

# Boletín de los Grupos de Familia de Nar-Anon



## "Decir" no es "Compartirlo"

Cuando llegué a Nar-Anon, no comparto reuniones. ¡No es posible! "¡Hola, todos, mi vida y mi familia están destruidos y me siento como un fracasado!" Yo no. Al crecer, aprendí que los hombres no comparten que se sienten tontos, derrotados, asustados, o tan tristes que tienen ganas de llorar.

Fue genial sentarse en una habitación y escuchar a las mujeres compartir. Aprendí mucho de ellas y me sentí cada vez más a gusto. Cuando finalmente comencé a compartir, me sentí orgulloso de mí mismo. Realmente estaba recibiendo este programa hasta que me sentí desafiado por un amigo de confianza. "¿Cuándo vas a compartir realmente? ¿Por qué NUNCA dices nada sobre cómo te sientes? Estaba hablando de lo que estaba pasando, pero no de mí. Estaba diciendo, no compartiendo.

Las reuniones tuvieron un nuevo propósito. Escuché lo que la gente decía y cómo lo decían. Tuve que aprender a compartir sentimientos y emociones. No es fácil. Quería compartir, pero tenía miedo. Primero, intenté compartir con un amigo de confianza en Nar-Anon. Después de un tiempo, compartiría una reunión, pero no todo. Poco a poco se hizo más fácil y compartí más. Mi familia Nar-Anon me escuchó, aceptó y alentó.

Finalmente empecé a compartir sin practicar. A veces era bueno y a veces no lo era. Poco a poco me sentí cada vez más a gusto. Una nueva persona comenzó a surgir en las reuniones. ¡Flash! ¡Realmente compartir me ayuda a entender mis propios sentimientos ocultos! Como ventaja, una vez que saqué los viejos sentimientos, pude prestar atención a más de nuestro programa. No me malinterpretes. Todavía no soy bueno compartiendo. Me tomó muchos años convertirme en el hombre que soy, pero Nar-Anon me muestra el camino para convertirme en el hombre que quiero ser.

### Dentro de este número:

<a href="#">¿No puede encontrar un padrino?</a>	<a href="#">2</a>
<a href="#">Mis herramientas de recuperación</a>	<a href="#">3</a>
<a href="#">Estados financieros</a>	<a href="#">4,5</a>
<a href="#">Carta a mí mismo</a>	<a href="#">6</a>
<a href="#">Esquina del Comité</a>	<a href="#">7</a>
<a href="#">Eventos</a>	<a href="#">8</a>
<a href="#">Apelación</a>	<a href="#">8</a>

## Estados financieros

De acuerdo con los estatutos de la Sede del Grupo De la Familia Nar-Anon, Inc. (NFGH, Inc.), un informe financiero anual debe ser presentado a todos los fideicomisarios, y publicado en el sitio web de Nar-Anon y en el boletín. Los estados financieros del año que termina el 31 de diciembre de 2018 se pueden encontrar en las páginas [4](#) y [5](#).

CONEXION DE SERENIDAD





## Nuestros Miembros Comparten

### ¿No puede encontrar un padrino?

Muchos miembros de Nar-Anon viven en nuevas áreas o regiones que carecen de relaciones y redes de padrino. Otros tienen la suerte de vivir en áreas y regiones establecidas donde los miembros están practicando una de las herramientas más útiles de nuestro programa. ¿Cómo pasamos de lo nuevo a lo establecido? ¿Cómo llegamos desde aquí? A veces tenemos que pensar fuera del área de confort porque no parece que tengamos las opciones que otros tienen. ¿O sí? Comenzar un grupo de estudio de pasos ayuda a los miembros a trabajar los pasos con otras personas en lugar de tratar de hacerlo solos. Nadie debería trabajar los pasos solo. Es difícil ser verdaderamente honesto si sólo hablamos con nosotros mismos. Los grupos de estudio establecen guías y animan a los miembros a compartir solo si se sienten cómodos de hacerlo, y a reunirse en privado con otros miembros para temas más sensibles. Algunos miembros se han unido a grupos de Internet donde conocen a personas y encuentran padrinos a miles de kilómetros de distancia mientras siguen

practicando el anonimato. Algunos miembros asisten a convenciones en otras regiones o países para reunirse con miembros con los que se conectan y de esa manera encontrar padrinos. Los padrinos no tienen que estar en su reunión local o incluso en su área o región. Se trata de con quién te conectas. Quién tiene lo que quieres. En quien sientes que puedes confiar. Se trata de quién puede ayudarte a encontrar tu propio camino. Una región solía pedir a los miembros que estaban dispuestos a ser padrinos que pusieran su nombre en una lista para que los que necesitaban padrinos pudieran elegir uno de la lista. Eventualmente, la región detuvo esta práctica porque no resultó en el desarrollo de padrinos. El padrino no es como pedir desde un menú; no se puede conectar con un nombre en una página. Una nueva área o región puede comenzar con talleres para ayudar a los miembros a reunirse con otros miembros fuera de su propio grupo, una mezcla de padrinos por así decirlo. Un miembro del grupo solía decir durante la reunión que no utilizamos el padrino aquí, sin darse cuenta de que había

varios miembros en el grupo apadrinando a otros. ¿Por qué anunciaríamos que no practicamos las herramientas de nuestro programa? Esto envía un mensaje al recién llegado de que realmente no creemos en nuestro programa. Nadie querría intencionalmente dañar la salud de nuestras reuniones. ¿Estás buscando un padrino? ¿Hay alguien en la habitación que parece estar en un lugar mejor que tú estás, alguien cuyo compartir realmente disfrutas? Ora y medita, pide a tu Poder Superior que te guíe y luego pídele a la persona que sea tu padrino. ¿No hay nadie en su grupo practicando el padrino? ¿Nadie en tu reunión estudiando los pasos? Pregunte durante una reunión de trabajo si a otras personas les gustaría reunirse y comenzar un grupo de estudio. Desarrollar pautas de grupo de estudio y escuchar la conciencia de grupo. Si tu grupo no está interesado, considera visitar otros grupos para buscar miembros con los que puedas conectarte. ¿No hay redes de padrino en su grupo, área o región? No te rindas. ¡Piensa fuera de la zona de confort!



#### Boletín Suscripciones Electrónicas

Haga clic aquí para obtener su suscripción electrónica **GRATUITA** a [La conexión Serena](#)  
Suscripciones hasta la fecha: **>5000!**

"Un padrino es alguien con quien podemos relacionarnos y que ha alcanzado el nivel de recuperación que también estamos buscando".

*Las Doce Herramientas de Recuperación de Nar-Anon*

## Nuestros miembros comparten



### Mis herramientas de recuperación

Cuando pienso en Herramientas de Recuperación en- visión de una caja de herramientas. Esta caja contendría innumerables herramientas de todas las formas y tamaños que podrían ser utilizados para diferentes trabajos. Podrían ser situaciones específicas o de amplio espectro. Algunas pueden utilizarse de forma conjunta, mientras que otros podrían usarse de forma independiente. Todas mis herramientas podrían ser usadas infinitamente y serían indestructibles. Por ejemplo, cada mañana rezo y medito para fortalecer mi espíritu. A medida que los desafíos del día se presentan, podría usar la Oración de la Serenidad varias veces. Al nutrir mi cuerpo, también debo nutrir mi alma leyendo literatura o escribiendo en mi diario. Para completar mi día, tomo tiempo para más oración y el paso 10. Estas cosas simples mantienen mis herramientas afiladas y en buena forma, listo cuando la vida se pone desordenada. Estoy rodeada de adictos todos los días, algunos en recuperación y otros que no lo están. Tengo cuatro hijos, todos son adictos y consumen actualmente. Los amo a todos, pero lucho por desprenderme con amor. Empezamos este baile de codependencia hace mucho tiempo. Cuando llegué por primera vez a Nar-Anon, dos estaban en recuperación, recogiendo sus propios conjuntos de herramientas para vivir un día a la vez. Sabía que pertenecía porque pasaba demasiado tiempo pensando y queriendo controlar los programas de mis seres queridos adictos y sus vidas. Si me escucharan, la vida podría ser

mejor. ¿No podían ver mi sacrificio para que pudieran tener una vida de recuperación mejor? Mientras estuvieran limpios, haría cualquier cosa y todo por ellos. Fue una relación bastante in sana. Seguí yendo a las reuniones y escuché mucho. Estaba metida en mi propio programa y no aplicaba límites ni sintiendo mucho dolor. Había trabajado mis primeros tres pasos, pero no los había compartido. Recientemente una de mis hijas recayó después de celebrar un año limpio. Me dolía el corazón y mi impotencia me controló durante días. Acudí a reuniones, mi padrino y la oración inmediatamente para ayudar con los pensamientos y sentimientos obsesivos. Mi padrino me recuerdo que no tengo control; No lo causé y no puedo curarlo. Mientras estaba de luto por la pérdida de mi hija limpia y todo lo que había ganado, hablé con otros miembros del grupo. Me recordaron que ella tiene un Poder Superior y que necesitaba entregarla a su Poder Superior. Esto fue difícil, ya que no había oído hablar de ella o la había visto en semanas. Mis pensamientos fueron a los peores lugares; estaba en las calles, vendía su cuerpo, estaba poniendo una aguja en su brazo, y una y otra vez. No estaba listo para aceptar mi antigua realidad, pero tenía algunas nuevas herramientas sobre las que trabajar. En una noche particularmente dura, no pude apagar mis pensamientos obsesivos y no pude ir a dormir. Tomé una ducha caliente y lloré. Esto me dio la liberación que necesitaba para encontrar un poco de paz. No tuve que

quedarme en este lugar inaceptable. En el pasado, habría seguido dejando que los pensamientos gobiernen mi noche. ¡Ya no más! Ahora tengo herramientas ,La literatura, específicamente el libro CEFE, fue mi consuelo. Podría recurrir a ella en cualquier momento para encontrar algo de paz y aceptación en mi vida. Las herramientas que utilizo hoy incluyen la lectura diaria del CEFE seguida de la oración y la meditación. Los lunes por la noche asisto a la reunión de mi grupo de origen. Los mensajes de texto diarios con otras mujeres en Nar-Anon me mantienen conectada a la realidad. Los jueves por la noche participo en una reunión telefónica. Los sábados, conduzco a otra reunión. Cada noche mi rutina incluye escribir en mi diario sobre cosas por las que estoy agradecido ese día. Antes de irme a dormir, paso tiempo en oración con mi Poder Superior. Actualmente, estoy trabajando los pasos con una mujer que estoy considerando apadrinar. Hace un mes, me pidieron que coordinara un nuevo grupo. Este servicio me mantiene activo en la confraternidad. Para mí, es importante aplicar el programa a través del servicio. Nar-Anon me ha dado un programa que me ayuda a vivir mi vida sin preocupaciones, control y obsesión constantes. Ahora tengo la capacidad de aplicar las herramientas de mi caja de herramientas de recuperación y por eso estoy agradecida.

Carla D.

**Sede del Grupo Familiar Nar-Anon**

**Ganancias y pérdidas**

De Enero a Diciembre de 2018

**INCOME**

3100 Literature Sales	
3101 California	37,675.52
3102 Other States/Countries	280,482.70
<b>Total 3100 Literature Sales</b>	<b>\$ 318,158.22</b>
3110 Merchandise	86.00
3200 Shipping & Handling	60,599.81
3270 EBooks	10,105.69
3300 Subscriptions-Newsletter	1,221.00
3460 Royalty Income	
Argentina	1,564.00
Colombia	700.00
Iran	84.00
United Kingdom (UK)	100.00
<b>Total 3460 Royalty Income</b>	<b>\$ 2,448.00</b>
<b>Total 3500 Contributions-U.S.A.</b>	<b>\$ 55,130.32</b>
<b>Total 3510 Contributions-International</b>	<b>\$ 8,052.26</b>
<b>3550 Contributions-Individuals</b>	<b>2,809.96</b>
<b>TOTAL INCOME</b>	<b>\$ 458,611.26</b>

**COST OF GOODS SOLD (COGS)**

4000 Cost of Sales - Production Dept	
4010 Purchases - Paper/ Supplies	26,922.96
4012 Resale Purchases	20,356.16
4020 Equipment/Copiers	78,748.88
4030 Wages	45,261.68
4032 Payroll Taxes	3,607.19
4034 Insurance	496.50
4038 Postage/Shipping	53,222.80
4040 Rent	6,855.00
4048 Repairs	372.16
4052 Utilities	1,155.44
4060 Merchandise	3,030.00
4062 Newsletters	212.50
<b>Total 4000 Cost of Sales - Production Dept</b>	<b>\$ 240,241.27</b>
<b>Total Cost of Goods Sold</b>	<b>\$ 240,241.27</b>
<b>PROFIT AFTER COGS AND DONATIONS</b>	<b>\$ 218,369.99</b>

**EXPENSES**

4100 Payroll Expenses	
4150 Salaries and Wages	97,431.25
4196 Workers Comp Ins	529.27
4197 P/R Tax ER	8,094.50
4198 Payroll Processing Fee	1,421.81
<b>Total 4100 Payroll Expenses</b>	<b>\$ 107,476.83</b>
4200 Operating Expenses	
4210 Accounting and Legal	4,670.00
4212 Bank Charges	251.24
4216 Depreciation Expense	645.00
4220 Dues and Subscriptions	93.00

4225 Office Equipment Lease	1,299.76
4230 Insurance Expense	1,685.36
4240 Office Expenses	5,726.02
4242 Office Supplies	2,340.57
4250 Postage Machine	2,126.18
4252 Postage	693.25
4260 Rent	51,600.00
4262 Repairs and Maintenance	24.00
4266 Stripe Fees	12,211.68
4270 Taxes & Licenses	660.47
4276 Telephone	4,389.16
4278 Utilities	2,941.90
4280 Web Expense	1,419.00
<b>Total 4200 Operating Expenses</b>	<b>\$ 92,776.59</b>
4600 Travel-Executive Director	264.07
<b>TOTAL EXPENSES</b>	<b>\$ 200,517.49</b>
<b>NET OPERATING INCOME</b>	<b>\$ 17,852.50</b>

**OTHER INCOME**

3400 World Convention Income	
3401 Registration	16,580.00
3402 Luncheon	5,315.00
3403 Merchandise & Literature	2,188.21
<b>Total 3400 World Convention Income</b>	<b>\$ 24,083.21</b>
3560 Insurance Certificates	610.38
3599 Miscellaneous Income	4,615.93
3650 WS Conference Income	62,827.64
4510 Interest Income	17.78
<b>TOTAL OTHER INCOME</b>	<b>\$ 92,154.94</b>

**OTHER EXPENSES**

4500 World Convention Expenses	
4501 Convention-Event	7,383.97
4502 Conventin-Luncheon	5,061.41
4503 Convention-Merchandise	568.50
4504 Convention Supplies	4,219.27
4505 Convention Travel	202.70
4506 World Convention-Misc.	784.44
<b>Total 4500 World Convention Expenses</b>	<b>18,220.29</b>
4520 WS Conference-Expenses	
4526 Conference-Hotel/Meals	43,749.90
4527 Conference-Professional Fees	2,363.00
4528 Conference Travel	13,253.34
4529 WS Conference Supplies	801.67
4550 WSC Expenses	88.75
<b>Total 4520 WS Conference-Expenses</b>	<b>\$ 60,256.66</b>
<b>TOTAL OTHER EXPENSES</b>	<b>\$ 78,476.95</b>
<b>NET OTHER INCOME</b>	<b>\$ 13,677.99</b>
<b>NET INCOME</b>	<b>\$ 31,530.49</b>

# Estados financieros



## Sede del Grupo Familiar Nar-Anon

### Balance

Al 31 de Diciembre de 2019

#### ASSETS

##### Current Assets

###### Bank Accounts

1001 Checking - Gen Account 145,326.60

1050 Prudent Reserve Account 18,500.00

**Total Bank Accounts \$ 163,826.60**

###### Other Current Assets

1004 Prepaid Expenses 3,370.64

1009 Deposit-Rent 10,442.27

1010 Inventory 21,227.00

**Total Other Current Assets \$ 35,039.91**

**Total Current Assets \$ 198,866.51**

##### Fixed Assets

###### 1014 Office Furniture & Equipment

1016 Furniture and Equipment 11,237.25

1018 Less-Accumulated Depreciation -10,363.25

**Total 1014 Office Furniture & Equipment \$ 874.00**

**Total Fixed Assets \$ 874.00**

**TOTAL ASSETS \$ 199,740.51**

#### LIABILITIES AND EQUITY

##### Liabilities

###### Current Liabilities

###### Credit Cards

2020 Bus Credit Card 10,576.28

2030 Business Credit Card 2,289.54

**Total Credit Cards \$ 12,865.82**

###### Other Current Liabilities

2402 CDTFA Statewide 680.00

**Total Other Current Liabilities \$ 680.00**

**Total Current Liabilities \$ 13,545.82**

**Total Liabilities \$ 13,545.82**

##### Equity

3900 Retained Earnings 154,664.20

Net Income 31,530.49

**Total Equity \$ 186,194.69**

**TOTAL LIABILITIES AND EQUITY \$ 199,740.51**

#### 3500 Contributions-U.S.A.

Alaska	148.25
Arizona	1,188.37
Arkansas	50.00
California-Central	1,336.36
California-North	2,226.45
California-South	8,952.02
Colorado	960.00
Connecticut Region	2,510.00
Delaware	105.00
District of Columbia	21.20
Florida	8,103.16
Georgia	2,657.22
Illinois	332.10
Indiana	110.00
Kansas	286.00
Kentucky	200.00
Louisiana	125.00
Maryland	1,127.00
Massachusetts	170.00
Michigan	809.05
Minnesota	366.05
Missouri	215.68
Montana	50.00
Nevada	1,128.00
New Hampshire	252.67
New Jersey	1,312.80
New Mexico	175.00
New York	4,507.06
North Carolina	889.72
North Dakota	5.00
Ohio	1,395.47
Oklahoma	220.00
Oregon	200.00
Pennsylvania - Eastern	8,084.40
Pennsylvania - Western	603.31
Rhode Island	50.00
South Carolina	580.00
Tennessee	72.00
Texas	1,130.00
Vermont	100.00
Virginia	622.00
Washington	1,617.98
West Virginia	86.00
Wisconsin	50.00

**Total 3500 Contributions-U.S.A. \$ 55,130.32**

#### 3510 Contributions-International

Argentina	300.00
Canada - Eastern	981.19
Canada - Western	3,105.12
Colombia	1,706.00
Iran	66.00
Israel	300.00
Japan	1,308.45
Russia	35.50
South Africa	250.00

**Total 3510 Contributions-International \$ 8,052.26**



## Carta a mí mismo

Querido Paul,

Acabas de regresar de tu primera reunión de Nar-Anon. Estoy seguro de que tu cabeza está girando. Doce pasos. Doce Tradiciones. Compartir. Libro CEFÉ. Oración de la serenidad. Poder Superior. ¿Esto es realmente para ti? ¿Esto es realmente lo que necesitas en este momento?

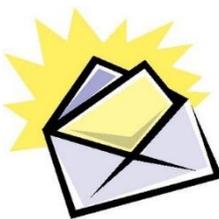
Sé que tu instinto natural es dejar esto. Quiero decir que te sentaste allí durante una hora y media y nadie te dio la receta secreta de cómo arreglar a tu hijo. Ni una sola vez nadie dijo "Esto es lo que tienes que hacer para que deje de consumir drogas". "Esto es lo que debes hacer para que vuelva al camino correcto para una vida productiva". Entiendo. Si estas utilizando un ordenador portátil o una Tablet, intenta moverte a otra ubicación e inténtalo de nuevo.

Has estado en terapeutas, consejeros y consultores. Ha ido a programas, terapeutas e internados. Nada, hasta ahora, se ha atascado. Tiene 21 años y está sentado en su habitación la mayoría de los días solo. Cuando sale, está enojado. Argumenta. Divaga. Está drogado la mayoría de los días. No hay trabajo. No hay futuro. No hay plan. Seguramente alguien por ahí tiene la respuesta sobre cómo motivarlo, hacer que deje de consumir y seguir adelante con su vida. Seguramente la respuesta está por ahí en alguna parte.

Sus intentos de sanar a su hijo le han costado decenas de miles de dólares, y le han privado de sueño y tiempo de calidad con sus otros hijos. Tu matrimonio está al borde del abismo.

Su carrera es temblorosa, ya que su enfoque siempre está en otro lugar. Es justo decir que la vida, tal como existe para ti, es insostenible.

Mucho peor que el esfuerzo diario sólo para sobrevivir, es el miedo de lo que mañana traerá. Preocuparse por el futuro, de qué tipo de vida tendrá, de lo que le sucederá dentro de cinco o diez años, es el tipo de tortura más cruel. De hecho, has admitido a ti mismo que tal vez la vida sería mejor sin él.



Viste su muerte como un fin a la preocupación. Sí, llevarías la palidez de la tristeza contigo para siempre, pero al menos la preocupación, (un peso que tortura constantemente), se habría acabado. Ya no habría necesidad de temer al futuro. Ese pensamiento, la claridad en esa visión, es lo que te llevó a buscar más respuestas. Te dijiste a ti mismo, "tiene que haber algo ahí fuera que aún no he probado".

El terapeuta que está viendo ahora sugirió que Nar-Anon podría ser una buena idea para usted. Así que te fuiste. Y te sentaste tranquilamente en la esquina y escuchaste. Y esperaste. Y la respuesta nunca llegó. No se sugirieron soluciones. No se ha revelado ninguna poción secreta. Pero piensa por un minuto en lo que viste. Tal vez nadie en la habitación dio la respuesta para ayudar a sanar a tu hijo, pero la mayoría de ellos parecía tranquilo e incluso felices de estar allí. La mayoría de las personas en la habitación parecían

relajadas y agradecidas por el programa. Algunos hablaron de su propia recuperación. Algunos hablaron de cómo Nar-Anon los hizo mejores personas. Todo el mundo hablaba de cómo las "Habitaciones" eran una bendición. Viste a la gente sonreír e incluso reírse. Ha pasado mucho tiempo desde que te reíste, ¿no? Ahora profundiza un poco en lo que viste. Viste una confraternidad. Gente apoyándose mutuamente. Gente cuidándose el uno al otro. Sí, había una calma en la habitación, pero esa calma estaba sentada tan holgadamente encima de una capa de tristeza. Todos allí habían experimentado algo de dolor o pérdida. El dolor de ver a alguien que amas dañarse a sí mismo. La pérdida de oportunidades. La ruptura de una familia. Había una honestidad desgarradora. Pero alrededor de todo, una cadena de fuerza. Aunque no había dos eslabones en la cadena del mismo tamaño, forma o color, todos se moldearon juntos y formaron un enlace irrompible. Un sello permanente. La fuerza de la cadena vino de esos lazos, todos tirando el uno para el otro. Puede que no te lo parezca ahora, pero esto es exactamente lo que necesitas. Tienes que ser parte de esa cadena. Necesitas estar con personas que te apoyen y te levanten. Gente que no te juzgará, sino que te ofrecerá un hombro sobre el que llorar. Personas que pueden no tener la respuesta para ayudar a su adicto a amar a uno, pero las personas que pueden darle la fuerza para seguir adelante. Carta a uno mismo.

*Continúa en la página 7....*

## Esquina del Comité

### COMITÉ DE MAYOR ALCANCE MESA REDONDA DE MAYOR ALCANCE EN ACCIÓN



En enero, el Comité de Alcance de SM lanzó una mesa redonda trimestral, un foro para explorar el mundo de la difusión de Nar- Anon. Al leer esto, el comité espera ser anfitrión de la tercera mesa redonda el 28 de julio. Las sesiones anteriores fueron bien atendidas con participantes estadounidenses e internacionales reunidos para compartir sus experiencias de servicio de difusión. La mesa redonda, que se lleva a cabo en línea a través de un servicio gratuito de telecomunicaciones, está resultando valiosa. Ofrece tiempo para presentar preguntas específicas, destacar esfuerzos innovadores y explorar materiales/herramientas de difusión. Detrás de todo debate se fomenta la comprensión y la aplicación de los principios que guían los esfuerzos de Mayor Alcance. Aprendemos y crecemos unos con otros. "Juntos podemos" en acción! ¿Suena interesante? ¿Quieres unirte? El espacio es limitado y está disponible por orden de llegada. Para inscribirse en la sesión del 28 de Julio, envíe un correo electrónico [outreach@naranon.org](mailto:outreach@naranon.org).

En la mesa redonda o entre horarios, SM Mayor Alcance está aquí para unirse a usted y listo para responder a sus preguntas e inquietudes de Mayor Alcance.

### Presentaciones de boletines

Los artículos escritos por miembros de Nar-Anon son bienvenidos. Por favor, concéntrese en el programa Nar-Anon y comparta su experiencia, fortaleza y esperanza desde la perspectiva de un miembro de Nar-Anon. Enviar artículos a [newsletters@nar-anon.org](mailto:newsletters@nar-anon.org). Cada envío debe ir acompañada de un formulario de liberación de derecho de autor firmada de antes de que pueda ser publicado. \*\*Fecha límite de presentación de la próxima emisión: 20 de Julio de 2019\*\*



## Conferencia de Servicio Mundial de Nar-Anon 2020

*Crecimiento a través del servicio del 1 al 4 de Mayo de 2020*

Se envió una invitación a todas las regiones, delegados y delegados alternos. Si tiene alguna pregunta, póngase en contacto con el Comité de conferencia SM .

### Próximos plazos

30 de junio de 2019	El Comité CSM informa a la región los montos de gastos
4 de septiembre de 2019	Fecha límite para presentar mociones del Informe de la Agenda de la Conferencia (RAC) en forma de proyecto de formulario
14 de octubre de 2019	Fecha límite para que las mociones de la RAC estén en forma final
3 de diciembre de 2019	RAC disponible y distribuido a las regiones
31 de diciembre de 2019	Fecha límite para informar al Comité de la CSM de la intención de la región de participar

... continuado desde la página 6

### Carta a mí mismo

Una habitación donde tu bienestar es lo primero. Un lugar donde no tienes que tener miedo de decir nada. Así que escucha lo que oyes. Sigue regresando. No tengas miedo de compartir. Se voluntario para el servicio. Habla en una reunión. Involúcrate. Harás amigos cercanos y confiaras en personas que nunca has conocido antes y ni siquiera conoces sus nombres completos. Usted encontrará que este grupo le ayudará a hacer frente al estrés de las decisiones de vida de su hijo. Te convertirás en un mejor esposo, padre y amigo de él. Aprenderás que el dolor es inevitable, pero el sufrimiento es opcional. Venir a la reunión de esta noche fue una buena opción para ti. Tu vida será mejor para ello. Sigue viniendo, Paul.

## Próximos Eventos

Haga clic en los títulos de los eventos para obtener más información o vaya a la página Eventos en el sitio web de CSM.

**Nar-Anon - FRCNA XXXVIII**  
**Reconstrucción en recuperación**  
**6-7 de julio de 2019**

Rosen Center, Orlando Florida  
9840 International Drive  
Orlando, FL 32819  
[www.naranonfl.org/events](http://www.naranonfl.org/events)

**Recuperación Retiro Nar-Anon**  
**Región Central de Nar-Anon 12**

**pasos**  
**Retiro**

**20 al 21 de julio de 2019**

Fairfield Inn & Suites Louisville East  
1220 Kentucky Mills Drive  
Louisville, KY 40299  
Cindy (502) 797-5303 o  
correo electrónico  
[convention@naranoncentral.org](mailto:convention@naranoncentral.org)

**Región de California Meridional**  
**29th Annual Narathon**

**14 de septiembre de**  
**2019**

4221 Rose Drive  
Yorba Linda, CA 92886

**Convenio de la Costa**  
**Este 7 de marzo 20-22,**  
**2020**

Wyndam Filadelfia—Condado de  
Bucks  
Trevose

**Conferencia Nar-Anon WS 2020**  
**Crecimiento a través del servicio**  
**1-4 de mayo de 2020**

DoubleTree Torrance – South Bay  
21333 Hawthorne Boulevard  
Torrance, CA 90503

## Apelación

### Donaciones



### En baja 2018

¿No sería maravilloso que el dinero creciera en los árboles? Por desgracia, no lo hace. Es por eso que cada uno de nosotros tiene que compartir un poco de lo que tenemos para asegurar el mensaje Nar-Anon de experiencia, fortaleza, y esperanza continúe extendiéndose por todo el mundo.

A pesar de la inflación, las donaciones al Servicio Mundial cayeron un 8,5% en 2018 y un 6,0% en 2017. Eso significa que todos necesitamos cavar un poco más profundo este año. Hagamos de este un año de bandera para donaciones.

[¡Dona hoy!](#)



En memoria amorosa de aquellos miembros de Nar-Anon cuya bondad, dedicación y espíritu de servicio conmovieron a muchos y fomentó el crecimiento del confraternidad. Abbotsford Caring & Sharing Group de la región Nar-Anon BC tenía dos miembros de Nar-Anon que hicieron una gran diferencia antes de que nos dejaran.....

*Edna*  
*Nicky*



### Grupos Familiares Nar-Anon

#### Servicio Mundial Nar-Anon

Sede 23110  
Crenshaw Blvd. #A  
Torrance, CA 90505 Sitio  
web: [www.nar-anon.org](http://www.nar-anon.org)  
correo electrónico:  
[wso@nar-anon.org](mailto:wso@nar-anon.org)  
Telefono: (310) 534-8188  
o (800) 477-6291

## Comparte tus eventos

¿Sabías que hay una página en el sitio web de Nar-Anon donde puedes compartir información sobre próximos eventos? Ve a <http://www.nar-anon.org/events> para ver una lista de los próximos eventos. O envíe un PDF a [events@nar-anon.org](mailto:events@nar-anon.org) si tiene un folleto que le gustaría compartir.

