



Selbsthilfegruppen für emotionale Gesundheit

Informationsveranstaltung zu unserer Selbsthilfegruppe EMOTIONS ANONYMOUS (EA) Darmstadt

Wann:

Am Freitag, den 22.08.2025 informieren wir von 18:00-19:00 Uhr über unsere Selbsthilfegruppe. Anmeldung nicht erforderlich.

Wo:

Katholisches Gemeindezentrum St. Elisabeth Schlossgartenplatz 3-5 (UG)
64289 Darmstadt

Fragen:

E-Mail: EA-Darmstadt@gmx.de

Telefon: Jutta [0179 - 600 90 40](tel:0179-6009040) und Hans-Dieter [0171 - 145 04 56](tel:0171-1450456)

Was ist EA?

EA ist eine Selbsthilfegruppe für emotionale Gesundheit. Wir sind Menschen mit persönlichen Erfahrungen zu psychischen Erkrankungen wie Burnout, Depression, Angststörungen und anderen psychischen Beeinträchtigungen.

Unser Thema ist die Verbesserung seelischer Gesundheit. In sogenannten 'Meetings' arbeiten wir in gegenseitiger Wertschätzung, unter Wahrung voller Anonymität und auf der Grundlage des 12-Schritte-Programms an unserer persönlichen Weiterentwicklung.

Das Programm der Emotions Anonymous beruht auf dem Prinzip der Freiwilligkeit und dem Bemühen, jeweils nur für einen einzigen Tag bewusst zu leben. Wir versuchen im Denken und Fühlen nüchtern und gesund zu werden, indem wir unsere Erfahrung, Kraft und Hoffnung miteinander teilen.

Emotions Anonymous ist ein spirituelles, kein religiöses Programm. Wir befürworten keine bestimmte Glaubensvorstellung.

Unsere wöchentlichen Meetings:

freitags von 19:00-20:30 Uhr.

Mehr Informationen erhältst du unter: ea-selbsthilfe.net

Wir freuen uns auf dich!