



CONEXIÓN SERENA

BOLETÍN INFORMATIVO DE LOS GRUPOS FAMILIARES NAR-ANON

Al dejar ir

- Puedo sanar mis heridas, liberándome, perdonándome y amándome.
- Puedo admitir que el cambio es difícil y darme paciencia y gracia.
- Puedo seguir practicando ser la persona que quiero ser. . Puedo intentarlo de otra manera si lo que estoy haciendo no funciona.
- Puedo celebrar mis progresos y éxitos, tanto grandes como pequeños. . Puedo agradecer cada oportunidad de aprender y crecer.
- Puedo estar agradecido y apreciar la bondad, la belleza y bendiciones a mi alrededor.



Sólo por esta noche confiaré en mi Poder Superior para que me guíe en mi camino hacia el bienestar y la paz.

Sólo por esta noche seré amable conmigo mismo.

Al trabajar los pasos, practicar las tradiciones y aplicar los conceptos, estoy aprendiendo a valorarme. Mi Poder Superior me ayuda a aceptarme a medida que crezco y me recupero.

EN ESTE NÚMERO

| | |
|---|---|
| Descarrilamiento | 2 |
| NFGH, Inc. - Estados financieros | 3 |
| NFGH, Inc. - Estados financieros | 4 |
| Lista de prioridades de la literatura de recuperación | 5 |
| Crucero hacia la recuperación | 6 |
| Comités de Servicio Mundial | 7 |
| Eventos de Nar-Anon | 8 |



Me llevó un tiempo admitir que era impotente ante la adicción y que mi vida era ingobernable. Antes de asistir a Nar-Anon, hacía todo lo posible para ayudar a mi hijo adolescente a superar su adicción. Registraba su habitación, rastreaba su ubicación, lo interrogaba, revisaba su habitación por la noche, instalaba cámaras frente a mi casa y timbres ruidosos en las puertas. Al mismo tiempo, me negaba a aceptarlo, excusando y permitiendo su comportamiento desquiciado. La realidad es que cuanto más intentaba solucionar este problema, más desquiciada e ingobernable se volvía mi vida. Pero no estaba preparada para verlo así.

Las cosas se pusieron muy mal el verano antes de su último año de preparatoria. Fue durante un viaje familiar de campamento que empecé a ver el problema como era. Al regresar a casa, lo envié a rehabilitación. Pensé que la rehabilitación sería la solución. Después de todo, era lo único que aún no había hecho. Para eso están diseñadas las rehabilitaciones, ¿no? Cuando lo recogí cuarenta y cinco días después, tenía una enorme esperanza. Sin embargo, seguía pensando que tenía el poder y la responsabilidad de mantenerlo sobrio y en recuperación. No me daba cuenta de mi impotencia ante su adicción y su recuperación. En cuanto llegamos a casa, me ocupé de su comportamiento, a hacerle pruebas de drogas y a enviarlo a reuniones. Incluso contraté a un terapeuta y a un coach de sobriedad. Durante todo este tiempo, mi vida siguió descarrilándose. No dormía, no podía concentrarme en el trabajo, no cuidaba mi salud y mis relaciones con familiares y amigos se deterioraron. Después de un par de meses, se hizo evidente que mi hijo había recaído. Me sentía un fracaso como padre. Toqué fondo justo enfrente de mi trabajo: unas vías de tren llenas de trenes de carga. Estaba tan desesperado por encontrar alivio que empecé a considerar saltar a las vías. Fue desde este horrible lugar de desesperación que pedí ayuda. Afortunadamente, mi poder superior me empujó hacia una reunión de Nar-Anon. Durante esa primera reunión, apenas podía decir mi nombre antes de llorar a mares. Estaba hecha un desastre y necesitaba ayuda. Los miembros, a quienes ahora considero mis amigos, estuvieron ahí para mí. Me hicieron sentir bienvenido. Entendieron mi situación. Escucharon mi historia familiar. Compartieron su experiencia, fortaleza y esperanza. Me invitaron a seguir viniendo. Sentí un alivio increíble, como si me hubieran quitado el peso de esa locomotora diésel de la espalda. El programa de Nar-Anon me dio la oportunidad de dar el Primer Paso a mi propio ritmo. Un par de meses después de esa primera reunión, estaba listo para admitir que era impotente ante la adicción de mi hijo y que mi vida se había vuelto ingobernable por intentar controlar la vida de otra persona.

| | | | |
|--|--|-------------------|--|
| | Estado de situación financiera de la sede del | | |
| | Grupo Familiar Nar-Anon, Inc. | | |
| | Al 31 de diciembre de 2024 | | |
| | | Total | |
| | ACTIVOS | | |
| | Activos corrientes | | |
| | Cuentas bancarias | | |
| | 1001 Cuenta Corriente - Gen 0094 | 37.904,52 | |
| | 1050 Reserva Prudente 9005 | 2.000,00 | |
| | 1075 1070 Cuenta CSM -3265 | 20.239,44 | |
| | Total de cuentas bancarias | 60.143,96 | |
| | Otros activos corrientes | | |
| | 1009 Depósito-Alquiler | 9.000,00 | |
| | 1010 Inventario | 29.269,07 | |
| | 12000 fondos no depositados | 782,23 | |
| | 1900 Gastos pagadosporadelantado (Otros) | 2.068,80 | |
| | Total de otros activos corrientes | 41.120,10 | |
| | Total Activos corrientes | 101.264,06 | |
| | Activos fijos | | |
| | Mobiliario y equipo de oficina | 1.779,92 | |
| | Depreciación acumulada de muebles y equipos | -326,37 | |
| | Mobiliario y equipo de oficina | 1.453,55 | |
| | Total Activos fijos | 1.453,55 | |
| | TOTAL ACTIVOS | 102.717,61 | |
| | PASIVOS Y PATRIMONIO | | |
| | Pasivos | | |
| | Cuentas por pagar | 5.416,28 | |
| | Tarjetas de crédito | | |
| | 2030 Cuenta de factura central [4844] | 1.217,01 | |
| | 2035 Tarjeta de crédito para autobús [1045] | 3.512,89 | |
| | Total de tarjetas de crédito | 4.729,90 | |
| | Otros pasivos corrientes | | |
| | 2200 tarjetas de regalo pagaderas | 1.402,84 | |
| | 2510 Depósitos de la Conferencia | 18.526,18 | |
| | 2520 CDTFA Pagadero | 438,71 | |
| | Total de otros pasivos corrientes | 20.367,73 | |
| | Total Pasivos corrientes | 30.513,91 | |
| | Total Pasivos | 30.513,91 | |
| | Patrimonio | | |
| | 32000 Ganancias retenidas | 81.263,24 | |
| | Ingresos netos | -9.059,54 | |
| | Total Patrimonio | 72.203,70 | |
| | TOTAL DE PASIVOS Y PATRIMONIO NETO | 102.717,61 | |

| Mar-Aroni Family Group Headquarters, Inc. | | Statement of Activity | |
|---|---------------|-------------------------------|---------------|
| January - December 2024 | | | |
| | Total | | |
| Revenue | | 4200 Operating Expenses | |
| 3100 Literature Sales | 152,901.24 | 4212 Bank Charges | 283.00 |
| Total 3100 Literature Sales | \$ 152,901.24 | 4215 Depreciation Expense | 326.37 |
| 3200 Shipping & Handling | 42,471.34 | 4220 Dues and Subscriptions | 5,602.87 |
| 3270 EBooks | 8,479.95 | 4230 Insurance Expense | 6,668.42 |
| 3300 Subscriptions-Newsletter | 1,214.00 | 4240 Office Expenses | 3,658.47 |
| 3460 Royalty Income | 6,370.57 | 4242 Office Supplies | 1,758.23 |
| 3500 Contributions-U.S.A. | 149,289.14 | 4246 Paypal Fees | 3,671.63 |
| 3510 Contributions-International | 17,107.27 | 4250 Postage Machine | 1,517.01 |
| Total Revenue | \$ 377,913.45 | 4260 Rent | 54,792.00 |
| Cost of Goods Sold | | 4266 Stripe Fees | 6,020.91 |
| 4000 Cost of Sales - Production Dept | | 4270 Taxes & Licenses | 393.57 |
| 4010 Purchases - Paper/ Supplies | 18,226.32 | 4272 Credit Card Fees | 182.28 |
| Inventory (Increase)Decrease- Annual | -5,240.47 | 4276 Telephone | 3,001.30 |
| 4012 Resale Purchases | 5,810.69 | 4278 Utilities | 5,041.10 |
| 4020 Equipment/Copiers | 28,963.27 | 4280 Web Expense | 2,058.54 |
| 4030 Wages | 34,360.20 | Total 4200 Operating Expenses | \$ 94,768.59 |
| 4032 Payroll Taxes | 2,782.55 | Total Expenditures | \$ 260,332.74 |
| 4034 Insurance | 535.07 | Net Operating Revenue | -\$ 18,022.32 |
| 4038 Postage/Shipping | 38,132.09 | Other Revenue | |
| 4040 Rent | 10,548.00 | 3560 Insurance Certificates | 507.11 |
| 4048 Repairs | 230.00 | 3650 WSC Equalized Exp.-IWSC | 1,992.47 |
| 4052 Utilities | 1,255.37 | 4510 Interest Income | 2.67 |
| Total Cost of Goods Sold | \$ 135,603.03 | 6500 World Convention Income | 26,754.00 |
| Gross Profit | \$ 242,310.42 | Total Other Revenue | \$ 29,336.19 |
| 4100 Payroll Expenses | | Other Expenditures | |
| 4150 Salaries and Wages | 151,654.14 | 4555 WSC Fees | 300.78 |
| 4196 Workers Comp Ins | 702.47 | 7500 World Convention Exp. | 20,172.63 |
| 4197 P/R Tax ER | 12,427.54 | Total Other Expenditures | \$ 20,373.41 |
| 4198 Payroll Processing Fee | 780.00 | Net Other Revenue | \$ 8,962.78 |
| Total 4100 Payroll Expenses | \$ 165,564.15 | Net Revenue | -\$ 9,059.54 |

Lista de prioridades de la literatura de recuperación

| Prioridad | Tema del documento |
|-----------|--|
| 1 | Tradiciones 1-12 para Nar-Anon 36 |
| 2 | Libro de trabajo del 4to Paso ¹ |
| 3 | Conceptos 1-12 para Nar-Anon 36 |
| 4 | Cuadernillo de Conceptos |
| 5 | Padres de adictos menores |
| 6 | Adicción en el matrimonio |
| 7 | Un nuevo libro de lecturas diarias usando diferentes escritos recibidos |
| 8 | Sobrellevando la pérdida de un ser querido por sobredosis/adicción |
| 9 | ¿Y ahora qué? (Cuando la adicción activa termina) * |
| 10 | Hijos adultos de adictos* |
| 11 | Un reemplazo para "Una Guía para la Familia del Adicto y Consumidor de Drogas" |
| 12 | La seguridad es lo primero |
| 13 | Historias de Miembros |
| 14 | Reflexiones Diarias |
| 15 | Solo por Hoy Señalador " |
| 16 | Narateen Qué hacer y qué no hacer Señalador * |
| 17 | Un reemplazo para Como entendimos |
| 18 | Cuadernillo Azul de Narateen* |
| 19 | Doce Promesas* |
| 20 | Cuaderno de Tradiciones de Narateen |
| 21 | Un reemplazo de Viviendo con Sobriedad |

El Comité de Literatura del Servicio mundial se complace en presentar la Lista de Prioridades de Literatura de Recuperación para el ciclo de conferencias 2025-2027. Los temas se presentan en el orden determinado por la votación de los miembros de la CSM 2025

1 Queda por añadir al menos una sección. Por la moción aprobada en la CISM 2024 los cambios están permitidos hasta que la sección que falta esté completa y aprobada .

*No hay material escrito por el momento.



Nuestra séptima tradición dice que somos autosuficientes. ¡Esto incluye escribir! Comparte tu experiencia, fortaleza y esperanza.

Sólo por esta noche
haré una cosa para
llevar el mensaje.



Conferencia de Servicio Mundial 2025

Todos los documentos y materiales de la Conferencia de Servicio Mundial 2025 están disponibles en la página web del Servicio Mundial.
Búsqueda: Miembros, Conferencia de Servicio Mundial.

Navegando hacia una recuperación lenta - Diversión, sol y Nar- Anon

Nunca pensé que me vería en un Crucero de Recuperación de Nar-Anon, pero ahí fue exactamente donde estuve el pasado febrero, en nuestro primer crucero. Todavía hay momentos en que se me llenan los ojos de alegría al recordar el tiempo que compartí con mi familia Nar-Anon, muchos de los cuales nunca conocí en persona ni en línea, pero con quienes ahora tenemos una conexión más fuerte. Intercambiamos números de celular y correos electrónicos y nos mantuvimos en contacto desde entonces. Todos, como yo, queríamos ser parte del primer Crucero de Recuperación en Mar de Nar-Anon. Lo que sentí el primer día, cuando estábamos en la sala de registro, recogiendo nuestras insignias de Nar-Anon y presentándonos, fue la camaradería que esta confraternidad mundial nos ha brindado, junto con una vida que vale la pena vivir, que elegimos ignorar antes de abrazar la filosofía de vivir y dejar vivir, y nada cambia, si nada cambia. Nunca hubo un minuto ni una hora de soledad en este crucero, lo cual me preocupaba antes de reservar. Entre las actividades diarias del crucero y nuestras reuniones de grupo, nunca tuve tiempo para sentirme solo. Viví en la soledad de la vida durante mucho tiempo mientras vivía con una adicción activa, y es una situación que no quiero volver a experimentar. Participamos en cenas grupales donde descubrí que se adaptaban a las necesidades dietéticas de todos los miembros. Tomamos muchísimas fotos, incluyendo una sesión de fotos grupal. Además de las reuniones diarias de recuperación, tuvimos un día de playa grupal e hicimos excursiones juntos a los puertos de República Dominicana, las Islas Vírgenes Estadounidenses, las Islas Vírgenes Británicas y las Bahamas. Pasamos el rato en los jacuzzis, vimos películas, hicimos ejercicio en el gimnasio y disfrutamos de shows de humor, entretenimiento, juego, espectáculos y nos recuperamos juntos, a veces con un grupo pequeño y otras veces con un grupo más grande, como cualquier familia debe hacerlo.

La vida que vivo en recuperación hoy está muy lejos de la vida que quería llevar para escapar de una enfermedad que atrapó dos cuerpos por el precio de uno, antes de encontrar Nar-Anon, mi hogar lejos del hogar. Sigue viniendo, funciona si lo trabajan, trabájlenlo por qué lo vales.

Mesa redonda del Comité del sitio web del Servicio Mundial

¡Únase a nosotros el sábado 5 de julio a las 8:00a.m.PST para la próxima Mesa Redonda de Sitios Web! El tema será "Accesibilidad de PDF". Nos reunimos trimestralmente para tratar temas relacionados con los sitios web de Nar-Anon. Los participantes comparten su experiencia, fortaleza y esperanza sobre cómo abordaron problemas similares. Si se siente convocado a participar o desea recibir notificaciones sobre futuras mesas redondas, envíe un correo electrónico a WebCommittee@Nar-Anon.org.

RINCÓN DEL COMITÉ DE WS



El Comité de Servicio Mundial de Narateen recuerda a sus miembros que los adolescentes suelen ser los olvidados de la familia. Se ven afectados no solo por el ser querido con adicción, sino también por la distracción y preocupación de los familiares que reaccionan ante ellos. Animamos a los grupos a incluir la mención de Narateen en sus reuniones y a guiar a los miembros a la página de Narateen en el sitio web de Servicio Mundial. Muchos miembros desconocen que, aunque no haya un comité de Narateen en su región, sus hijos adolescentes pueden asistir a reuniones virtuales en otras regiones. Encuentre nuevas maneras de difundir información sobre Narateen, tanto a nivel comunitario como interno, consultando la página de Recursos de Narateen:

<https://www.nar-anon.org/narateen-resources>

Haciendo servicio

Servir se ha convertido en la mejor parte de mi recuperación. Me ayuda a concentrarme en mi programa, en la confraternidad y en quienes aún están solos y necesitan Nar-Anon. Eso me ayuda a dejar de pensar en la adicción. Conozco a nuevos miembros que se convierten en amigos para toda la vida. ¡Pruébalo! ¡Las recompensas del servicio son inconmensurables!

Solo por hoy, agradezco a Nar-Anon por cambiar mi vida para mejor. ¡Lo compartiré!

El Comité de Extensión de WS celebra nuestra recuperación!



Durante el verano y el otoño, las comunidades de países de todo el mundo programan tiempo para celebrar la recuperación. Estos eventos crean oportunidades para compartir el mensaje de esperanza de Nar-Anon. Revise el calendario de su comunidad local para ver si hay un evento planeado cerca. Si no es así, considere cooperar con el Comité de Mayor Alcance de su región, con otros miembros de Nar-Anon o con NA para organizar un evento. Algunas organizaciones nacionales de concientización sobre drogas y salud mental ofrecen listados de eventos que se llevan a cabo en todo el país. Una búsqueda en Internet de eventos de recuperación podría ayudarlo a localizar uno en su área.

Para obtener información y recursos que apoyen sus esfuerzos, visite la página de inicio de Mayor Alcance en: <http://www.nar-non.org/outreach>. En el Manual de Difusión, la lista de verificación de un puesto de difusión (Apéndice VI) y cómo llegar a la comunidad a través de eventos locales especiales (Apéndice XIV), podrían ser particularmente útiles.

Nos encantaría escuchar sobre sus actividades de divulgación y le pedimos que se una a nosotros para compartir y aprender en la próxima Mesa Redonda de Difusión el 27 de julio. Póngase en contacto con nosotros en outreach@nar-anon.org si tiene preguntas, inquietudes y sugerencias de temas de mesa redonda. Y, por último, pero definitivamente no menos importante, gracias por su servicio de Mayor Alcance en Nar-Anon.

EVENTOS

Por favor, visite la pág. de Eventos en el sitio web de WS para obtener más información.

**Mesa redonda de representantes de
servicio de grupos - 8 de junio de 2025**
8:00-11:00 a.m. hora del Pacífico

ID 830 3372 8391 / Código de acceso 558110

**Comité del sitio web del Servicio
Mundial Sábado 5 de julio a las
8:00 a. m. PST**

**El tema de la mesa redonda será
"Accesibilidad PDF"**

**Región Central de Nar-Anon
Kentucky-Ohio-Tennessee-Oeste de
Virginia 12 y 13 de julio de 2025
Séptimo retiro anual de 12 pasos
AloftHotelby Marriot Newport, KY
¡RESERVA LA FECHA! Convención
Europea de Nar-Ann, del 18 al 20
de julio de 2025
Maassilo, Róterdam**

**Mesa redonda de divulgación, 27
de julio de 2025
Comuníquese con outreach@nar-
anon.org si tiene preguntas,
inquietudes y sugerencias de temas
para la mesa redonda.
35.º Narathon Anual Región del
Sur de California Llevando el
Mensaje 6 de septiembre de 2025
Iglesia Rey de Gloria 10280 Slater
Ave Fountain Valley, Ca.
Oradores-Comunidad-Comunidad**

LAS CONTRIBUCIONES APOYAN NUESTRA VISIÓN

Nar-Anon Family Group Hqtrs, Inc. es una organización sin fines de lucro. Es completamente autosuficiente. Las contribuciones de nuestros miembros se utilizan para hacer realidad nuestra visión de llevar el mensaje de esperanza a todo el mundo. Los grupos, áreas y regiones deben evitar la acumulación de fondos en exceso de sus necesidades inmediatas.

(prudente reservas).

los fondos excedentes se deben aportar a la OSM para el beneficio de Nar-Anon en su conjunto. Se anima a los miembros individuales a contribuir al apoyo financiero de la organización. Pueden hacer donaciones a través del sitio web Nar-Anon.org haciendo clic en "Contribuir".



Comparte tu experiencia, fortaleza y esperanza con la confraternidad. Envíe sus artículos a newsletters@nar-anon.org. Cada envío debe ir acompañado de un formulario firmado de cesión de derechos de autor

Próxima fecha límite de entrega
20 de julio de 2025