



RESUMO DAS ATIVIDADES

DO COMITÊ ÁREA-PAINEL DE SÃO PAULO 2017

Foram realizadas no escritório do SID/SP as Oficinas de:
18.02.2017 – Oficina de Divulgação – Clínicas e Instituições

06.05.2017 – Oficina do Plantão Telefônico

21.10.2017 – Oficina de Acolhimento

Foi criado um grupo no WhatsApp para RDs tendo como administrador a Coordenadora da Área. Houve adesão não só dos RDs, mas também dos RGs e de alguns servidores interessados. Esse grupo funcionará apenas com o objetivo de compartilhar assuntos de serviço do Nar-Anon. Através dessa ferramenta, os Distritos informarão a data de suas reuniões e dessa forma a Coordenadora da Área SP poderá estar presente nas reuniões dos Distritos II, III, IV, VI. Ficará mais rápida também a informação de abertura, mudança de endereços e horários dos Grupos.

Nos dias 31 de março, 1 e 2 de abril de 2017, nossa irmandade foi convidada a participar da Convenção de Narcóticos Anônimos em Poços de Caldas/MG. O convite foi aceito pelo Comitê da Área-painel de São Paulo, onde foi disponibilizada uma sala para os familiares e amigos de NAs presentes na Convenção. Além da distribuição de folhetos de divulgação, fizemos acolhimentos, houve partilhas de companheiros e no sábado foi realizada uma reunião volante. Foi uma experiência bem gratificante.

Nos dias 25, 26 e 27 de agosto de 2017, foi realizado na cidade de São Pedro/SP o XIV Encontro Estadual com o tema MÃO AMIGA. Foi abordada pelos palestrantes a importância de se encontrar apoio nos momentos de desespero no convívio

com um familiar ou amigo adicto e foram organizados grupos que simularam o acolhimento ao recém-chegado. Nesse mesmo evento foi lançado o próximo Encontro de Estudos a ser realizado em agosto de 2018, na cidade de Nazaré Paulista/SP, cujos detalhes estão na Ficha de Inscrição no site www.naranonsp.org.br

No dia 29.07 recebemos em nossa reunião unificada Área/SID a visita da companheira Isabel do Paraguai. Ela nos disse que iria fazer uma revolução quando voltasse ao seu país, pois ficou maravilhada com nossa Área.

No dia 30.09 foi realizada uma Assembleia para eleição do candidato a Curador para compor a lista do ENSNAR. A votação foi realizada com os Representantes dos Grupos, em cédula própria. Apresentaram-se 4 membros. Os mais votados foram Roseli - 12 votos e Ivanete - 11.

No dia 02 de dezembro, na reunião unificada Área/SID a Coordenadora da Área se dispôs a enviar os arquivos das Oficinas de Servidores: RD, RDSID, RG, RGSID, Secretário, Tesoureiro, e de Oficinas de Coordenação e Acolhimento para os Distritos e Grupos. Ela também sugeriu uma lista de membros voluntários para realizarem essas Oficinas, quando fossem convidados. Essa lista ficará no Escritório de São Paulo disponível para os Grupos e Distritos interessados em apresentar as Oficinas em seus locais. Há também as Oficinas de Servidores do SID: Oficina de Divulgação e de Plantão Telefônico que também estarão disponíveis. Logo após essa reunião tivemos nossa Confraternização com a participação de membros dos Grupos da Área-painel de São Paulo.

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 SETEMBRO DE 2017

Conta Corrente Banco Itaú:	R\$
Saldo Anterior	11.278,87
Entradas	47.982,14
Saídas	- 43.777,42
Margem do Mês	4.154,72
Saldo Final	15.433,59

BALANCETE DE OUTUBRO DE 2017

Conta Corrente Banco Itaú:	R\$
Saldo Anterior	15.433,59
Entradas	47.471,30
Saídas	- 49.476,13
Margem do Mês	- 2.004,83
Saldo Final	13.428,76

EDITORIAL

Olá companheiros!

Esta é a primeira edição de 2018. Nós da Área-painel de São Paulo e SID SP desejamos a todos um ano repleto de Paz e Serenidade.

Estamos inovando a forma de distribuição do Boletim Nar-Anon Em Foco. Devido a vários motivos ficou decidido pelo comitê organizador e pelo SID que a partir desta edição a distribuição será de forma virtual, isto é, através de e-mail, podendo ser impresso ou redirecionado a quem se interessar. Além disso, nossas edições estão e continuarão disponíveis no site www.naranonsp.org.br.

Agradecemos as generosas contribuições financeiras dos Distritos e dos Grupos, oriundas dos eventos que nos unem e fortalecem nossa recuperação.

Na capa vocês terão a Retrospectiva de atividades da Área-painel de São Paulo em 2017. Abaixo informamos os balancetes dos meses setembro a dezembro de 2017. Reiteramos o aviso do Encontro de Estudos que será realizado em Nazaré Paulista nos dias 24 a 26 de agosto de 2018. Não percam essa oportunidade de estarmos juntos!

Compartilhamos, também, nesta edição algumas contribuições de companheiros.

Em Setembro de 2018 teremos uma Assembleia para eleição de servidores da Área-painel de São Paulo: Coordenador, Secretário e Delegados; no SID: Presidente, Secretário, Tesoureiro e Coordenadores dos Serviços Especiais de Divulgação. Há em nossas literaturas vários Guias do ENSNAR que podem ajudar a entender como prestar esses Serviços. Esses Guias encontram-se no site do Nar-Anon Nacional: www.naranon.org.br/servico. Alguns Grupos e Distritos também farão neste ano suas trocas de servidores. Leiam e divulguem em seus Grupos. Encorajem os companheiros a prestarem serviço Nar-Anon. Continuamos aguardando as contribuições para o nosso Boletim.

Boa leitura e Feliz 2018.

ACONTECEU NO NAR-ANON

DOMINGOS DE RECUPERAÇÃO:

19/11 – **DISTRITO VI** – Baixada Santista

19/11 – **DISTRITO VII** – Vale do Paraíba

03/12 – **DISTRITO II** – Zona Norte/SP

03/12 – **DISTRITO VIII** – Interior

TARDE DE RECUPERAÇÃO:

28/10 – **GRUPO REVIVER** – Sorocaba

CONFRATERNIZAÇÕES:

26/11 – **DISTRITO X** – com temática

02/12 – **DISTRITO IV** – Reunião Festiva

12/12 – **GRUPO RUDGE RAMOS** – com temática

ANIVERSÁRIOS:

10/10 – **GRUPO RAZÃO DE VIVER** – Mooca/SP

27/10 – **GRUPO ACEITAÇÃO** – Carrão/SP – 5 anos

10/11 – **GRUPO SAPOPEMBA** – Sapopemba/SP – 7 anos

23/11 – **GRUPO HARMONIA** – Jaçanã/SP – 21 anos

25/11 – **GRUPO REVIVER NA PAZ** – Araras/SP – 2 anos

27/11 – **GRUPO AMOR E VIDA** – Jundiaí/SP – 18 anos

28/11 – **GRUPO CORAGEM PARA MUDAR** – Penha/SP – 19 anos

GRUPOS REATIVADOS EM 2017:

DISTRITO VI – GRUPO NOVO HORIZONTE – São Vicente

e **GRUPO ESPERANÇA DIVINA** – Santos

GRUPOS NOVOS EM 2017:

GRUPO LIBERDADE E VIDA – Vinhedo

GRUPO FAMÍLIA E AMOR – Caraguatatuba

GRUPO PIRASSUNUNGA – Pirassununga

GRUPO DESPERTAR – Mogi das Cruzes

BALANCETE DE NOVEMBRO DE 2017

Conta Corrente Banco Itaú:	R\$
Saldo Anterior	13.428,76
Entradas	17.776,99
Saídas	- 17.688,28
Margem do Mês	88,71
Saldo Final	13.517,47

BALANCETE DE DEZEMBRO DE 2017

Conta Corrente Banco Itaú:	R\$
Saldo Anterior	13.517,47
Entradas	7.427,94
Saídas	- 16.729,34
Margem do Mês	- 9.301,40
Saldo Final	4.216,07

SOU RESPONSÁVEL POR MEUS SENTIMENTOS

Agradeço ao meu Poder Superior por me mostrar e ensinar que ninguém é responsável pelo que sinto; não preciso culpar ninguém, nem mesmo me fazer passar por vítima. Que liberdade!

Aprendi a conhecer e lidar com meus sentimentos, a pedir ajuda ao Poder Superior quando algum deles me faz mal, a rezar a Oração da Serenidade e assim ter a paz e a serenidade de que tanto preciso.

Lembro-me de quando cheguei ao Nar-Anon o quanto eu culpava aos outros, era a vítima de tudo e de todos, responsabilizava os outros pela minha raiva, meus ressentimentos e mágoas. Era mais fácil focar no que os outros faziam do que ser honesta para comigo mesma. Precisava deixar de usar máscaras, olhar atentamente para mim e me dizer que Eu era a responsável por mim e não os outros.

Descobri o quanto estava focada nos outros, vivendo suas vidas e me anulando; precisava mudar, não podia continuar fazendo de conta que a minha vida não existia, que eu não tinha nenhum objetivo.

A programação com suas ferramentas está me ajudando nesta caminhada. Sei que preciso ter disciplina e seguir o que me é sugerido se eu quiser mudar, senão vou continuar procrastinando, mendigando a atenção dos outros e os responsabilizando pela minha felicidade.

Como é bom chegar à conclusão que não tenho de culpar ninguém pelas minhas escolhas e pelos meus sentimentos. Tenho uma ajuda poderosa - basta eu aceitar e deixar meu Poder Superior me mostrar o melhor caminho a seguir, me dizendo que tenho tudo que preciso e que o tempo é d'Ele e não meu, se eu entregar e confiar.

AS COISAS QUE EU POSSO MUDAR

Sou muito grato ao programa Nar-Anon porque hoje vivo minha vida de uma maneira diferente.

Eu costumava pensar que ajudava o adicto lá de casa, quando estava fazendo exatamente o contrário. Tinha certeza de que conhecia todas as respostas e que o meu caminho era o melhor. Assumia o controle da vida dos meus adictos, mas nunca o da minha própria. Nunca havia pensado que não tinha controle sobre minha própria vida. Nunca me ocorrera que minha vida era estressada, ansiosa, insone e caótica. Não é isso que é ser um pai?

Agora ajo de forma diferente e sinto muita gratidão por ter mudado o curso da minha própria vida. Posso viver a minha vida e permitir que os adictos lá de casa tenham a dignidade de viver as suas próprias. Posso me desligar deles com amor e permitir que tenham as experiências que queiram assumindo suas próprias

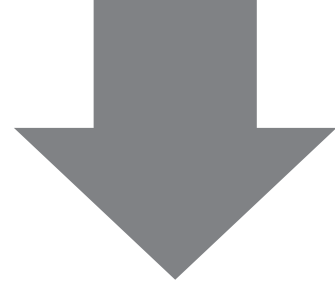
consequências. Tenho minha jornada e eles a deles. Aprendi que nunca é tarde demais para mudar.

Sou agradecido hoje pois tenho o presente de viver a minha própria vida, o dom de um programa espiritual que me oferece recuperação, crescimento e a liberdade do desligamento com amor, podendo viver, só por hoje.

Sei que a preocupação não muda nada e a facilitação me causa mais danos.

Fui abençoado com o melhor presente de todos: cuidar da minha própria vida e colher meus benefícios.

Boletim 33 - Edição 4 - Dez17 do Nar-Anon Mundial



INVENTÁRIO PESSOAL

Quero, preciso e peço a ajuda do Poder Superior para fazer minuciosamente meu inventário pessoal, mostrando a mim mesma como realmente sou, o que preciso fazer para melhorar e o que posso deixar que permaneça em mim.

Antes da programação eu não sabia quem era, não me conhecia nem percebia o que eu sentia nem quando errava, até porque eu me achava perfeita. Meu foco sempre estava nas outras pessoas, achando que podia controlar todos ao meu redor. Tinha a ilusão de saber o melhor para os outros, me achava ser o Poder Superior de todos, toda poderosa, certinha, super esperta. Fazia tudo para chamar a atenção esperando ser reconhecida e colocava máscaras. Na maioria das vezes agradava as outras pessoas para mostrar que era “boazinha”, mas no fundo, eu me desagradava. Era comum dizer sim para não contrariar e não parecer a má.

Hoje, estou vivendo um dia de cada vez. Graças à programação estou aos poucos melhorando, tentando tirar um defeito por vez, trabalhando um Passo por vez, contando sempre com a ajuda do meu Poder Superior e usando as ferramentas do programa com sensatez.

Quero continuar nesse trabalho diário para conquistar uma melhor maneira de viver, lembrando sempre que preciso estar atenta em seguir o sugerido, ter boa vontade, comprometimento, prestar serviço, trabalhar a aceitação, me amar, me respeitar e fazer dessa programação uma das coisas mais importantes da minha vida.

Hoje sei que sou a pessoa mais importante na minha vida.



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
naranoninf@gmail.com
WhatsApp: 11/95937-1111

Pedidos para colaborações:

Depoimentos, Matérias, Perguntas,
Sugestões deverão ser encaminhadas
via: 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

HUMILDADE

Um dos princípios do programa Nar-Anon é a humildade, que diferente do que muitos pensam, não é humilhação.

Aprendi que a humildade é o autoconhecimento das próprias limitações, a consciência e a real convicção da capacidade e da força, sem a manifestação da vaidade, e, também da fraqueza, sem sofrer por isso.

A cada dia o meu trabalho com os Passos é a oportunidade que tenho para me tornar uma pessoa melhor, reconhecendo e aprendendo com meus próprios

erros, sem melindres. O Lema Escute e Aprenda é uma ferramenta através da qual pratico a humildade quando considero as experiências compartilhadas uma forma de aprendizagem para o crescimento pessoal.

Pedir ajuda e admitir minha impotência diante dos fatos não faz de mim um ser humano incapaz.

“Uma pessoa verdadeiramente humilde é dotada de uma segurança pessoal tão grande, que ninguém consegue fazê-la sentir-se um fracasso”. (Grover)