

# 16. INTERNATIONALES AL-ANON TREFFEN IN DEUTSCHLAND

mit AA BETEILIGUNG

vom 09. bis 11. August 2024 auf dem Schwanberg

deutsch- und englischsprachige Meetings

Uhrzeit	Großer Saal (20)	Gewölbekeller (15)	Bayer. Stube (10)	Kleiner Saal (11)	Kapelle (12) Ausweich-Meeting
	Al-Anon deutsch	AA deutsch	Al-Anon englisch	AA englisch	
FREITAG / FRIDAY					
ab 15:00	Einschreibung / Registration				
17:00-18:00	Eröffnungsmeeting / Opening meeting				
18:30	Abendessen/Dinner				
20:00 - 21:00	Selbstfürsorge definieren	Das Beste für den heutigen Tag	I take care of myself	Hope	
SAMSTAG / SATURDAY					
08:00	Frühstück/Breakfast				
09:30 - 10:30	Sich selbst nicht unnötig abwerten	Am Abend und am Morgen	Being gentle with myself	Overcoming self-will	
11:00 - 12:00	Kreativität - ein Mittel zur Selbstfürsorge	Bei Unruhe	Having fun	Surrender self-will	
12:30	Mittagessen/Lunch				
14:00 - 15:00	A.A. Sprecher	Lernen uns selbst zu lieben	How to deal with pain, risk and fear		
15:30 -16:30	Um Hilfe bitten	Unter seelischem Druck	I take care of my daily needs	Today, it's my choice	
17:00 - 18:00	Al-Anon Sprecher	Gesunder Egoismus	The ability to be true to myself	A day's plan	
18:30	Abendessen/Dinner				
20:00 - 21:00	Behutsam Grenzen setzen	Selbstannahme	The ability to be true to myself	The easier, softer way	Sunset-Meeting Aussichtspunkt
ab 21:00	Bunter Abend / Evening Festivity				
SONNTAG / SUNDAY					
08:00	Frühstück/Breakfast				
09:15 -10:15	Sich an seine Höhere Macht wenden	Empfohlene Schritte	Be open about my emotions	It's okay to be me	
10:30 - 12:00	Abschlussmeeting / Closing Meeting				
12:30	Mittagessen/Lunch				