

# ***Die Zwölf Schritte – ein Programm der Freiheit***



*@stockphoto*

***Einladung zum Treffen der IG-Süd***

***am 21. März 2026***

***in Regensburg***

***im Jugendzentrum Arena, Unterislinger Weg 2***

***„Sei dabei und erlebe Gemeinschaft, die trägt und verbindet!  
Wir erwarten euch voller Freude in der  
schönen Stadt Regensburg.“***

## Unser Programm:

Ab 9 Uhr Ankommen.

Zeit, um sich zu begrüßen, wir bieten aber auch einen Raum der Stille an, der während des ganzen Treffens bereitsteht.

**10:00 – 11:30 Die Zwölf Schritte – ein Programm der Freiheit (offenes Meeting\*)**

Aus: *Für Heute*, 2. November

Jene, welche die Segnungen der Freiheit ernten wollen, müssen sich die Mühe machen, für sie einzutreten. Thomas Paine

**11:30 bis 13:00 Mittagspause**

**13:00 – 14:00 Tombola – es werden verschiedene Themen/Slogans aus einer Box gezogen und dazu geteilt, jeweils 3 Minuten, dann kommt der nächste Slogan**

**14:00 – 14:30 Pause**

**15:00 – 16:30 Frieden in seiner eigenen Haut finden**

Aus: *Körperbild, Beziehungen, Sexualität*

**16:30 Verabschiedung und gemeinsames Aufräumen**

\*Ein „offenes“ OA-Meeting ist ein Treffen, an der nicht nur OAs teilnehmen dürfen, sondern auch Angehörige, Freunde und interessierte Außenstehende willkommen sind.  
Eine gute Gelegenheit, euren Lebenspartner mal mit ins Meeting zu nehmen.

## Anfahrt

**Wer mit der Bahn kommt** fährt weiter vom Busbahnhof, 100 m vor dem Bahnhof. Mit der Linie 3 Richtung Graß bis zur Haltestelle An der Iselrinne. Ihr seid dann direkt vor der Jugendarena. Die Busse fahren im 20 Minuten Takt

## Autofahrer:

Parken könnt ihr zu einem Teil direkt vor dem Jugendzentrum oder in der nahe liegenden Burgunderstraße.

## Verpflegung:

Im Jugendzentrum ist eine Küche zum Kühlen und auch Aufwärmen von Speisen vorhanden. Es gibt auch einen gemütlichen Bereich zum Essen und Aufenthalt zwischendurch.

In der Nähe sind eine Bäckerei und Metzgerei mit Imbiss.

Ca. 300m entfernt befinden sich das Italienische Restaurant Milano, Burgunderstraße 17, und ein Supermarkt.

Wir freuen uns auf Euch!

*Das Regensburger OA-Meeting*

## Kontakt:

[Regensburg.Mo@overeatersanonymous.de](mailto:Regensburg.Mo@overeatersanonymous.de)

Tel.: Inge, 0941 2906189