



EA-Aktuell Nr. 65

Juni 2026

11. Jahrgang

INFORMATIONEN FÜR EA – ERZÄHLT ES IM ARBEITSMEEETING – SPRECHT DARÜBER



TERMINE 2026

17.07.2026

7. RSV 17.30-19.00 Uhr, Webkonferenz

21.-23.08.2026

EA-Jahrestreffen mit GSV in Oer-Erkenschwick, nahe Recklinghausen [Einladungsflyer](#)

Termine findet Ihr immer auch auf <https://www.ea-selbsthilfe.net/aktuelles/>

Es sind noch Plätze beim EA-JAHRESTREFFEN 2026 frei!!

Hallo ihr Lieben,

wir konnten noch ein paar Einzelzimmer bekommen:

Einzelzimmer (195 €), Doppelzimmer (160 €), Drei- und Vierbettzimmer (135 €). Bitte melde dich auch als Tagesgast an. Für den Anmeldepreis von 20 € gibt es auch ein Mittagessen. Also nicht länger warten sondern jetzt anmelden, denn der Anmeldeschluss ist am 21.06.2026.

Unser Treffen findet vom **21.08 -23.08.2026**, im Salvatore Allende Haus, in Oer-Erkenschwick – tief im Westen, statt. Das Haus ist sehr schön und ist von einem Wald umgeben.

Für die Meetings haben wir Themen aus dem neuen Buch gewählt, „es tut sich was, wenn du was tust“.

Unter anderem:

- Lebe in der Gegenwart
- Sei offen für (ein) Wunder
- Willst du Recht haben oder glücklich sein?
- ... [siehe Flyer](#)

Außerdem findet unsere alljährliche Gruppensprecherversammlung am Samstag, den 22.08. statt und es gibt, wie jedes Jahr, einen Büchertisch am Samstag von 11:00 bis 15:00 Uhr. Wir freuen uns schon riesig auf das Treffen und auf dich.

Gute 24 Stunden
Team Jahrestreffen 2026



KONTAKTSTELLE MEETINGLISTE

Liebe EA Freundinnen, Freunde und Gruppen,

ich bin **Karin** aus Tübingen und für die **Meetingliste** von EA Deutschland zuständig.

Diese Meetingliste auf unserer Internetseite wird anhand einer Landkarte sichtbar. "Hinter" dieser Karte liegt eine sehr komplexe Tabelle, von deren Inhalt ein Teil **für alle** im Internet, ein anderer Teil nur **für unsere Kontaktstelle + Telefonteam** und ein weiterer kleiner Teil **nur für mich als Admin** sichtbar ist.

Vor kurzem habe ich die jährliche Abfrage per Email an alle Gruppen und Einzelpersonen geschickt, die in unserem Email-Verteiler gelistet sind. Darin bitte ich um Rückmeldungen zu der Email-Erreichbarkeit und zur Aktualität der Gruppen-Daten.

Zeitgleich bitte ich auf diesem Wege um Eure zahlreichen Rückmeldungen. Für jede Person von Euch bedeutet es das Schreiben **einer einzigen Email**, ich dagegen müsste **zusätzliche viele Emails** schreiben, um die fehlenden Informationen einzuholen.

Bitte unterstützt mich bei der Aktualisierung der Meetingliste. Sie dient uns selber und hilft allen neuen interessierten Menschen, ein EA-Meeting zu finden.

Antwortet auf meine Email oder schreibt mir an: [meetingliste\(at\)ea-selbsthilfe.net](mailto:meetingliste(at)ea-selbsthilfe.net)

Gute 24 Stunden und viele Grüße von Karin

INFORMATION ÜBER DIE NUTZUNG VON INSTAGRAM

Instagram-Team (EA Deutschland und EA Hamburg):

Seit Juni 2025 gibt es ein Instagram-Team mit Andrea (EA Deutschland, oeffentlichkeit@ea-selbsthilfe.net), Heike (EA Hamburg, heike_achtsam@web.de) und Wolfgang (EA Hamburg, wolfgang-ea@mailbox.org)

Wir haben uns überlegt, wie EA auf Instagram vor allem für jüngere Menschen sichtbar gemacht werden kann. Und wir haben geprüft, wie wir Instagram im **Einklang mit den EA-Traditionen** nutzen können und das Ergebnis haben wir als Dokument zusammengefasst: [Instagram – Einhaltung der Traditionen](#)

Aktueller Stand:

Seit November 2025 posten wir wöchentlich 2 Beiträge auf den beiden Instagram-Accounts für EA-Deutschland und EA-Hamburg:

– @selbsthilfe.ea.hamburg: <https://www.instagram.com/selbsthilfe.ea.hamburg/>

– @selbsthilfe.ea.deutschland: <https://www.instagram.com/selbsthilfe.ea.deutschland/>

Die Beiträge beinhalten den aktuellen Schritt, die aktuelle Tradition, das aktuelle Versprechen, eine Datumsseite aus dem Buch HEUTE, ein Leitsatz als spirituellen Impuls und ein Foto-Beitrag „Heute denke ich daran“. Weitere Beiträge können durch das Team erstellt werden, wenn z.B. Veranstaltungen oder Informationen für EA-Deutschland oder EA-Hamburg vorliegen.

Wir haben bereits 176 Menschen mit einzelnen Beiträgen erreicht. Das bestätigt uns, dass EA über Instagram sichtbar wird.

Instagram-Team-Meeting:

Unser Instagram-Team-Meeting findet Online per Zoom immer am letzten Dienstag im Monat von 12 bis 13 Uhr statt. Im [EA-Meeting-Kalender](#) von EA-Hamburg findest du auch die konkreten Termine! Dann planen wir die Posts für den nächsten Monat. Kommt gerne dazu! Einfach auf den Einladungslink klicken: <https://us05web.zoom.us/j/85189120946?pwd=NiK7WJlLHppjzHePulw1A4HboV2d4.1> Wir freuen uns auf eure Ideen, Verbesserungsvorschläge und Mitarbeit im Team! Der Zoom-Termin lässt sich auch ändern, wenn jemand gerne mitwirken möchte und ein anderer Termin besser passen würde.

Möchtet ihr auch ein Instagram-Profil für eure EA-Gruppe einrichten?

Dann könnt ihr das Instagram-Team gerne anschreiben. Wir unterstützen euch gern!

Auf der [Webseite zur Instagram-Nutzung Hamburg](#) findet ihr immer aktuelle Informationen.

Gute 24 Stunden!

Heike

INFORMATIONEN ÜBER DAS FRAUEN-VIDEO-MEETING

Seit Januar 2026 gibt es wieder ein EA Frauen-Video-Meeting.

Es findet immer **Donnerstags von 19 Uhr bis 20 Uhr statt.**

Die Ansprechpartnerin ist Heike (heike_achtsam@web.de)

Wir lesen die Tagesmeditation im grünen Buch „Heute“ und teilen dazu Erfahrung, Kraft und Hoffnung.

Dafür wurde eine Zoom-Konferenz eingerichtet. Ihr braucht einfach nur auf den Einladungslink klicken. Eine vorherige Anmeldung ist nicht erforderlich:

<https://us06web.zoom.us/j/88354809622pwd=O2ODTvC4E4iJgYVXwgN1Pi1FudeFks.1>

Ablauf des Meetings:

Der Ablauf des Video-Meetings folgt einem Leitfaden, kann aber je nach Gruppe und den Bedürfnissen einzelner Teilnehmerinnen abweichen:

1. Begrüßungstext lesen
2. Lesen der Präambel
3. Anfangs-Go-Round
4. Lesen der 12 Schritte oder 12 Traditionen (im wöchentlichen Wechsel)
5. Tagesmeditation im grünen Buch „Heute“ lesen
6. Besinnungsminute in Stille

7. Erfahrung, Kraft und Hoffnung zur Tagesmeditation teilen
8. Abschlusstext lesen (12 Versprechen, Gestern – Heute – Morgen, und weitere im wöchentlichen Wechsel)
9. Bekanntmachungen
10. Abschluss-Go-Round
11. Schlussbemerkung und Gelassenheitsspruch
12. Fragen von Neuen beantworten (optional)



Jede Teilnehmerin kann das Meeting mit Unterstützung des Leitfadens leiten:

[EA-Frauen-Video-Meeting Leitfaden 15-4-2026](#)

Auf der [Webseite des Video-Meetings \(EA Hamburg\)](#) findet ihr immer aktuelle Informationen.

Gute 24 Stunden!

Heike

DIENST REGIONALBETREUUNG

Der Dienstbereich Regionalbetreuung dient als Ansprechpartner in der IG für die Sprecher:innen von Regionalgebieten.

Was sind Regionalgebiete?

Benachbarte lokale EA-Gruppen können in einem Regionalgebiet (RG) z.B. einzelne Besinnungstage oder Infostände auf Selbsthilfetagen organisieren. Alles beginnt mit der Initiative von einzelnen Personen. Die Sprecherinnen und Sprecher tauschen sich ebenso über eine WhatsApp-Gruppe aus, die zu diesem Zweck gegründet wurde. Die nächste Webkonferenz der Sprecherinnen und Sprecher von Regionalgebieten findet statt am 17. Jul. 2026 ab 17:30 bis 19:30 Uhr. Wir tauschten uns aus über aktuelle Themen bei EA und sprechen über die Aktionen in den Regionalgebieten. Die Konferenzdaten kann jede interessierte Person erhalten unter regionalbetreuung@ea-selbsthilfe.net



Gute 24 Stunden, Kay
(Diensttuender Regionalbetreuung)

IMPRESSUM / KONTAKTDATEN

EA-Selbsthilfe e.V
Am Deichfeld 23
30890 Barsinghausen

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

Literaturversand: literaturversand@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