaturversand: [literaturversand@ea-selbsthilfe.net](mailto:literaturversand@ea-selbsthilfe.net)**