



#WirBleibenZuhause.

Leitfaden für elektronische Meetings (per Telefon oder Skype)

– Stand: 26. Mrz. 2020 – 4. Auflage –

1.	Vorwort	1
2.	Telefonkonferenz.....	1
3.	Skype-Meeting.....	2
4.	Spenden	2

1. Vorwort

Oberstes Ziel jetzt – die Ausbreitung des Coronavirus verlangsamen! (www.infektionsschutz.de)

Breitet sich das neuartige Coronavirus ungehindert aus, erkranken in kurzer Zeit so viele Menschen, dass die Krankenhäuser überfüllt werden und die medizinische Versorgung zusammenbrechen kann.

Deshalb zielen derzeit sämtliche Anstrengungen darauf ab, die rasante Zunahme täglicher Neuinfektionen zu verlangsamen. Wir bei EA leisten unseren Beitrag und empfehlen auf kontaktlose Telefon- oder Digital-Meetings auszuweichen. Durch Anpassung des Verhaltens möglichst viel zu Hause zu bleiben – Fachleute sprechen auch von "sozialer Distanzierung" – kann jede einzelne Person dazu beitragen, dass sich das Virus langsamer verbreitet. Damit leisten wir unseren Beitrag, Menschenleben zu retten und immunsystemschwache Menschen zu schützen, die durch das Corona-Virus stark gefährdet sind.

2. Telefonkonferenz als ein möglicher Weg für ein Meeting

Eine Telefonkonferenz könnte für jedes einzelne Meeting, das bei EA existiert, aufgesetzt werden. Der Ablauf des Einwählens ist – gleich welcher Anbieter gewählt wird – immer ähnlich: 1. Jede Person wählt die jeweils in der Gruppe kommunizierte Telefonnummer mit seinem Telefon. 2. Anschließend wird noch die kommunizierte Raumnummer gewählt und mit der Rautetaste „#“ bestätigt.

Um dies zu nutzen muss ein Telefonkonferenzraum von einer Person aus der Gruppe bei einem der Anbieter eingerichtet werden. Bei einigen Anbietern sind kostenlose, permanente Räume zur wiederholten Nutzung möglich. Folgende Anbieter wurden getestet und haben sich für EA-Meetings bewährt:

www.freeconferencecall.com

www.deutsche-telefonkonferenz.de

www.phonesty.de

Bei Fragen schreibt bitte Eure Regionalsprecher/-innen oder die Intergruppe an. Dort kann eventuell weitergeholfen werden. (Manche Gruppen teilen sich auch einen Konferenzraum für verschiedene Nutzzeiten.)

Wenn eine Konferenzteilnehmerin oder ein Konferenzteilnehmer hinzukommt, ertönt ein kurzes Signal. Die einzelne Gruppe kann entscheiden, Zugangsdaten nur innerhalb der Gruppe oder nach Rücksprache mit dem/der Gruppensprecher/-in zu verteilen. So könnte dann zuverlässig sicher gestellt werden, dass nur die jeweiligen, der Gruppe bekannten Menschen an dem Telefonmeeting teilnehmen.

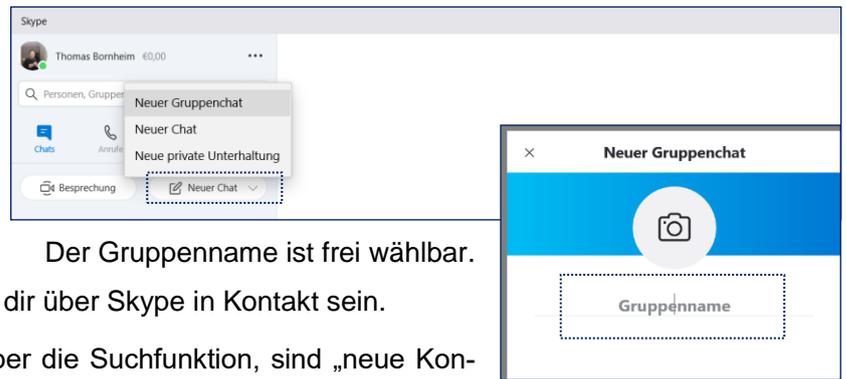
Es hat sich bewährt eine Reihenfolge der Sprechenden zu Beginn festzulegen und sein eigenes Telefon in der Zeit, in der man selbst nicht spricht, stumm zu schalten. Eine Anleitung, wie dies möglich ist, findet sich bei den verschiedenen Anbietern in ihrem Web-Auftritt. Ändert die Gruppe im Übrigen nichts am Ablauf im Vergleich zum bisherigen Meeting vor Ort, wird die Umstellung auf elektronische Form für viele einfacher.

Selbsthilfegruppen für emotionale Gesundheit

Emotions Anonymous® Deutschland ▪ kontaktstelle@ea-selbsthilfe.net ▪ Tel 06031 1604 168 ▪ www.ea-selbsthilfe.net

3. Skype-Meeting

Skype läuft sowohl auf Laptop/PC wie auch auf Smartphone. In deinem bestehenden Account, kannst du einen neuen Gruppenchat starten.



Der Gruppenname ist frei wählbar.

Teilnehmer für die Gruppe müssen mit dir über Skype in Kontakt sein.



Über die Suchfunktion, sind „neue Kontakte“ zu finden mittels Profilname, E-Mailadresse oder Handynummer.

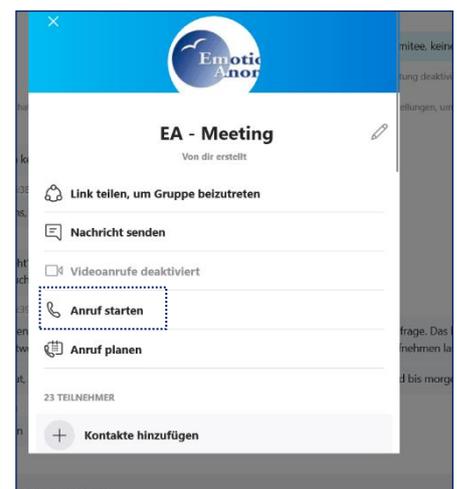
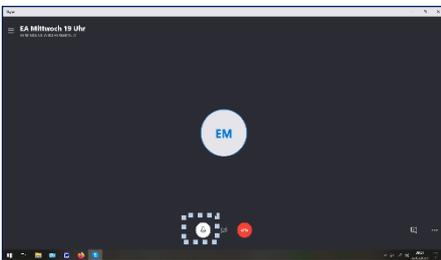
Man kann sich weltweit – sofern „Netz“ vorhanden ist – einwählen. Jeder der in der Gruppe ist, kann neue Teilnehmer hinzufügen. Für alle

teilnehmenden Personen ist ihr jeweiliges Symbol im Skype-Bildschirm zu erkennen, sodass hierüber eine vertraute Runde entsteht.

Aufgrund des höheren Datenvolumens (ca. 10-mal so hoch) empfiehlt es sich, die Anrufe nur auf Audio durchzuführen. Aber das kann jede Gruppe natürlich selbst entscheiden.

Sobald ein Anruf gestartet wird (mit Drücken des Telefonhörer-Symbols), klingelt es bei allen teilnehmenden Personen, die online sind. Die angerufenen Personen können dann über das Telefonhörer-Symbol bei ihnen die Skype-Sitzung annehmen.

Sehr zu empfehlen ist, dass alle, die nicht sprechen, ihr Mikrofon stumm stellen, sobald das eigentliche Meeting losgeht. Sonst sind immer wieder störende Nebengeräusche zu hören... Dies bedarf einer gewissen Aufmerksamkeit, doch man gewöhnt sich schnell daran.



Auch später hinzukommen ist problemlos möglich. Alle die an einem Anruf teilnehmen, sind mit ihrem Profilbild und ihrem Anmeldekennung sichtbar. Es hat sich als nützlich erwiesen zu Beginn eine Reihenfolge festzulegen, da so ein Durcheinander vermieden wird und jeder regelmäßig dran kommt... Falls jemand nichts sagen möchte: Einfach „weiter“ sagen. Wenn das Gelassenheitsgebet gesprochen wird, kommt das gesprochene Wort der jeweils anderen zeitverzögert an, so dass es unmöglich ist, es wirklich synchron zu sprechen – ist trotzdem schön. ☺

Es sind maximal 25 Teilnehmer in der Gruppe möglich. Nehmen mehr Personen teil, funktioniert es nicht mehr richtig. Es ist auch möglich Texte und Dateien über die Gruppe zu teilen.

Empfohlen wird, seinen Namen für den Account anonym zu halten, wie etwa Vorname / Stadt o.ä. Der Profilname bei skype kann nachträglich und beliebig geändert werden.

4. Spenden

Hinweis auf unsere 7. Tradition: Wir erhalten unsere Gemeinschaft durch freiwillige Spenden. Für Spenden über den digitalen Weg siehe Leitfaden „Spenden mittels PayPal“ (www.ea-selbsthilfe.net/download).