

# Reaching Out

Outubro 2015

Estendendo a Mão



Hospitais e Instituições

Bem-vindo.....	2
Do lado de dentro.....	3
Do lado de fora.....	11
Transição do lado de dentro para o lado de fora.....	13
Formulário de pedido de assinatura.....	16

*“Sentimos que nossa abordagem à doença da adicção é completamente realista, pois o valor terapêutico da ajuda de um adicto a outro não tem paralelo.”*

TEXTO BÁSICO, “COMO FUNCIONA”

# Do Editor

Gostaríamos de dar as boas-vindas a todos vocês ao periódico dos Serviços Mundiais de NA, o *Reaching Out!* Esperamos que o conteúdo desse periódico o ajude em sua recuperação ou esforços de H&I. Há três seções no *Reaching Out*. A primeira seção, “De Dentro”, é formada por cartas de adictos encarcerados compartilhando sua experiência, força e esperança sobre como eles encontram e mantêm a recuperação da adicção através de NA.

A segunda seção, “De fora”, é uma oportunidade para subcomitês de Hospitais e Instituições oferecerem sua experiência conseguidas através de levar a mensagem de recuperação de NA aos adictos que não podem participar de reuniões regulares. Você também poderá encontrar experiências pessoais de membros que ouviram a mensagem de NA do lado de dentro e agora estão vivendo e apreciando a vida do lado de fora.

*Reaching Out* está apresentando uma nova seção, “Transição do lado de dentro para o lado de fora”. Estamos publicando nossa primeira apresentação nessa edição. Estamos ansiosos para que membros compartilhem com outros membros sua experiência com uma transição bem-sucedida.

Nós incentivamos membros e subcomitês de H&I a escreverem para o *Reaching Out*. Por favor, considere que há maior probabilidade de publicarmos artigos que focam em como NA ajudou um indivíduo a se recuperar enquanto encarcerado, do que aqueles que se concentram nos horrores do uso de drogas. Envie todas as cartas para “*Reaching Out!*”; NAWS, PO Box 9999; Van Nuys, CA 91409-9999; USA, HandI@na.org (Inglês) ou, se preferir, para o Centro de Serviços HOW Brasil – Rua Ferreira Penteado, 1331 – Fundos – Bairro Cambuí – CEP 13010-041 Campinas – SP ou ainda por e-mail para [historiaspessoais.ro@gmail.com](mailto:historiaspessoais.ro@gmail.com) (Português).

**NOTA: Somente** as cartas, artes e/ou fotos enviadas **aos cuidados do *Reaching Out*** serão enviadas aos editores para publicação e, o envio destas para um dos endereços acima, implica a **autorização do autor para sua publicação**.

Nossos prazos de publicação previstos são os seguintes:

<b>Edição</b>	<b>Limite para entrega</b>
Janeiro/2016	15 de outubro de 2015
Abril/2016	15 de fevereiro de 2016



# Do lado de dentro

## *Caro Reaching Out,*

Estou escrevendo para compartilhar um pouco da minha história. Estou encarcerado atualmente em uma penitenciária na Virgínia, enquanto aguardo minha sentença. Não espero sair com a pena cumprida quando eu for a julgamento, apesar de já estar aqui por um ano. Tudo é possível. Eu costumava ter muita ansiedade sobre qual seria o resultado. Eu ficava tentando controlar minha saída da prisão, pressionando por todas as possibilidades que eu inventava, como ir para uma clínica de reabilitação de longo prazo ao invés da pena de prisão. Eu pensava que eu estava sendo proativo, mas, na verdade, só estava me enlouquecendo. Finalmente me dei conta de que sou impotente perante minha libertação. A única coisa que eu posso (ou devo) fazer é continuar fazendo o que posso para lidar comigo mesmo – trabalhar a minha recuperação hoje e deixar o resto para meu Poder Superior. Depois que entreguei minha vida, foi como se um peso enorme fosse tirado de mim. Parei de me estressar e já não passava mais a noite acordado, obcecado com pensamentos do que poderia acontecer. Eu sei que o resultado provavelmente não será o que eu esperava, mas tenho fé na vontade do meu Poder superior para mim. Eu apenas decidi aproveitar o máximo dela.

A unidade onde estou não tem muitas opções ou recursos para reabilitação, mas tenho aproveitado cada oportunidade disponível na prisão. Consegui um padrinho temporário de fora para trabalhar os passos comigo. Tive sorte em ter conseguido isso, pois esse não é um procedimento comum nessa unidade. A sorte estava ao meu lado, já que eu tenho um amigo do lado de fora que cuidou para que eu conseguisse um padrinho. Comecei os meus passos e tenho um Texto Básico, bem como o Isto Resulta: Como e Porquê. Eu os leio e faço minhas preces todos os dias, e também medito. Faço afirmações positivas e listas de gratidão todos os dias para melhorar meu animo. Vou a todas as reuniões de NA que ocorrem aqui, e estou prestes a concluir o programa de abuso de substâncias oferecido aqui. Estou fazendo isso por escolha própria e não porque foi uma ordem judicial ou porque pensei que ajudaria na

minha sentença. Estou fazendo isso porque não quero voltar ao estilo de vida que eu costumava ter.

Minha adicção tirou tudo de mim. Perdi meu emprego, carro, casa e filhos, sem contar minha sanidade. Acredito que fui colocado aqui por uma razão e não porque eu fui pego. Acredito que meu Deus tentou me salvar várias vezes antes, mas estava muito cego para ver. Agradeço por esta oportunidade, apesar de estar preso. Me considero um privilegiado, porque alguns de nós nunca têm essa chance, e morrem. Obrigado, Narcóticos Anônimos, por dar a ajuda que eu preciso em minha recuperação.

JM, VA

## *Caro Reaching Out,*

Não era de se admirar que eu acabei na posição que estou agora. Muito cedo na minha vida, comecei a sentir que não fazia parte. Quando comecei a frequentar a escola, eu sabia que se fosse fazer isso, teria que ser sozinho. Esse foi o começo de um padrão de escolhas que sempre eram focadas nos meus desejos egoístas. Comecei a enxergar as pessoas como coisas a serem usadas para minhas necessidades. Se você tivesse o que eu queria, eu faria o que precisasse para ter isso de você.

Quando eu cheguei à quinta série, eu já bebia e fumava. Isso me permitiu andar com um grupo inteiramente novo de pessoas que não me julgavam. Quando cheguei ao ensino médio, aumentei minhas habilidades de ladrão arrombando uma casa enquanto a família ainda estava lá. Acabei sendo pego, o que deu início às minhas visitas regulares à polícia. Eu precisava manter minha imagem agora. Quando eu tinha 14 anos, comecei a usar as armas do meu pai como se fossem meus brinquedos novos e, depois de tomar alguns drinques, eu acidentalmente atirei num dos meus amigos, matando-o. Fui condenado por homicídio culposo pela morte dele. Depois disso, eu senti como se não tivesse uma maneira de compensar o que eu tinha feito, então, por que eu deveria tentar? Não é nenhuma surpresa que fui expulso de uma escola e depois pulei fora de outra.

Durante esse tempo, experimentei muitas drogas diferentes, procurando a resposta. Acabei conseguindo um emprego como mecânico e não ganhei tanto dinheiro com isso. Decidi que, como todo mundo

estava gastando seu dinheiro em drogas, eu deveria só vender maconha e tudo estaria bem. Decidi que precisava proteger meu investimento e comprei uma pistola semiautomática. Mesmo tendo tudo isso, não era o suficiente, e comecei a usar e beber mais e mais a cada dia.

O final daquela vida veio depois de uma noite de bebida e uso em que eu apaguei e atirei em alguém na minha casa. Naquela noite, eu tomei a decisão de nunca beber ou usar novamente. Fui condenado por assassinato e agora estou cumprindo uma sentença de 47 anos.

Desde que fui encarcerado, encontrei NA através das pessoas que trazem as reuniões para nós. Eu não tinha muita esperança depois de ir à minha primeira reunião, mas consegui muito mais das reuniões do que eu jamais poderia imaginar. Pela primeira vez na minha vida, encontrei um grupo de pessoas que estavam tentando a diferença em suas vidas. Foi quando decidi que, se isso funcionava para eles, então deveria funcionar para mim. Estando na prisão, foi muito difícil conseguir um padrinho, então usei as reuniões para me manter caminhando. Não era o ideal, mas funcionou.

Entreguei minha vida e minhas vontades ao meu Poder Superior. Encontrei um padrinho e comecei a trabalhar os passos. Depois de trabalhar o nono passo e fazer reparação para minha mãe, um companheiro daqui de dentro me pediu para ser seu padrinho. Tenho alguns afilhados, consegui ficar 16 anos limpo e conheci muita gente que trabalha o programa. Eu nunca ouvi ninguém dizer que sua vida está mais “ferrada” agora que está trabalhando os passos. Se você acredita no seu Poder Superior, sua vida vai melhorar. O fato é que, mesmo estando numa prisão, tenho mais liberdade agora do que nunca tive. Obrigado às pessoas que nos trazem as reuniões e esperança.

SG, WA

## *Caro Reaching Out,*

Meu nome é TC e sou um adicto. Acredito que eu nasci adicto. Lembrome, desde muito cedo, dos traços adictivos egoístas e egocêntricos. Usei pela primeira vez por volta dos dez anos de idade e continuei usando, em praticamente todas as oportunidades, por mais de trinta anos. Durante aqueles anos houve muitas prisões, bem como longas condenações. Estou atualmente em meu vigésimo ano de uma sentença de trinta

anos a prisão perpétua. Todas as minhas prisões e condenações foram resultado direto de minha adicção. Estar preso só desacelerou meu uso. Minha vida estava incontrolável, não apenas do lado de fora, mas do lado de dentro também.

Por volta dos oito anos desta sentença de prisão perpétua, finalmente cheguei ao ponto em que não podia viver com as drogas e não conseguia imaginar viver sem elas. Escolhi a única solução que eu sabia que havia restado e tentei me matar. Eu deveria ter conseguido facilmente, mas, por alguma razão, sobrevivi. Acreditei que tinha sido salvo pelo meu Poder Superior (um Poder Superior no qual eu não acreditava naquele tempo). Acabei em uma sala de borracha<sup>1</sup> sob monitoramento de suicidas<sup>2</sup>.

Durante os três dias em que estive no hospital, tive alguns despertares. O primeiro foi que eu estava machucando a todas as pessoas que eu amava e que se importavam comigo. Eu não podia continuar com a mentira. Eu estava apenas machucando a mim mesmo. A segunda foi, que todas as coisas ruins que me aconteceram, são e foram causadas por mim mesmo. Não sei dizer por que demorei 30 anos para compreender isso. A intensidade da minha negação era surpreendente.

Poucos meses após esse incidente usei de novo, mas daquela vez foi diferente. Eu não conseguia ficar suficientemente chapado. Poucos dias depois, fui convidado a uma reunião de NA. Eu vi outros do mesmo raio<sup>3</sup>, que estavam participando e ficando limpos. Eu vi membros de NA que vinham do lado de fora e partilhavam sua experiência e, eles encontraram alguma esperança. Eu pensei: se essas pessoas conseguiam fazer isso, porque eu não conseguiria também? Comecei a participar dessas reuniões. Eu não sou um bom orador. Eu provavelmente não fazia sentido, mas ninguém me julgou. Eles continuaram a me encorajar a continuar voltando. Continuei e comecei a passar mais tempo com eles. Consegui um padrinho e comecei a trabalhar os passos.

Agora, quase onze anos depois, eu ainda trabalho os passos. Levo a mensagem onde quer que eu vá e tento ajudar a outros através dos passos. Eu compartilho quando posso e penso que deveria. Nunca consigo explicar plenamente o quanto minha vida melhorou. Jamais conseguiria chegar perto de retribuir àqueles que me amaram e ajudaram ao longo do caminho. Alguns de meus maiores professores nunca souberam que me ensinaram. Eles me mostraram através do exemplo de sua maneira de viver. Ações falam mais alto do que palavras.

Continuo cumprindo aquela sentença de prisão perpétua, mas isto não me define ou me controla. Por mais cafona que soe, estou fazendo isto um dia de cada vez. Sou mais livre agora, mais do que nunca fui nas ruas. Na maioria dos dias, estou feliz e aproveitando essa liberdade da minha adicção. Tento me lembrar da miséria de onde eu vim e para a qual eu não quero voltar; isso me mantém grato. Hoje tenho um relacionamento próximo e amoroso com minha família. Entendo que não se trata mais mim; trata-se de dar a eles o amor que eles nunca tiveram de mim. É um sentimento maravilhoso. Sinto-me muito afortunado pela vida que tenho hoje. Obrigado, NA.

TC, CA

## *Caro Reaching Out,*

Eu sou adicto em recuperação muito grato escrevendo do lado de dentro. Atualmente, estou aguardando a data do meu julgamento que definirá minha liberdade. Estou cumprindo sentença e espero ser solto em 2018. Fui apresentado a Narcóticos Anônimos através do painel de H&I que eu particularmente gostei muito. Eu estou atualmente seis meses limpo, e estou orgulhoso por estar trabalhando minha recuperação. Este é um programa para as pessoas que querem ficar limpas. Narcóticos Anônimos tem muito a oferecer. Não são apenas as reuniões, são as pessoas que você encontra, as amizades que você faz, existe também a mudança de vida e como essa mudança afeta as pessoas ao seu redor, muitos milagres, um ditado diz, “Não desista 5 minutos antes do milagre acontecer” é um dos meus favoritos. Trata-se de um adicto ajudando outro através de suas superações do dia a dia. Meu nome é KB, eu sou um adicto, e agradeço por vocês me deixarem partilhar.

KB, CA

---

<sup>1</sup> NT: Sala com as paredes protegidas por tecido estofado e emborrachado, sem quaisquer objetos exceto uma portinhola de vidro blindado e câmeras no teto, por onde o preso pode ser monitorado.

<sup>2</sup> NT: Monitoramento intensivo ao detento que apresenta risco elevado de cometer suicídio e/ou ferir outras pessoas.

<sup>3</sup> NT: Pavilhão, corredores da cadeia.

# Ao vivo do Rio de Janeiro, Brasil!

## Dia mundial da unidade

14 de junho de 2015



*Durante todas as convenções mundiais de NA, nós proporcionamos uma ligação do Dia da Unidade, onde membros institucionalizados podem participar da convenção ouvindo o partilhador(a) final compartilhar sua experiência de força, fé e esperança ao viver uma vida produtiva e responsável sem o uso de drogas. Aqui estão mensagens que recebemos de alguns desses membros que puderam participar da ligação do Dia da Unidade.*

### **Departamento Estadual de Cumprimento de Penas de Nova Iorque**

Mais de 100 presos de 8 diferentes instituições penais participaram recentemente do Dia Mundial de Unidade de Narcóticos Anônimos. Os presos participaram de uma ligação em conferência com o Rio de Janeiro, Brasil, cidade que hospedou que a Convenção bienal de Narcóticos Anônimos. A ligação, durante o último dia do evento de 4 dias, foi organizada por um grupo de membros da irmandade e um orador principal que partilhou experiências, força e esperança de viver uma vida produtiva e responsável sem o uso de drogas. Presos de Altona, Bare Hill, Bedford Hills, Cocksackie, Groveland, Hale Creek, Queensboro, e Wallkill fizeram parte dessa ligação.

### **Carta de agradecimento da Prisão Estadual da Flórida**

Obrigado por permitir que a Prisão Estadual da Flórida participasse da ligação ontem. Os presos simplesmente amaram o fato que eles foram apresentados nos agradecimentos e aproveitaram a oportunidade de ouvir palestrantes de outros idiomas e contatos telefônicos ao redor do mundo. Isso mostrou a eles que eles não estão sozinhos e que terão a oportunidade de procurar apoio consistente enquanto estão encarcerados



e também quando forem soltos. Muitos dos presos que participaram da reunião tiveram essa ligação como seu primeiro contato com NA e foram incentivados pelo evento. Novamente, obrigado por nos incluir.

### **Uma carta de um centro de tratamento na Hungria**

Hoje, em uma pequena cidade de um pequeno país, numa parte da Europa pouco frequentada, cerca de trinta adictos tiveram a chance de celebrar sua recuperação sabendo que, a centenas de milhares de quilômetros de distância, milhares de adictos faziam o mesmo em uma escala muito maior. O dia foi indo: um brilho agradável do sol de verão com uma atmosfera amorosa e tranquila entre amigos. E houve um momento maravilhoso quando aqueles milhares de adictos voltaram os olhos e os corações para nosso pequenino grupo no outro lado do mundo. Me toca profundamente mesmo agora só escrevendo sobre isso. Realmente, é uma honra pertencer a essa comunidade. Obrigado por tornar isso possível.



Ao vivo, do Rio  
NA  
Domingo, 14 de junho  
Das 12 às 14h

Acima está um cartaz da primeira unidade de tratamento do estado de Kentucky a ouvir a ligação do Dia da Unidade. Os membros de NA serviram café brasileiro, cupcakes e cookies. A sala de reuniões estava cheia e haviam adictos no corredor. Foi um SUCESSO COMPLETO!

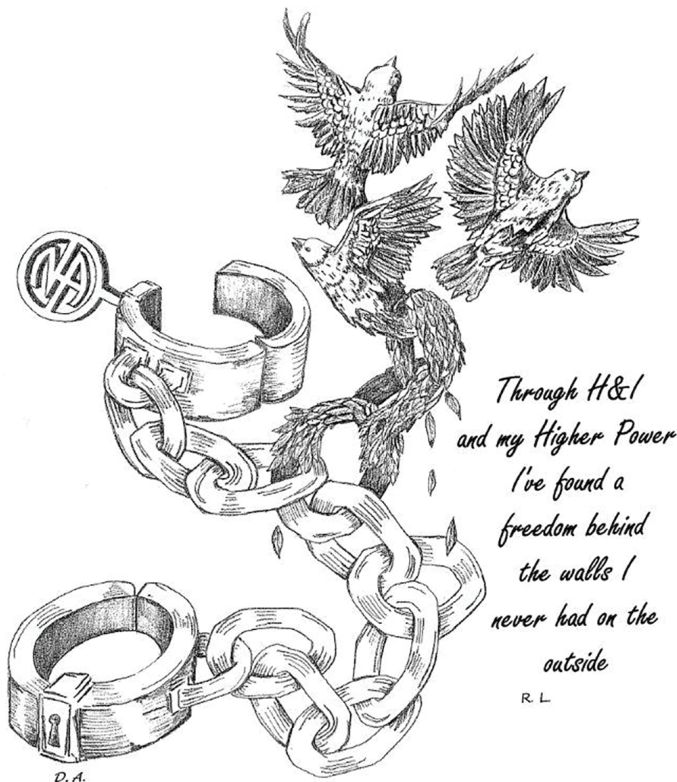
# ARTE DE DENTRO

**NOTA: Somente as cartas, artes e/ou fotos enviadas aos cuidados do Reaching Out serão enviadas aos editores para publicação e, o envio destas para um dos endereços acima, implica a **autorização do autor para sua publicação.****

Muitos membros, grupos e comunidades de NA fazem desenhos voltados para a recuperação. Acreditamos que levar a mensagem de recuperação de NA é uma ação criativa e imagens proporcionam uma mensagem poderosa da liberdade que podemos encontrar em NA.

Se você gostaria de ver sua arte impressa aqui, por favor, envie arquivos JPEG ou PDF para [hand@na.org](mailto:hand@na.org) (Inglês) ou [historiaspessoais.ro@gmail.com](mailto:historiaspessoais.ro@gmail.com) (Português) ou mande uma correspondência para:

"Reaching Out"; NAWS, PO Box 9999; Van Nuys, CA 91409-9999; USA, ou, se preferir, para o Centro de Serviços HOW Brasil – Rua Ferreira Penteado, 1331 – Fundos – Bairro Cambuí – CEP 13010-041 Campinas – SP



*Through H&I  
and my Higher Power  
I've found a  
freedom behind  
the walls I  
never had on the  
outside*

R. L.

"Através de H&I e meu Poder Superior, encontrei uma liberdade atrás das grades que eu nunca tive do lado de fora."



# Do lado de fora

## *Caro Reaching Out,*

Eu saí da prisão em junho de 2000. Eu nunca fiquei mais de 3 ou 4 meses fora antes de ser pego novamente pela polícia. Eu fui resgatado, basicamente. Mas na última vez eu fui direto para um centro de tratamento. Ingressei em NA e conheci pessoas como eu que estavam permanecendo fora da prisão. Eu me mantive perto destas pessoas e nunca aventurei de me afastar por muito tempo. Eu fui em muitas reuniões, peguei muitos números de telefones, fui em todos os eventos que eu pude. Eu permaneci nas reuniões e me tornei, com orgulho, um membro de Narcóticos Anônimos.

Eu consegui um padrinho, me tornei parte da família de apadrinhamento e trabalhei os passos. Eu fui à escola, construí uma carreira como técnico de Raio-X e hoje trabalho na área da medicina. Eu me tornei uma pessoa que eu nunca imaginei que fosse me tornar. Eu sou um amoroso, cuidadoso, compassivo, responsável e honesto homem trabalhador com integridade, valores, morais e apaixonado por Narcóticos Anônimos.

Eu partilho em painéis, tenho compromisso com as reuniões, tenho um grupo de escolha, tenho afilhados que estão fazendo o trabalho e tenho muitos amigos valiosos e um ótimo relacionamento hoje. E eu nunca olhei para trás. Eu nunca retornei para a prisão desde então, e hoje estou completando 17 anos limpo em Narcóticos Anônimos. Eu devo tudo de bom na minha vida a NA, e eu nunca poderei agradecer a NA o suficientemente. Eu só posso dar de volta aquilo que me foi dado livremente. Eu trabalho em uma casa de recuperação fora do meu trabalho e tento dar aos rapazes que foram soltos da prisão uma chance de ter aquilo que encontrei nas salas de NA.

Se eu pudesse sugerir qualquer coisa, seria para agarrar alguém e não deixar ir até que esse alguém decida te agarrar e não deixar vocês irem.

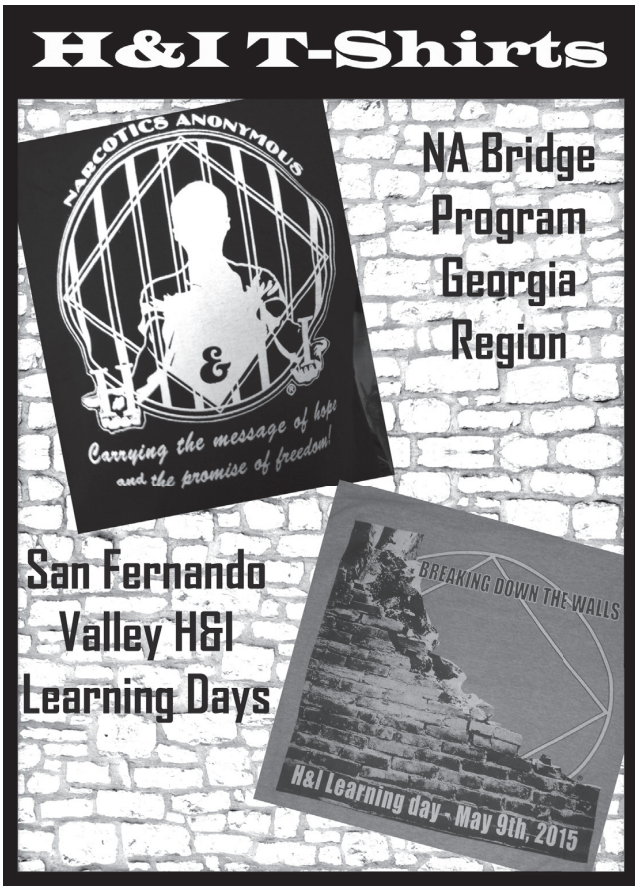
Obrigador por me ouvir,

GS



Muitos membros, grupos e comunidades de NA fazem camisetas de H&I voltadas para a recuperação. Acreditamos que levar a mensagem de recuperação de NA é uma ação criativa e uma arte. Por favor, compartilhe fotos de sua camiseta de H&I conosco! Nós gostaríamos de apresentar a sua arte. Envie arquivos JPEG ou PDF para [handl@na.org](mailto:handl@na.org) (Inglês) ou [historiaspeessoais.ro@gmail.com](mailto:historiaspeessoais.ro@gmail.com) (Português).

**NOTA:** Somente as cartas, artes e/ou fotos enviadas aos cuidados do Reaching Out serão enviadas aos editores para publicação e, o envio destas para um dos endereços acima, implica a **autorização do autor para sua publicação.**



Programa ponte de NA – Região Geórgia  
Dias de aprendizado de H&I de San Fernando Valley

# Transição do Lado de Dentro para o Lado de Fora

## *Caro Reaching Out,*

Sou profundamente grato pela mudança que o programa de NA fez em minha vida e em mim. Quando faltava pouco para o dia da minha saída, fui a uma reunião no sábado à noite, a primeira reunião que eu fui quando me tornei paciente nesse lugar. As drogas, no sentido de narcóticos, não eram um grande problema. Mas havia muito álcool e existia alguma pressão para me encaixar nisso. Como um bom adicto, encontrei um alcoólico que estava muito medicado para ir por si mesmo. Eu correria para conseguir uma bebida para ele, que me ajudou a manter meus cigarros fluindo. Foi nesse momento que eu percebi que, se eu comprasse um tabaco para enrolar de 3 dólares, eu poderia pagar pelos cigarros e nunca ficaria sem. Claro que essa nova ideia era só minha doença procurando por maneiras e meios de conseguir mais.

Eu continuava a fazer a minha correria apesar de uma desconfortável consciência de que isso era um comportamento de uso. Eu tinha que parar ou eu beberia, e depois... quem sabe? Fui honesto com meus companheiros na reunião. Eles foram amorosos o suficiente para me dizer que eles não poderiam me fazer parar e que não era trabalho deles. Em seguida, foram amorosos comigo e me permitiram colocar para fora as minhas reservas que estavam enraizadas na mais egocêntrica natureza da doença da adicção. O medo era esmagador, mas eu continuei frequentando as reuniões. Conheci um homem que se tornaria meu padrinho. Esse homem teve muitas recaídas, mas estava celebrando 6 anos limpo. Eu sabia que, se ele conseguia ficar limpo e permanecer sem o uso, eu estava no lugar certo.

Um ano mais tarde, finalmente o dia de sair para a rua. Eu tenho um grupo de escolha, um padrinho, uma lista de grupos, uma sala, um telefone, e um desejo de parar de usar. Uau! Eu acabei de celebrar meu primeiro ano limpo. Foi a reintrodução ao programa que me deu as ferramentas para a transição. Agora eu posso me desinstitucionalizar, com a ajuda dos meus companheiros de NA. O que mais me ajudou foram as ferramentas. Eu estava tranquilo em ser fraco porque a irmandade me deu força ao me permitir acreditar que eles acreditavam. Deus estava no controle nessa intervenção desde o início. Ele colocou todas as pessoas, lugares e coisas em ação que poderiam me ajudar a ter outra perspectiva. Juntos podemos fazer aquilo que, sozinho, eu não consigo: recuperação. LA

## CHAMANDO TODOS OS MEMBROS DE H&I!

Por favor, envie sua história ao boletim informativo trimestral de NA, *Reaching Out*. Estamos procurando por adictos em recuperação, como você, para partilhar sua experiência de encontrar recuperação atrás das grades e mantê-la do lado de fora. Sua história traz uma poderosa mensagem de esperança ao adicto encarcerado! Obrigado.

Por favor, envie sua história para:

“Reaching Out”; NAWS, PO Box 9999; Van Nuys, CA 91409-9999; USA, Handl@na.org (Inglês) ou, se preferir, para o Centro de Serviços HOW Brasil – Rua Ferreira Penteado, 1331 – Fundos – Bairro Cambuí – CEP 13010-041 Campinas – SP ou ainda por e-mail para [historiaspessoais.ro@gmail.com](mailto:historiaspessoais.ro@gmail.com) (Português).

**NOTA: Somente** as cartas, artes e/ou fotos enviadas **aos cuidados do Reaching Out** serão enviadas aos editores para publicação e, o envio destas para um dos endereços acima, implica a **autorização do autor para sua publicação**.



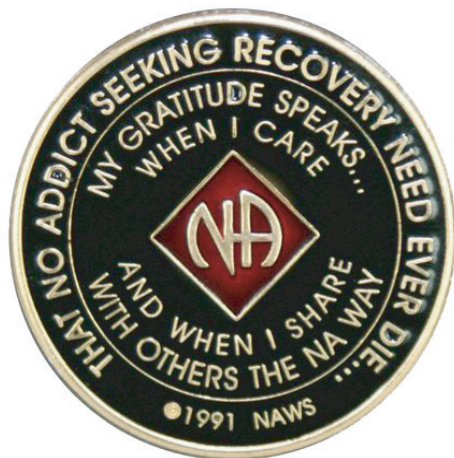
### Transição do Lado de Dentro para o Lado de Fora

Quer você tenha saído de um centro de tratamento, cadeia, hospital ou instituição, você é transferido do “lado de dentro” para o “lado de fora” para ser um membro produtivo da sociedade livre das drogas. Pensamos que sua experiência pode ser de valor inestimável para outros, quando eles embarcarem em sua transição.

Estamos oferecendo perguntas para ajudar a estimular o seu pensamento de modo que você possa querer compartilhar sua experiência conosco. Publicaremos seu artigo no *Reaching Out* para ajudar a outros.

1. O que você fez no primeiro dia de sua liberação?
2. Que passos você deu para ajudar a sua recuperação na comunidade? Você acha que os passos de transição são os mesmos para os adictos que estão sendo liberados após 30 dias ou dez anos?
3. Quais foram alguns dos desafios que você encontrou quando foi reinserido na comunidade?
4. Como NA te ajudou com informações para que você pudesse participar de uma reunião após a liberação?
5. Como você acha que NA poderia ter ajudado melhor em sua transição, e você tem alguma sugestão para oferecer para que NA possa ajudar melhor a outros em sua transição?

Estamos ansiosos para ler sua experiência e fornecer essas informações a outros. Obrigado por nos ajudar a auxiliar outros em sua transição.



*Para que nenhum adicto tenha que morrer em busca de recuperação...  
A minha gratidão fala quando me importo e compartilho com outros  
o caminho de NA*

*“Todos nós enfrentamos o mesmo dilema quando chegamos ao fim da linha e descobrimos que não conseguimos mais funcionar como seres humanos, com ou sem drogas. O que nos resta fazer? Parece haver apenas esta alternativa: ou continuar, da melhor maneira possível, até o amargo fim (prisão, instituição ou morte), ou encontrar uma nova maneira de viver. Poucos adictos no passado chegaram a ter esta última opção. Os adictos de hoje são mais afortunados. Pela primeira vez em toda a história humana, um caminho simples vem sendo seguido por muitos adictos e encontra-se ao alcance de todos. Trata-se de um programa espiritual simples – não religioso – conhecido como Narcóticos Anônimos.”*

*Narcóticos Anônimos “Nós nos recuperamos”*



# Formulário de Pedido de Assinatura

O *Reaching Out* é um boletim trimestral, orientado para a recuperação, disponível gratuitamente a adictos encarcerados através dos Serviços Mundiais de Narcóticos Anônimos. Se você ficará encarcerado por pelo menos mais seis meses e gostaria de uma assinatura gratuita do *Reaching Out*, preencha e devolva o formulário abaixo.

O *Reaching Out* também está disponível para assinatura em pacote de 20 cópias a um custo de 35,90 dólares por ano (**somente versão em Inglês**). Se você estiver interessado em adquirir um pacote de assinatura, por favor, preencha o formulário abaixo e o envie juntamente com um cheque ou ordem de pagamento.

- Eu sou um adicto encarcerado (e ficarei por, pelo menos, mais seis meses nesta situação) e quero uma assinatura gratuita do *Reaching Out*.
- Eu quero comprar \_\_\_\_\_ assinaturas de pacotes de 20 cópias do *Reaching Out* (**versão em Inglês**) à US\$ 35,90 cada, totalizando US\$ \_\_\_\_\_.

Nome \_\_\_\_\_  
(POR FAVOR, use letra de forma)

RG \_\_\_\_\_

Endereço \_\_\_\_\_

Cidade \_\_\_\_\_

Estado/Província \_\_\_\_\_ CEP/Código Postal \_\_\_\_\_

País \_\_\_\_\_

Envie para:

**Versão em Inglês**

*Reaching Out*

c/o NA World Services; PO Box 9999;

Van Nuys, CA 91409; EUA

**Versão em Português**

Centro de Serviços HOW Brasil

(A/C: Reaching Out)

Rua Ferreira Penteado, 1331 – Fundos

Bairro Cambuí – CEP 13010-041

Campinas – SP