



INFORMATIONEN FÜR EA - ERZÄHLT ES IM ARBEITSMEEETING - SPRECHT DARÜBER

GRUßWORT DES INTERGRUPPENSPECHERS

Dienst ist Genesung

Liebe Mitglieder in EA, liebe EA-Freundinnen und -Freunde,

dass Dienst Genesung sei, kann man in unseren Kreisen immer wieder hören. Manche von uns mögen diese Aussage für einen billigen Rekrutierungstrick für unbezahlte und ehrenamtliche Arbeit betrachten und „dankend“ abwinken: „Ohne mich! Das sollen andere machen, die dumm genug sind, ihre Arbeitskraft und Lebensenergie für andere zu vergeuden! Ich bin mir selbst der/die Nächste und habe genug mit mir selbst zu tun.“

Bevor wir zu EA kamen, waren viele von uns in die Teufelskreise ihrer Ängste oder Depressionen, ihres Grolls oder ihrer Sturheit, ihrer Minderwertigkeitsgefühle oder Süchte verstrickt. Bei EA konnten wir erkennen, dass wir uns selbst nicht am eigenen Schopf aus unserer Misere ziehen können. Wir brauchten das Mitteilen in der Gruppe, die Empathie von anderen Menschen und das Vertrauen in unsere Höhere Macht, um unsere Schwierigkeiten akzeptieren zu können und Wege zu finden, damit umzugehen. Und wir haben erlebt, dass unsere Aufmerksamkeit und unser Dasein im Meeting oder als Sponsor anderen helfen können, sich zu öffnen und wieder neu Vertrauen zu schöpfen. Wir haben erfahren, dass wir zu etwas gut sind und dies war für viele ein weiterer Schritt auf ihrem Genesungsweg.

Wenn Heinz Kappes, einer der Gründungsväter der deutschen EA, den Dienst als das dritte Bein des Hockers bezeichnet, auf dem wir sitzen (Blaues Buch, S. 284), dann spricht er genau diese Erfahrung an. „Fehlt ein Bein eines dreibeinigen Hockers, dann kippt er um.“ (Als die beiden anderen „Beine des Hockers“ nennt Bill, ein Mitbegründer der AA, die Genesung und die Einigkeit – s. oben, S. 276.)

Indem wir einen Dienst tun, erschaffen wir die Möglichkeit, unsere Talente zu entfalten wie sich eine Blüte entfaltet. Einen Dienst zu tun verschafft uns die Möglichkeit, die Freude über unsere eigene Wirksamkeit zu erfahren, unsere Wertschätzung für uns selbst, für anderen Menschen und für unsere Höhere Macht zum Ausdruck zu bringen, die Verantwortung zu übernehmen, der wir vielleicht lange aus dem Weg gegangen sind, die Widerstände zu überwinden, mit denen wir uns unser bisheriges Lebens lang herumgeschlagen haben, unsere Dankbarkeit zu zeigen für das, was uns geschenkt wurde, und damit einen wichtigen Schritt in Richtung unserer eigenen Genesung zu tun.



Als IG-Sprecher bin ich dankbar und freue ich mich über die vielen Dienste, die ihr in euren Gruppen und für EA als Ganzes wahrnehmt. Alle, die einen Dienst ausführen – sei es den Schlüsseldienst für den

Meetingraum, den Internetdienst zur Gestaltung der Homepage, den Finanzdienst zur Verwaltung der Spenden, den Literaturdienst zur Herausgabe von Büchern und Broschüren oder die Korrespondenz mit EA International – tragen dazu bei, das, was wir als hilfreich und heilsam erlebt haben, in die Welt hinauszutragen und anderen Hilfesuchenden zugänglich zu machen und damit selbst weiter zu genesen.

Und jetzt kommen noch ein paar Sätze in eigener Sache: Wir sind derzeit in der glücklichen Lage, dass alle Dienste in der Intergruppe (außer dem Botschaftsdienst) mit zumindest einer Person besetzt sind. Allerdings fehlt in vielen Diensten noch die zweite Person, die laut Struktur von EA Deutschland vorgesehen ist. Viele von euch werden die Erfahrung kennen, wie mühsam es ist, alleine für eine bestimmte Aufgabe zuständig zu sein und wie erleichternd es sein kann, wenn man eine zweite Person an seiner Seite weiß. Magst du den Umgang mit Worten, Sprache, mit Literatur, bist du technikbegeistert oder schlägt dein Herz dafür, EA mehr Menschen näher zu bringen? Dann könnte das Literatur-Team, der Internetdienst oder die Öffentlichkeitsarbeit etwas für dich sein. Die Gelegenheit ist günstig, weil viele Diensttuende da sind, die eingearbeitet sind und voraussichtlich auch im kommenden Jahr noch ihren Dienst wahrnehmen werden. Es ist also ein leichtes, sich dazu zu gesellen und sich ohne Druck in eine neue Aufgabe einzuarbeiten. Insofern freue ich mich und freuen wir uns in der Intergruppe und in den verschiedenen Teams über eure Bereitschaft, einen Dienst für EA Deutschland zu übernehmen. Die Gelegenheit dazu werdet ihr spätestens bei unserem diesjährigen Jahrestreffen in Frankfurt haben.

Ich wünsche euch alles Gute zum neuen Jahr und für jeden Tag gute 24 Stunden.
Euer Intergruppensprecher Thomas

TERMINE 2024



09.- 12.02. in Fulda: **EA-Treffen**

16.- 18.08. in Frankfurt/Main (DJH): **Jahrestreffen EA**, Anmeldefrist bis 07.07.

<https://www.ea-selbsthilfe.net/wp/wp-content/uploads/Flyer-Jahrestreffen-2024-Frankfurt.pdf>

Termine, Einladungsflyer, Anmeldekontakte findet ihr auch auf <https://www.ea-selbsthilfe.net/aktuelles/>

FINANZDIENST



Unsere Finanzlage ist weiterhin stabil.

Durch permanente Beobachtung und das vier Augenprinzip sowie die gute Team-Arbeit im Finanzteam sind die Finanzen im sicheren Griff.

Auch im Jahr 2023 konnten wir für unseren Buchdruck Rücklagen bilden, so dass wir den Druck des neuen Buches Bestell-Nr. 014 (Es tut sich was, wenn du was tust) dieses Jahr in Angriff nehmen können.

Die Spendenbereitschaft der Gruppen und auch Einzelner sowie der EA-Treffen, insbesondere das Deutschlandtreffen haben zu einem guten Spendenergebnis geführt. Wir möchten auf diesem Wege nochmals allen Gruppen, allen EA-Freundinnen und EA-Freunden von ganzem Herzen danken für die finanziellen Unterstützung der EA-Gemeinschaft. Denn nur durch Euch ist auch unsere Arbeit für EA überhaupt möglich.

Liebe Grüße und viele gute 24 Stunden
Euer Finanzteam

BOTSCHAFT – SCHRIFTLICHES MEETING

Wie geht es weiter?

Bei der IGV am 27.01.24 wurden Ideen zusammen getragen, wie es mit der Botschaft, dem themenbezogenen schriftlichen Meeting, weiter geht. Bis Dezember 2023 hat Karin (KA) ambitioniert Ihre Energie gegeben, um die Botschaft zu gestalten.

Lieben Dank an Karin (KA).

[EA-Botschaft | Emotions Anonymous Germany \(ea-selbsthilfe.net\)](https://ea-selbsthilfe.net)



Fühlt euch/ fühl dich eingeladen, Ideen und Beiträge, auch unausgefeilte, einfach an die EA-Aktuell Mailadresse (Stef) zu senden. Ich veröffentliche nichts von den Beiträgen und leite auch nichts weiter, ohne vorherige Rückfrage.

Mit euch zusammen berichte ich an dieser Stelle auch in Zukunft über die weitere Entwicklung.

[<ea-aktuell\(ät\)ea-selbsthilfe.net>](mailto:ea-aktuell@ea-selbsthilfe.net)

KONTAKTSTELLE



Alles Gute von Gerhard
... bei Anliegen:

[<kontaktstelle\(ät\)ea-selbsthilfe.net>](mailto:kontaktstelle@ea-selbsthilfe.net)

REGIONALBETREUUNG

Deutschlandweit existieren 6 Regionalgebiete.

Zur Versammlung der Regionalsprecher:innen (3. RSV) wären leider nur 2 Sprecher:innen vor Ort in die JH Heidelberg gekommen, sodass es vor dem Hintergrund der entstehenden Kosten für EA nicht angemessen gewesen wäre, die Veranstaltung in dieser Weise durchzuführen. Wir werden deshalb eine andere Art der Vernetzung wählen.



In vielen Landesteilen von Deutschland existieren noch keine Regionalgebiete. Wer die Initiative in diesen Landesteilen starten und ein Regionalgebiet für seine und die umliegenden EA-Gruppen gründen möchte, möge sich gern beim Dienst Regionalbetreuung melden. Ich unterstütze gern dabei. Erreichbar bin ich per Mail: [<regionalbetreuung\(ät\)ea-selbsthilfe.net>](mailto:regionalbetreuung@ea-selbsthilfe.net)

Gute 24 Stunden, Kay (KO)



SPONSORSCHAFT UND CO-SPONSORSCHAFT

[Sponsorschaft | Emotions Anonymous Germany \(ea-selbsthilfe.net\)](https://ea-selbsthilfe.net)

DIENST ÖFFENTLICHKEIT

Wir sind immer noch dabei, Vorschläge zu sammeln, wie EA-Gruppen für Menschen, die Unterstützung suchen, sichtbar werden können. Eine Gruppe hat uns geschrieben, dass sie ihr Meeting als Ort in Google Maps eingetragen hat. Zudem wurde auf Facebook auf den „Spotted Seiten“ anonym eine Nachricht mit Ort und Zeit des Meetings veröffentlicht. Dadurch konnten neue Teilnehmer die Gruppe finden. Hat eure Gruppe ähnliche Erfahrungen gemacht? Was denkt ihr darüber?

Der Dienst Öffentlichkeit wird sich mit den Möglichkeiten und Problemen von Social Media auseinandersetzen und prüfen, ob und wie das auch für EA eine Möglichkeit im 12. Schritt sein kann. Vielleicht können wir so auch bei jüngeren Menschen sichtbar werden. Wenn ihr mit Social Media Erfahrungen gemacht habt, würden wir uns freuen, wenn ihr uns das mitteilt.

Gute 24 Stunden – Andrea und Ulrich



Ein Blick über den Tellerrand

Es gibt nicht nur die „normalen“ EA-Meetings – wobei es auch da keine allgemeingültige Norm gibt, sondern verschiedene Varianten. Es gibt Meetings, die einem bestimmten Thema oder einem bestimmten Schritt gewidmet sind und Meetings, in denen offen geteilt wird. Auf Besinnungswochenenden oder in anderen Gemeinschaften finden sich andere Variationen: Märchenmeetings, Kuschelmeetings, Tombola-Meetings, Spaziergangmeetings, Schreibmeetings, 11. Schritt-Meetings, säkulare Meetings ... Und es gibt andere Formen des heilsamen Teilens wie z.B. Komitee oder Forum.

Hast du schon einmal daran teilgenommen und wie war deine Erfahrung damit? Schreib uns gerne an oeffentlichkeit@ea-selbsthilfe.net

IMPRESSUM / KONTAKTDATEN

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 Herr Rode
Anna-Kloos-Straße 27
61169 Friedberg

Homepage: www.ea-selbsthilfe.net

Mailadressen:

Meetingliste: meetingliste@ea-selbsthilfe.net
Finanzen: finanzen@ea-selbsthilfe.net
Internet: internet@ea-selbsthilfe.net
Literatur: literatur@ea-selbsthilfe.net
Öffentlichkeit: oeffentlichkeit@ea-selbsthilfe.net

Botschaft: botschaft@ea-selbsthilfe.net
IG-Sprecher: intergruppensprecher@ea-selbsthilfe.net
Kontaktstelle: kontaktstelle@ea-selbsthilfe.net
Versand: versand@ea-selbsthilfe.net
Regionalbetreuung: regionalbetreuung@ea-selbsthilfe.net
Literaturversand: literaturversand@ea-selbsthilfe.net