

A-Freunde laden zu einem wunderschönen A-Wochenende nach Neustadt an der Weinstraße

Seine Mitte finden

am **24. - 27. März 2022**

Angesprochen fühlen dürfen sich Freunde des A-Programms mit Schwerpunkt auf EA, EKS, CoDA und SLAA. Betroffene anderer Süchte, die das Programm lieben und leben, sind natürlich herzlich willkommen.

Es wird sehr viel Wert auf Anspannung und Entspannung gelegt. Sich erfahren im Einatmen und Ausatmen. Es geht wie immer darum das richtige Maß zu finden. Um die Herausforderungen des Lebens zu bewältigen, braucht es eine gesunde Mitte. Diese zu finden und zu bewahren ohne rückfällig zu werden, ist Thema dieses verlängerten Wochenendes.

Ort - JH Neustadt

Hans-Geiger-Str. 27 67434 Neustadt / Weinstraße

Die JH liegt am Rande der Innenstadt auf einem Hügel. Genaue Hinweise zur Anfahrt bekommt Ihr über die Homepage der Jugendherberge.

Infos: www.e-und-a.net/neustadt-2022

Email: info@e-und-a.net Raimund - Siegburg

Der Tagesablauf

24. März – Donnerstag

17:00	Eintrudel-Meeting
20:00	Eröffnungsmeeting

25./26. – Freitag / Samstag

9:00 / 11:00 / 19:00	Themenmeeting
----------------------	---------------

27. März – Sonntag

9:00 / 11:00	Themenmeeting
13:30	Abschlussmeeting

Die Themen

Grenzen setzen	Freude ausleben
Wut transformieren	Liebe verleiht Flügel
Seine Eltern lieben	Spirituell handeln
Mitte finden	Pause machen
Gefühle sind geil	Inventur ist nötig
Nüchtern bleiben	Lust empfinden
Verlust verkraften	Sruktur gibt Sicherheit
Jammern ist en vogue	Sich zeigen

Die Wahl

Im Augenblick legen wir noch nicht fest, wann welches Thema in welchem Meeting angeboten wird. Wir haben eine offene Liste möglicher Themen zusammengestellt. So bleiben wir flexibel und können auf weitere Vorschläge gut reagieren. Wir bewahren unsere Mitte und gehen Schritt für Schritt.

Der Wald

Neustadt liegt vor dem Pfälzer Wald mit tollen Bergen und langen Wanderwegen hoch zu den Gipfeln. Lust und festes Schuhwerk ist mitzubringen.

Die Texte

Zu den Meetings gibt es Texte, die in wenigen Worten das Thema beschreiben und zur Einstimmung auf das Treffen anregen. Erhältlich sind sie bei Raimund über die Email: info@e-und-a.net

Die Kosten

Generell bitten wir Euch, sich über uns anzumelden. Dies gilt auch für verspätete Anmeldungen. Wir bieten nur Übernachtungen für **drei** Nächte an. Enthalten sind in dem Preis Vollverpflegung und Bettwäsche. Es gibt folgende Zimmer zur Wahl. Das Kontingent an Einzel-Zimmer ist begrenzt. Daher bitte wir Euch dringend vorher anzurufen.

Mehrbett-Zimmer 118 € – Kürzel **MB-Z**

Doppel-Zimmer 144 € – Kürzel **ZZ-Z**

Einzel-Zimmer 166 € – Kürzel **Ein-Z**

Tagesgäste dürfen sich über Spenden an den Raumkosten beteiligen.

Die Erweiterung

Für Teilnehmer, die das Treffen um einige Tage erweitern möchten, besteht die Möglichkeit über uns dies zu buchen.

Die Buchung

Zur Anmeldung reicht die Überweisung auf das Konto BNP Paribas **DE 31 7012 0400 8513 4590 01** Roland Timmig unter Angabe von Vorname, Ort und **Kürzel**. Wenn der Betrag – Mehrbett – bis zum **15. März 2022** auf dem Konto ist, ist Euch ein Bett sicher.

Bei den Einzel- und Doppelzimmern ist es dringend angeraten vorher anzurufen. Das Kontingent ist begrenzt.

Infos: 0176 – 24 14 52 93

Roland – Leipzig