



## DIVULGAR É PRECISO!

A campanha da panfletagem ocorrerá por todo o mês de Junho. Gostaríamos que fosse sábia e assertiva usando a linguagem Nar-Anon. Membros de todos os Grupos estão convidados a levar a mensagem para que pessoas encontrem ajuda e amizade que um familiar afetado pela doença da adicção tanto precisa, da mesma forma como aconteceu conosco um dia.

Ações importantes para que o Grupo ou companheiros possam se organizar e agir:

### 1º Material (gratuito)

Panfletos: Serão distribuídos a todos os que comparecerem à reunião unificada do dia 27/05, no escritório do SID/SP. Os Grupos e Distritos podem, também, fazer pedidos através do e-mail: [sinn@terra.com.br](mailto:sinn@terra.com.br) ou pelo telefone (11) 3227-8983.

### 2º Locais de Divulgação

A adicção é uma doença que atinge pessoas de todas as idades, sexos, classes sociais, portanto, podemos atingir nosso objetivo de maneira mais ampla ao focalizarmos as seguintes instituições:

**Centros Comunitários, Clínicas ou Comunidades Terapêuticas, CRAS, CRATODs, Delegacias, Escolas, Igrejas e outras entidades religiosas, Hospitais, Postos de Saúde, Recursos Humanos, Transportes Públicos, etc.**

A cereja do bolo: **Material (gratuito) e Locais de Divulgação!** Agora depende de nós, familiares de adictos que já fomos um dia acolhidos em uma sala de Nar-Anon, praticarmos o Passo Doze. Desejamos que outras pessoas encontrem um caminho para se recuperarem dos efeitos tão devastadores da doença da adicção. É a oportunidade de provarmos nossa gratidão. Para isso, sugerimos que dois ou mais membros combinem durante o mês de Junho, se possível um dia de cada semana e um horário, a ser dedicado à prática deste evento. Vale lembrar que um mais um é sempre mais que dois!

Pronto! Já temos o que precisamos: o material, o lugar e a nossa boa vontade. Nosso Poder Superior já tem todas as ferramentas necessárias para que a divulgação da nossa irmandade neste mês de Junho, em especial, tenha sucesso!

#### DESTAQUE:

Errata na Edição anterior o número de nosso WhatsApp foi informado erroneamente:  
**11/95937-1111**





Balancete de Fevereiro de 2017	
Conta Corrente Banco Itaú:	R\$
Saldo Anterior	6.029,54
Entradas	6.178,41
Saídas	- 5.239,15
Margem do Mês	939,26
Saldo Final	6.968,80

Balancete de Março de 2017	
Conta Corrente Banco Itaú:	R\$
Saldo Anterior	6.968,80
Entradas	25.159,53
Saídas	- 17.120,62
Margem do Mês	8.038,91
Saldo Final	15.007,71

Balancete de Abril de 2017	
Conta Corrente Banco Itaú:	R\$
Saldo Anterior	15.007,71
Entradas	6.629,21
Saídas	- 5.547,72
Margem do Mês	1.081,49
Saldo Final	16.089,20

## EDITORIAL

Companheiros,

Nosso único propósito é levar a mensagem do Nar-Anon a familiares e amigos de adictos. Para isso é necessário que as pessoas saibam Quem Somos e Onde Estamos. O SID-SP empenhado no trabalho de encorajar os membros nessa prestação de serviço lançou no início de 2017 o Plano de Ação, publicado na Edição anterior deste Boletim. No Plano de Ação é sugerido e proposto para o mês de Junho que todos os membros se envolvam na divulgação da irmandade através da panfletagem.

Nesta edição estamos abordando outro assunto muito importante: O Acolhimento, tema do próximo Encontro Estadual em agosto/2017.

Informamos aqui, também, o grande passo dado pelo Nar-Anon São Paulo, participando do evento do N.A. com o objetivo de levar a mensagem Nar-Anon aos familiares de adictos ai presentes.

Conforme temos apresentado em cada edição do Nar-Anon Em Foco, publicamos o trabalho de um grupo realizado no Encontro de Estudos de agosto de 2016 sobre um lema muito importante amigavelmente citado em toda reunião: "O Segredo está na próxima reunião."

Boa leitura.

## ACONTECEU NO NAR-ANON

### ANIVERSÁRIOS DOS GRUPOS

- 25/04 - GRUPO VERDADE DE GUARULHOS - 19 ANOS
- 29/04 - GRUPO LUZ DA LAPA - 17 ANOS
- 02/05 - GRUPO PASSO À PASSO DE CAÇAPAVA - (não mencionou)
- 09/05 - GRUPO REVIVER DE JACAREÍ - 22 ANOS
- 19/05 - GRUPO SABEDORIA - 13 ANOS

### DOMINGOS DE RECUPERAÇÃO

- 30/04 - DISTRITO IV – SÃO PAULO
- 28/05 - DISTRITO V - AVARÉ

### PARTICIPAÇÃO DO NAR-ANON NA CONVENÇÃO DE N.A.

Nos dias 30, 31 de março, 1 e 2 de abril de 2017 a **Área-painel de São Paulo** recebeu o convite para participar da Convenção Regional de Narcóticos Anônimos (CRSPHNA) na cidade de Poços de Caldas-MG, divulgando o Nar-Anon aos familiares presentes e os acolhendo em um espaço disponibilizado para as atividades de nossa irmandade.

Na quinta-feira, 30 de Março aconteceu a recepção junto ao N.A. e uma conversa com os familiares de adictos para entrega de nossa programação e folheto de divulgação.

Na sexta-feira, 31 de Março ocorreu uma apresentação do Nar-Anon através do DVD de divulgação e da partilha de dois membros da irmandade sobre *QUEM SOMOS*. Presentes 43 pessoas. Foram realizados 7 acolhimentos.

No sábado, 1 de Abril, houve, apenas para familiares e amigos de adictos, uma partilha com membros Nar-Anon, uma esposa e uma mãe de adicto. Presentes 54 pessoas.

À tarde reunião volante, onde foram formados 3 (três) grupos, cada um coordenado por um membro Nar-Anon do comitê organizador do evento, seguindo o Roteiro sugerido para uma reunião Nar-Anon. A Tradição Sete foi explicada, mas não efetuada.

Gratificante experiência.



# O QUE ME FAZ VOLTAR



Há tempos vinha pensando o que me faz continuar voltando depois de tanto tempo de frequência?

Eu adentro uma sala de reunião, fazemos a Oração da Serenidade, estudamos a literatura do dia, partilhamos nossos sentimentos, e na minha cabeça continua a pergunta: o que me faz voltar? Por muito tempo me fiz esta pergunta, mas mesmo sem encontrar resposta, continuava voltando. Então pensei: é pelo adicto. No começo foi sim, mas depois descobri que era por mim mesmo. Como posso ajudar se eu estiver fraco? Esse pensamento ainda era pelo adicto. Depois fui percebendo a felicidade no rosto de cada companheiro e descobri que posso ser feliz apesar de, pois eu estava lidando com uma doença incurável mas controlável, e esse controle não dependia de mim, somente do adicto. Aprendi a não mais sentir dó, nem de mim, nem do adicto e de ninguém; aprendi a ter compaixão e ser solidária, aprendi que era tão ou mais doente que o próprio adicto... Portanto fui ficando.

Senti que, assim como me receberam de abraços abertos, também queria receber não só quem chegasse, mas to-

dos meus companheiros Nar-Anon, pois somos irmãos da mesma dor, apenas com histórias diferentes. Comecei a prestar serviço e entre tantos sentimentos descobri o significado da palavra Gratidão. Descobri também em cada abraço e cada sorriso que eu não estava mais sozinha.

No Nar-Anon nada é imposto e ninguém dá conselho; as pessoas escutam umas às outras e se respeitam. Aqui agimos por atração e não promoção e ao levar a mensagem a quem ainda sofre como eu quando cheguei, tenho a esperança de vê-lo bem, sem as expectativas que me frustram.

Este é um programa espiritual cujo único propósito é ajudar familiares e amigos de dependentes químicos que, com sutileza, diz não entrar em controvérsias, não apoia política, religião, futebol ou qualquer assunto que possa dele tirar o foco.

Por fim descobri a resposta à pergunta que ficava em minha mente, entendi porque continuo voltando: *é porque não mais estou sozinha.*

## O SEGREDO ESTÁ NA PRÓXIMA REUNIÃO

*(Grupo Quatro – Encontro de Estudos 2016)*

Quando cheguei a um Grupo Nar-Anon, me disseram que o Segredo estava na próxima reunião. Não entendi e a cada partilha eu pensava: isto aqui não é lugar para mim, meu filho não é nada disto. Nas semanas seguintes comecei a entender as literaturas e através das partilhas fui me fortalecendo. Eu não estava mais sozinha mas me perguntava: Que segredo é esse?

Fui percebendo que aqui todos me ouviam sem censura e me aceitavam com meus defeitos e virtudes.

O programa Nar-Anon é maravilhoso, uma reforma íntima que está me moldando lentamente. Será esse o segredo?

Então continuei voltando e a cada reunião me era revelado um ou mais Segredos.

Este Lema funcionou para mim, pois me incentivou a perseverar, buscando o autoconhecimento que gerou meu equilíbrio. A cada reunião aprendo sempre e para mim o segredo é Motivação, Compromisso e Ajuda Mútua.

A busca pelo Segredo é um estímulo para continuar o processo de recuperação. É uma forma de criar a vontade de ser assíduo, de pertencer a irmandade.

Descobrir qual é o Segredo faz parte da recuperação de cada um.





## MÃO AMIGA

Como é bom chegar aos Grupos e encontrar sempre uma mão amiga estendida, os sorrisos nos lábios me dando as boas vindas... Como isso é bom!

Esse foi um, entre tantos outros motivos, pelo qual continuei voltando. Na sala eu era igual aos outros companheiros e me sentia livre para dizer o que tinha em minha mente e coração sem medo de pré-julgamentos; sabia que se chorasse ali teria braços para me confortar e se estivesse feliz, veria pessoas felizes por me verem assim.

Hoje volto no tempo e penso como o Nar-Anon teve o poder de me fazer sentir tão bem. Agora tenho ferramentas maravilhosas à minha mão para usar quando e onde quiser: a programação, os Passos, as Tradições, os Lemas, os Conceitos, o apadrinhamento

e uma ferramenta espetacular - os companheiros, os quais chamo de amigos, amigos que chamo de família porque os escolhi com o coração. Da mesma forma que me senti tão bem acolhida quando cheguei tento retribuir com aqueles que estão chegando, fazendo sempre o meu melhor.

Estou sempre com a mão estendida para os recém-chegados, mas também para os antigos, afinal, acolhimento se faz no dia a dia com amor, cuidado e atenção. Não importa se chegou hoje ou se vem de uma longa jornada dentro da irmandade. Para mim sempre será um bom motivo para estender a mão e dar meu abraço, para que meu coração bata bem junto de quem estou acolhendo e me venha a certeza de que continuar voltando sempre funciona.

## SUGESTÃO DE UM ACOLHIMENTO AMOROSO

Muitas vezes um recém-chegado procura o Nar-Anon na ânsia de ajudar o seu familiar ou amigo querido; chega confuso e nem sempre consegue absorver tudo que queremos passar sobre nossa irmandade. Por isso abaixo sugerimos algumas informações que possam ser importantes num primeiro contato conosco:

### O QUE É O NAR-ANON?

Somos uma irmandade de homens e mulheres que compartilham suas experiências, força e esperança. Também lemos e comentamos somente literatura Nar-Anon.

### A IMPORTÂNCIA DO ANONIMATO

Tudo o que é falado dentro de uma sala Nar-Anon é confidencial. Portanto é solicitado aos membros que respeitem a confidência e o anonimato de cada membro. Tudo que você ouve, vê e quem você vê dentro da sala, deixe que fique na sala. Isso nos dá a liberdade de expor nossos sentimentos confiantes no sigilo do anonimato. É importantíssimo respeitar também o anonimato do NA.

### NAR-ANON É UM PROGRAMA ESPIRITUAL

A crença religiosa é assunto pessoal de cada membro e não deve ser discutida ou colo-

cada em questão dentro de uma reunião de Nar-Anon. Apenas é sugerido que se creia em um Poder Superior a nós mesmos para ajudar em nossa recuperação.

### IGUALDADE

Todos os membros são iguais e a cada um é dado o direito de opinar ou questionar, respeitando sempre nossa Tradição Um que visa o bem estar comum e a unidade do Nar-Anon. Todos os membros podem prestar serviço no Nar-Anon. Não há hierarquia nem comando.

### SACOLA (Tradição Sete)

Isto é uma Tradição do Nar-Anon. A contribuição financeira é voluntária e anônima. Não há valor estipulado e contribui quem quiser, quando quiser e se puder. Nar-Anon é autossuficiente não aceitando contribuição de fora, apenas de seus membros. O dinheiro da contribuição é usado para pagar o aluguel do local das reuniões, adquirir literatura e para contribuir com os Escritórios Estadual e Nacional.

### O QUE É ADICTO?

A palavra adicto designa o dependente químico.



#### Expediente Boletim Informativo: "Nar-Anon em Foco"

O "Nar-Anon em Foco" é uma publicação dos Grupos Familiares Nar-Anon do Brasil, Área-painel de São Paulo e Serviço de Informação e Divulgação da Área-painel de São Paulo - SID/SP. Qualquer matéria publicada neste Boletim somente poderá ser duplicada, em qualquer forma, após autorização expressa do SID/SP.

#### Linhas de Ajuda aos Familiares e Amigos de Adictos:

Grupos Familiares Nar-Anon:  
Atendimento de 2ª à 6ª das 9h às 17h  
São Paulo: (11) 3311 7226  
Santos (13) 3013 2070  
Rio de Janeiro: (21) 2263 6595  
Escritório e Redação:  
Av. Senador Queirós, 96 - 9º andar  
Salas 905/906/907 - São Paulo/ SP  
CEP 01026-001 - Tel. (11) 3227 8983  
[www.naranonsp.org.br](http://www.naranonsp.org.br)  
[nananoninf@gmail.com](mailto:nananoninf@gmail.com)  
WhatsApp: 11/95937-1111

#### Pedidos para colaborações:

Depoimentos, Matérias, Perguntas,  
Sugestões deverão ser encaminhadas  
via: [nananoninf@gmail.com](mailto:nananoninf@gmail.com)  
Fax: (11) 3227 8983  
A/C NAR-ANON EM FOCO  
Correio: Av. Senador Queirós, 96  
9º andar, Sala 905 - CEP 01026-001