



## À PROCURA DA SERENIDADE

Os Grupos Familiares Nar-Anon têm como único propósito ajudar familiares e amigos de adictos a encontrar alívio de sua dor e, conseqüentemente, a Serenidade. Através de um programa de amor oferecem aos seus membros várias ferramentas, dentre elas:

**Reuniões:** Segundo a Tradição Quatro, cada Grupo é autônomo na escolha do tipo de suas reuniões e como conduzi-las, desde que não fira as Tradições. As reuniões devem ser em locais seguros, onde podemos falar e expressar nossos sentimentos com pessoas

que compartilham a mesma dor. Experiências demonstram que a frequência às reuniões tem ajudado muitos de nós a encontrar o caminho de vida em direção à Serenidade.



**Partilhas:** Através do compartilhamento de experiências, força e esperança ficamos encorajados a enfrentar nossos problemas com Serenidade. Escutamos para aprender e falamos de nossos medos, culpa e ressentimentos para desabafar... a cura entra pelo ouvido e a doença sai pela boca. Por isso devemos ser totalmente honestos e falar de nossos reais sentimentos.

O que partilhamos pode dar esperança e encorajamento aos outros, principalmente aos recém-chegados, que assim podem continuar voltando.

**Literatura:** Nossa irmandade oferece aos seus membros grande variedade de literatura de recuperação e de serviço, aprovada pela Conferência (LAC). A leitura diária da literatura Nar-Anon nos ajuda a encontrar a Serenidade que precisamos fora das reuniões. É uma ferramenta prontamente disponível e indispensável.

### DESTAQUE:

#### ENCONTRO DE ESTUDOS NAR-ANON-2018

Comitê de Área-painel de São Paulo  
Resort Recanto do Teixeira - Nazaré Paulista - SP  
24, 25 e 26 de Agosto de 2018

Balancete de Julho de 2017	
Conta Corrente Banco Itaú:	R\$
Saldo Anterior	16.289,00
Entradas	7.681,62
Saídas	- 16.400,06
Margem do Mês	- 8.718,44
Saldo Final	7.570,56

Balancete de Agosto de 2017	
Conta Corrente Banco Itaú:	R\$
Saldo Anterior	7.570,56
Entradas	10.524,35
Saídas	- 6.816,04
Margem do Mês	3.710,11
Saldo Final	11.278,87

## EDITORIAL

Olá companheiros!

Nesta edição apresentamos o resultado do Encontro Estadual e a repercussão de seu sucesso numa carta enviada por uma companheira para o Comitê de Eventos e publicada neste Boletim. Gratos.

Atenção para o **DESTAQUE** desta edição. Foi lançado o próximo evento da Área-painel de SP e a Ficha de Inscrição já está em nosso site [www.naranonsp.org.br](http://www.naranonsp.org.br) Corra para fazer a sua!

Temos também contribuições de companheiros com partilhas de suas experiências, que podem nos auxiliar em nossa recuperação.

No **NAR-ANON INFORMA** mais um material extraído dos Guias do ENSNAR – **Tipos de Reuniões**.

Não deixem de ler e apreciar o Boletim **Nar-Anon Em Foco**.

Aguardamos suas contribuições com partilhas, perguntas e sugestões pelo e-mail [naranoninf@gmail.com](mailto:naranoninf@gmail.com)

Gratos e continuem voltando!

## UM OLHAR DIFERENTE

A cada dia agradeço ao Poder Superior a oportunidade de viver, de olhar o mundo de uma maneira nova, de acordo com a minha aprendizagem da programação, percebendo que nem tudo é tão ruim quanto me parecia. Basta, apenas, eu ter um olhar diferente e sempre haverá coisas boas para eu admirar. Agora cresço com as dificuldades e vejo que são elas que me fazem mais forte. Posso analisar os meus problemas e enfrentá-los para com eles poder crescer. Devo aproveitar as ferramentas que tenho com a convicção de que só depende de mim usá-las.

Às vezes é difícil, mas sei que não é impossível, e ao conseguir ver o quanto é gratificante poder colocá-las em minha vida e, devagar, um dia de cada vez, fazer a mudança em meu interior, contando com a ajuda do meu Poder Superior. Isso não quer dizer que Ele vai resolver tudo sozinho, eu tenho que ter disciplina, comprometimento, responsabilidade e fazer a minha parte. Espero não deixar o externo respingar em mim, lembrando que o outro é só o outro, que devo aceitar como é, respeitar e amar.

## ACONTECEU NO NAR-ANON

24/07 - 13º Aniversário do Grupo Gratidão - São José dos Campos/SP  
 Julho - 24º Aniversário do Grupo Renovar – Santos/SP  
 29/08 - Aniversário do Grupo Despertar - Praia Grande/SP  
 30/08 - 20º Aniversário do Grupo Vila Oratório – São Paulo/SP

Novo endereço do Grupo Novo Horizonte - São Vicente/SP  
 Av. Presidente Wilson, 1437 - Centro.  
 Local: Escola da 1a. Igreja Batista.

17/09 – Tarde de Recuperação – Distrito I

### EVENTOS – Área-painel São Paulo

22/10 – Domingo de Recuperação – Distrito IX  
 Endereço: Chácara Punto Felice - Tomaz Fortunato 42 - Praia dos Namorados Americana, SP  
 Temática “HOJE É POSSÍVEL” com companheiros do Nar-Anon

29/10 - Domingo de Recuperação – Distritos III e XI  
 Endereço: Rua Afonso Sardinha, 58/60 - Lapa - São Paulo-SP  
 Salão de Festas Paroquial - Igreja Nossa Sra. da Lapa  
 Tema: “CORAGEM PARA MUDAR”

19/11 - Domingo de Recuperação - Distrito VI  
 Endereço: Escola Municipal Cidade da Criança  
 Rua Rubi 600- Cidade da Criança - Praia Grande  
 Tema: “SERENIDADE – UM CAMINHO DE DOZE PASSOS” com companheira Nar-Anon

# MÃO AMIGA



Este foi o tema de nosso Encontro Estadual da Área-painel de São Paulo, realizada no Hotel Fazenda São João na cidade de São Pedro, nos dias 25,26 e 27 de agosto. Foi um evento repleto de emoções, alegrias, surpresas, com muita espiritualidade, desde a abertura até o encerramento.

O tema Mão Amiga, tão bem abordado pelos palestrantes, nos remeteu à conscientização de nossa responsabilidade em acolher e prestar ajuda aqueles que chegam pela primeira vez em nossos Grupos e também aqueles que ainda não conhecem nossa irmandade. A Mão Amiga não se refere apenas ao acolhimento amoroso para os recém-chegados, mas à acolhida e ao abraço que todos nós recebemos em cada reunião ou evento com companheiros do Nar-Anon.

Sábado à noite, após as atividades em sala, tivemos a Festa na Roça, onde foi servido jantar com comida preparada no fogão à lenha, casamento caipira e até quadrilha. Todos que participaram se divertiram.

Domingo ficou aquele gostinho de quero mais e por isso foi lançado o próximo evento da Área-painel de São Paulo: Encontro de Estudos em Nazaré Paulista, nos dias 24, 25 e 26 de agosto. Ficha de Inscrição e detalhes estão em nosso site [www.naranonsp.org.br](http://www.naranonsp.org.br).

Agradecemos ao Poder Superior, ao Comitê de Eventos e a todos que participaram colaborando para o sucesso desse evento.

## CARTA DE UMA NAR-ANON AMIGA

Gostaria de expressar todo meu amor e carinho pelos companheiros do Nar-Anon, mas neste momento, em especial, aos companheiros que fizeram ser possível acontecer o Encontro Estadual de 2017. Imagino ser muito difícil, todos têm seus problemas particulares de saúde, adicção ativa, dificuldade financeira, mas dentro das suas possibilidades, fizeram o seu melhor.

Falando por mim, dos Encontros que participei, foi o que mais gostei. O tema escolhido "Mão Amiga", fez com que de uma forma muito sutil, eu refletisse sobre as Tradições aplicadas ao dia a dia, que nas reuniões não são tão estudadas, mas que hoje no meu entendimento, me ajudam a enxergar a verdade nua e crua de meus defeitos de caráter.

Muitas vezes critiquei, julguei, criei crises, manipulei entre outras coisas, olhando somente para meu umbigo, sem respeitar e aceitar a opinião dos companheiros de Grupo ou de pessoa da minha convivência.

Com certeza nunca esquecerei meu primeiro Encontro quando cheguei ao hotel e me deparei com aquelas pegadas no chão dos corredores dos quartos. Fiquei encantada! Mas o Encontro deste ano foi "the

best". Não sei se foi por conta da minha maturidade dentro da irmandade, mas tocou meu coração de uma forma muito especial, fez com que eu tivesse um novo olhar sobre a minha responsabilidade dentro de uma sala de Nar-Anon.

Só por hoje, com as baterias recarregadas, peço ao meu Poder Superior coragem para continuar voltando, esperança para não esmorecer no caminho, fé para continuar minha jornada, aceitando o que não posso mudar, mudando aquilo que posso, tendo sabedoria para perceber a diferença e sempre fazendo o meu melhor.

Com muita paz e serenidade retornei ao meu lar, sabendo que não estou mais sozinha, e para mim a solidão é o pior castigo. Portanto, tenho que continuar voltando, cultivando o meu jardim, porque meus companheiros do Nar-Anon são minhas flores. Só com eles consigo ver todo o esplendor dos ipês e ter a certeza que a vida "é bonita, é bonita e é bonita". Continuo voltando, pois sei que funcional!

*Uma companheira do Grupo Aceitação*

# NAR-ANON INFORMA

## GUIAS DO ENSNAR - Escritório de Serviços Gerais Nar-Anon

Além de nossas Doze Tradições, dos Doze Conceitos e do Manual de Serviços, temos também os Guias do ENSNAR que nos direcionam e ajudam na prestação de serviços em nossa irmandade. Eles podem ser consultados e impressos gratuitamente no site do Nar-Anon: [www.naranon.org.br](http://www.naranon.org.br), clicar em SERVIÇO, onde se alojam os Guias e também os Materiais de Apoio. Essas são ferramentas de informações importantes para aqueles que querem prestar serviço em nossa irmandade.

Os Guias 1 ao 6 se referem ao Narateen. Caso algum companheiro queira abrir um Grupo Narateen esses Guias oferecem informações e ajuda.

Nesta edição apresentaremos um resumo do Guia **20GE - PARA TIPOS DE REUNIÃO**. Este Guia tem por finalidade orientar os membros que programam reuniões Nar-Anon, dos Grupos, Distritos e Comitês de Área. Não existem fórmulas rígidas para uma reunião de Nar-Anon. Em geral, as reuniões começam com a Oração da Serenidade e o Coordenador lê o Roteiro sugerido.

### Tipos de reuniões:

- a. **Reuniões regulares:** são as mais comuns. São fechadas, limitadas a membros de Nar-Anon.
- b. **Reuniões abertas:** são reuniões de informação ao público, visando apresentar a irmandade à comunidade.
- c. **Reuniões de serviços:** são para membros interessados em estudar, discutir e compartilhar assuntos de serviço para administrar e organizar o Grupo.

d. **Reuniões de estudo-discussão:** são organizadas para um estudo mais intenso do programa Nar-Anon. Devem ser realizadas **fora dos horários das reuniões regulares**.

e. **Reuniões em painel:** os presentes podem fazer perguntas, as quais são **respondidas por um painel de dois ou três membros**, designados pelo Grupo com antecedência. Também pode ser feita uma troca de experiências informal, limitando o tempo por pessoa.

f. **Reuniões para Inventário de Grupo:** pode ser baseada no material de apoio **MA04- "Inventário de Grupo Nar-Anon"**. Durante a reunião, é importante que cada membro compartilhe os seus pontos de vista. Muitos problemas do Grupo são solucionados com esse tipo de reunião.

g. **Reuniões em instituições:** são reuniões periódicas, coordenadas por membros do Nar-Anon e realizadas em hospitais, centros de tratamento, prisões e outras instituições de internação. Têm como objetivo o encaminhamento aos Grupos Nar-Anon.

h. **Reuniões de treinamento e estudo (Oficinas):** são organizadas para membros interessados na prestação de serviço no Nar-Anon.

i. **Assembleia de Área:** é uma reunião de Representantes de Grupos (RGs), convocados com o propósito de discutir assuntos que afetem a Área ou o Nar-Anon como um todo. Qualquer outro membro pode participar, sem direito à voz.



### 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)  
[naranoninf@gmail.com](mailto:naranoninf@gmail.com)  
WhatsApp: 11/95937-1111

### Pedidos para colaborações:

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