

## KONTAKT ZU DEN ONLINE-MEETINGS DER ANONYMEN ALKOHOLIKER

### Meetingsname      Kontaktadresse geschlossene AA-Meetings

aa2aa	info.aa2aa@anonyme-alkoholiker.de
AA2AA Onliner	Info.AA2AA@AA-Onliner.Net
AAFrauen	aafrauen-sip@yahoogroups.de
AA-Basic	info.aa-basic@anonyme-alkoholiker.de
AA-Beginner	info.AA-Beginner@anonyme-alkoholiker.de
AA-Chat	www.online-aa.de/chat/chat.html
AA-Chatmeeting	kontakt@aa-chatmeetings.de
AA-Frauen	info.aa-frauen@nurheute.com
AA-Heute	info.AA-Heute@anonyme-alkoholiker.de
AA-Miteinander	info.aa-miteinander@aa-onliner.net
AA-Only	info.aa-only@online-aa.de
AA-Onliner	kontakt.aa-onliner@aa-onliner.net
AA-Pur	info.AA-Pur@anonyme-alkoholiker.de
AA-PurSpirit	info.AA-PurSpirit@anonyme-alkoholiker.de
Blaues Buch Meeting	info.blaues-buch@anonyme-alkoholiker.de
FIAA-Frauen in AA	info.FIAA@anonyme-alkoholiker.de
Frauen 1	info.Frauen1@anonyme-alkoholiker.de
Frauen 2	info.Frauen2@anonyme-alkoholiker.de
Lesben 1	info.Lesben1@anonyme-alkoholiker.de
Lesben 2	info.Lesben2@anonyme-alkoholiker.de
maenner in AA	info.maenner-in-aa@anonyme-alkoholiker.de
mannOmann	info.mannomann@anonyme-alkoholiker.de
OLAA	info.olaa@anonyme-alkoholiker.de
Schritte	info.schritte@anonyme-alkoholiker.de
Spirit contra spiritum	info.scs@anonyme-alkoholiker.de

### Meetingsname      Kontaktadresse offene AA-Meetings

AA-Grenzenlos Onliner	info.grenzenlos@aa-onliner.net
AA im Netz	info@aa-in.de
AA-Station	info@aa-station.de
CHAT-AA	info@chat-aa.de
Grenzenlos	info.grenzenlos@anonyme-alkoholiker.de
MeinHeuteLeben MHL	info.mhl@anonyme-alkoholiker.de

**Geschlossene AA-Meetings** sind Meetings, an denen nur Alkoholikerinnen und Alkoholiker teilnehmen

**Offene AA-Meetings** sind für alle zugänglich, die Interesse am Genesungsprogramm der Anonymen Alkoholiker haben

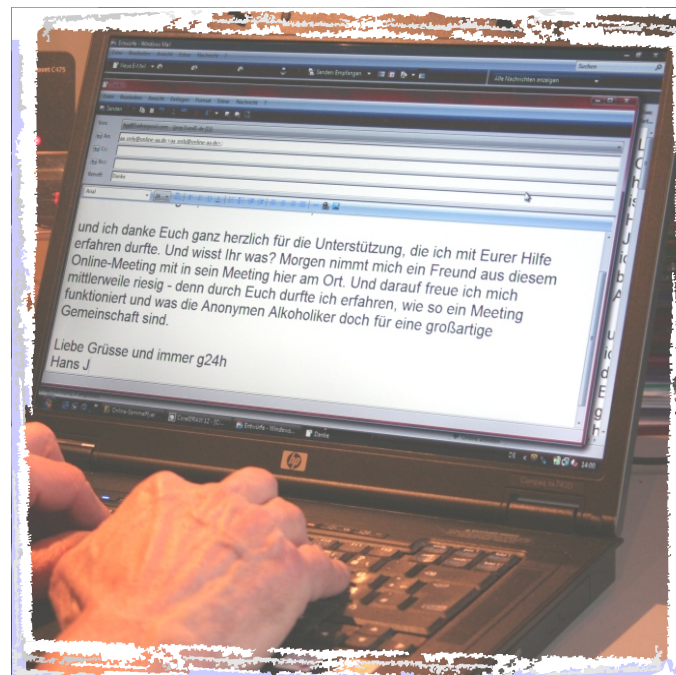
#### Erste Hilfe Button bei den Anonymen Alkoholikern

[erste-hilfekontakt@anonyme-alkoholiker.de](mailto:erste-hilfekontakt@anonyme-alkoholiker.de)



Herausgegeben von den  
Online-Meetings auf  
[www.online-aa.de](http://www.online-aa.de)

Unveränderte Nachdrucke sind  
ausdrücklich erwünscht.  
Weitere Exemplare dieser  
Informationsbroschüren  
können aber auch unter  
[info.aa-only@online-aa.de](mailto:info.aa-only@online-aa.de)  
kostenlos bestellt werden.



**WIE DIE ONLINE-MEETINGS HELFEN!**  
BEI DEN ANONYMEN ALKOHOLIKERN.

**SCHREIBEN ANSTATT SAUFEN.**

*Wir sind da  
wo die Zukunft  
liegt.*

Eine Informationsbroschüre über Online-Meetings  
bei den Anonymen Alkoholikern



**Anonyme Alkoholiker**

## WIE DIE ONLINE-MEETINGS HELFEN! SCHREIBEN ANSTATT SAUFEN!

### Eine kleine Einführung in die Online-Meetings

Die Online-Meetings funktionieren im Prinzip genauso wie die Meetings vor Ort. Lediglich das gesprochene Wort wird durch das geschriebene Wort ersetzt. Alles andere entspricht dem, was wir von unseren Meetings gewohnt sind.

Die Dienste in der Gruppe sind identisch, nur erweitert um den Dienst des Listkeepers, weil das die Technik erfordert.

Die Anonymität des Einzelnen wird durch die Möglichkeit, sich eine anonymisierte e-Mail-Adresse zuzulegen, noch verstärkt.

Der Gruppenraum ist gegen Außenstehende geschützt, da es, bedingt durch die Technik eines Online-Meetings, der Einschreibung ins Meeting bedarf. Wer nicht eingeschrieben ist, kann weder mitlesen noch ins Meeting schreiben. Die Meetingsliste, in der alle Teilnehmer eingeschrieben sind, können nur von den jeweils gewählten Listkeepern eingesehen werden.

Diese Meetingsliste ist auch die Anschrift des Meetings und sie verteilt alle eingehenden Beiträge an die eingeschriebenen Mitglieder des Meetings. Für den Einzelnen bedeutet dies, dass er lediglich wissen muss, wie man e-Mails schreibt und dass er einen Zugang zum Internet bzw. Mailprogramm hat.



### Potenzial der Online-Meetings

Die Online-Meetings sind eine notwendige Reaktion auf das veränderte Kommunikationsverhalten der Gesellschaft, vor allem der Jugend, wobei "Jugend" durchaus bis 30+ zu sehen ist. Sie sind diejenigen, die mit dem Computer und dem Internet groß geworden sind bzw. aufwachsen.

Verändertes Kommunikationsverhalten heißt: Wer heute Informationen und Hilfen sucht, geht in das Internet. Dabei reicht es nicht mehr, lediglich mit "weiterführenden Informationen" präsent zu sein, sondern es müssen auch direkte Hilfsmöglichkeiten angeboten werden. Online-Meetings erfüllen diese Voraussetzung.

### Stärke der Online-Meetings

Alkoholgenuss ist gesellschaftlich anerkannt. Alkoholabhängigkeit

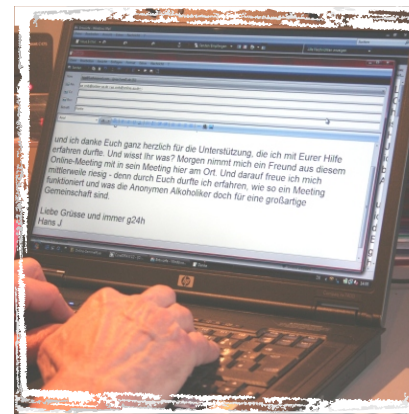
## BEI DEN ANONYMEN ALKOHOLIKERN.

jedoch nicht; deshalb besteht bei den meisten Betroffenen erst einmal der Wunsch, mit ihrer Sucht unerkannt zu bleiben.

Auch aus dieser Angst geborene Vorurteile hindern am Besuch einer Selbsthilfegruppe; die Hemmschwelle scheint unüberwindbar. Hier bieten die Online-Meetings die Möglichkeit der besonderen Anonymität, da die Kommunikation via Internet in den eigenen vier Wänden stattfinden kann. Die Hemmschwelle, sich in eine Selbsthilfegruppe einschreiben zu lassen, ist damit deutlich niedriger. Die Stärken der Online-Meetings liegen darin, dort präsent zu sein, wo heute zunehmend Informationen und Hilfen gesucht werden, und in der Herabsetzung der Hemmschwelle zum Erstbesuch einer Selbsthilfegruppe (siehe auch unsere Information Nr. 2 - Brief einer Betroffenen).

Im Online-Meeting kann man darüber hinaus mit Menschen kommunizieren, die man persönlich sonst nie treffen würde, auf deren Erfahrung man also zwangsläufig verzichten müsste.

Online-Meetings kann man jederzeit, also auch nachts oder am frühen Vormittag, erreichen. Sie sind überall verfügbar, wo ein Internet-



zugang besteht, also auch im Ausland. Menschen mit körperlichen Einschränkungen, denen der Besuch eines Meetings nahezu unmöglich ist, finden "ihr" Meeting im Internet. Auch das haben die Anonymen Alkoholiker erkannt und bieten deshalb ihre Hilfe überall dort an, wo sie gesucht wird.

### Was die Online-Meetings nicht sind

Online-Meetings sind weder ein Ersatz noch verstehen sie sich als Ersatz für die Meetings vor Ort; sie sind eine sinnvolle und notwendige Ergänzung. Jedes neue Mitglied, das sich in eine Online-Gruppe einschreiben lässt, wird dort immer die Empfehlung lesen, auch ein Meeting vor Ort zu besuchen - entsprechende Listen von Gruppen und direkte Hilfsangebote, die Neuen in ein Meeting mitzunehmen, sind in den Online-Meetings vorhanden und werden auch genutzt.