

## Apadrinhamento

O apadrinhamento pode soar como um novo conceito para o recém-chegado. A importância do apadrinhamento é algo que você aprenderá em nosso programa. Ter um padrinho ou madrinha não é um requisito obrigatório. Entretanto, esta é uma ferramenta útil para nosso processo de recuperação. O padrinho ou madrinha é um membro que tem uma história de vida semelhante ou vivenciou uma situação similar à sua, ou é um membro ao qual você se sente ligado por afinidade. Um padrinho ou uma madrinha é alguém com quem você pode partilhar entre uma reunião e outra, que conhece sua história de modo que você não precisará repeti-la a cada vez que você procurá-lo para conversar. É uma pessoa que estará por perto quando você estiver enfrentando uma dificuldade ou crise. Seu padrinho ou madrinha ajudará em sua recuperação, orientando-lhe através dos Doze Passos de Nar-Anon. Se você desejar maiores informações a respeito do apadrinhamento, recomendamos que leia nosso folheto *Apadrinhamento no Nar-Anon (A-18)*.

## As Contribuições são Voluntárias

A Tradição Sete do Nar-Anon diz: "Cada Grupo deverá ser totalmente autossuficiente, recusando contribuições de fora". Tendo em vista que todas as contribuições são voluntárias, cada membro doa a quantia que puder quando a sacola passar. As contribuições do Grupo são utilizadas para comprar literatura, pagar o aluguel da sala de reuniões, fazer doações periódicas ao Distrito, à Área, aos Escritórios Nacional e Mundial. O Grupo também pode decidir pela compra de itens para o café e outras necessidades.

## Serviço no Grupo

Os membros prestam serviço no Grupo, auxiliando na organização das cadeiras e da literatura, fazendo o café antes do início da reunião, bem como limpando a sala ao término da mesma. Após frequentar algumas reuniões, você poderá desejar coordenar uma reunião ou

prestar serviço como Secretário(a), Tesoureiro(a) ou Representante de Grupo (RG). Prestar serviço ajuda a nossa recuperação.

Membros atenciosos ficarão felizes em fornecer-lhe seus telefones e em conversar com você no espaço entre uma reunião e outra. Anote aqui alguns números de telefones:

Primeiro Nome	Telefone



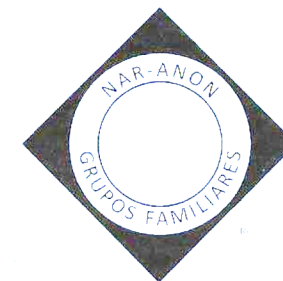
### Grupos Familiares Nar-Anon do Brasil

Rua Primeiro de Março, 125 sala 801  
20010-000 Centro/Rio de Janeiro/RJ  
Tel/Fax: (21) 2263-6595  
WhatsApp: (21) 99502-3239  
naranon@naranon.org.br  
www.naranon.org.br

### Nar-Anon Family Groups Headquarters, Inc.

22527 Crenshaw Blvd. Suite 200B  
Torrance, CA 90505 - USA  
Tel: (310) 534-8188 - (800) 477-6291  
www.nar-anon.org

# INFORMAÇÕES PARA O RECÉM-CHEGADO



## MISSÃO:

Os Grupos Familiares Nar-Anon são uma irmandade mundial para aqueles que foram afetados pela adicção de uma outra pessoa. Como um programa de Doze Passos nós oferecemos ajuda através do compartilhamento da nossa experiência, força e esperança.

**A REPRODUÇÃO DA LITERATURA  
VIOLA NOSSOS DIREITOS AUTORAIS**

## INFORMAÇÕES PARA O RECÉM-CHEGADO

Seja bem vindo aos Grupos Familiares Nar-Anon! Esperamos que você encontre conforto e amparo em nossas reuniões. Acreditamos que compartilhando nossas experiências, força e esperança aprendemos uns com os outros como lidar com a dor e a decepção decorrentes do fato de amarmos um adicto. Este folheto explicará como nosso programa funciona. Se você tiver outras dúvidas, não hesite em esclarecê-las antes ou depois da reunião.

Sugerimos que você frequente pelo menos seis reuniões antes de decidir se o Nar-Anon serve ou não para você. Você ouvirá histórias de nossos membros que são semelhantes às suas. Encontrará ajuda em nossa literatura, que poderá ser lida no intervalo entre uma reunião e outra. À medida que você for aprendendo sobre nosso programa, adquirirá força ao perceber que não está mais sozinho. Há muitas ferramentas que podem ser usadas para lhe ajudar nos momentos difíceis. Nem tudo que você ouve ou lê será adequado à sua situação, por isso leve o que gostar e deixe o resto.

À medida que for praticando o programa Nar-Anon, você começará a perceber a ampla variedade de ideias que são expressas nas reuniões. No Nar-Anon, como na vida, cada um de nós tem vivências diversas e estamos lutando para sermos as melhores pessoas que pudermos. Aprendemos que podemos praticar este programa à nossa maneira e no nosso próprio tempo.

Nas reuniões de Nar-Anon não há profissionais ou especialistas, apenas membros que têm aprendido a lidar com o problema de adicção de um ente querido. Ninguém irá lhe dizer o que fazer ou como fazer. Podemos apenas compartilhar nossa experiência, força e esperança de forma que possamos aprender uns com os outros, a fim de tomarmos as decisões que julgarmos melhores para nós.

## Ênfase no Anonimato

Solicitamos aos membros que respeitem a confidencialidade de tudo que é dito nas reuniões bem como o anonimato de cada um, principalmente fora das quatro paredes de nossas salas de reuniões e em especial no que se refere ao anonimato dos membros de Narcóticos Anônimos. *O que você ouve aqui, quem você vê aqui, deixe que fique aqui.*

## Nar-Anon é um Programa Espiritual

Isto significa que aceitamos a ideia de que dependemos de um Poder Superior para nos ajudar a resolver nossos problemas e a conquistar a paz de espírito. A crença religiosa de cada membro é assunto pessoal e fazemos questão de evitar discussões sobre qualquer convicção religiosa.

## Literatura

Em cada reunião haverá uma mesa ou um local com literatura Nar-Anon exposta. Sugerimos que depois de ler este folheto, procure conhecer e adquirir outras peças de literatura. Lembre-se que nossa literatura poderá guiá-lo à medida que você for praticando o programa e se recuperando, sem a pretensão de resolver todos os seus problemas, mas de ajudá-lo em sua caminhada.

## Tipos de Reuniões

Os Grupos são autônomos e podem decidir, através da consciência de grupo, como suas reuniões serão conduzidas. Entretanto, estas ocorrem de acordo com as Tradições do Nar-Anon. As reuniões podem acontecer por meio das partilhas dos membros, do estudo dos Passos e das Tradições, da abordagem de temas do programa ou com a participação de palestrantes.

## Participação nos Grupos

Nas reuniões de Nar-Anon somente uma pessoa fala por vez. Cada um pode expressar sua opinião durante

sua partilha. Não nos envolvemos em diálogos, debates ou conversas cruzadas durante a reunião. Não comentamos, não criticamos, nem julgamos qualquer membro nem suas partilhas. O que é verdade para um, pode não ser para o outro. Aqueles que preferirem apenas ouvir são livres para fazê-lo. Lembre-se: não estamos aqui para falar sobre os problemas do adicto, mas sim para manter o foco em nós mesmos e em nossa recuperação. Se você tiver qualquer dúvida, sugerimos que aguarde o término da reunião e fale com outros membros ou, ainda, você poderá consultar sua lista de telefones de membros do Grupo e contatá-los.

## O Coordenador

Alguns Grupos elegem um Coordenador por três meses; outros convidam diferentes membros para coordenar a reunião. O Coordenador atua apenas como um moderador no Grupo. Ele pode iniciar a reunião com partilhas de experiência, força e esperança baseadas no tema escolhido. O Coordenador não dá conselhos, não faz comentários a respeito das partilhas nem responde a perguntas durante a reunião.

## Aqui se fala Nar-Anon

Você irá perceber que os membros Nar-Anon têm uma linguagem própria. Esta é uma das razões pelas quais incentivamos que os membros continuem voltando. No início as novas palavras e expressões que você ouvirá poderão lhe parecer estranhas. Isto poderá causar algum desconforto ao recém-chegado. Entretanto, você aprenderá, aos poucos, sobre os Passos, as Tradições e os Lemas e encontrará informações úteis em nossa literatura. Algumas vezes você se perguntará por que as mesmas leituras são repetidas em todas as reuniões. Porém, à medida que continuar frequentando as reuniões, você perceberá que tais leituras e lemas vão tornar-se parte do dia a dia de sua recuperação.