



**ASSOCIAÇÃO PORTUGUESA
DE
FAMÍLIAS ANÓNIMAS**

**MENSAGEM
AOS
NOVOS**

Bem-vindos! Nós também já estivemos na vossa situação.

Chegámos aqui furiosos, confusos, frustrados, desesperados ou fartos. Nos grupos Fa, encontrámos uma forma de enfrentar a nossa situação e aprendemos uma maneira de viver melhor; uma maneira que nos permite viver felizes, apesar do comportamento da pessoa que nos trouxe aqui.

Aqueles de entre nós que já estão no programa há algum tempo concluíram que antes de se tomar uma decisão sobre se este é o lugar certo para nós, será conveniente primeiro dispormo-nos a vir a uma série de reuniões. Se tivéssemos tomado uma decisão logo após a primeira reunião, não teríamos, provavelmente, voltado. Os temas ou os coordenadores das reuniões são diferentes todas as semanas; assim, nós aprendemos coisas diferentes cada vez que vamos às reuniões.

Uma vez que este é um Programa de Doze Passos e há muita literatura para ler e aprender, pensamos que é aconselhável um compromisso de assistir, pelo menos, a seis reuniões. Isto permite aos “novos” falar acerca das suas dificuldades, habituarem-se à forma como as reuniões são conduzidas, ter tempo para falar com alguns membros que já vão às reuniões há mais tempo e aprender formas de aplicar os Doze Passos das Famílias Anónimas às suas vidas.

Para muitas pessoas, tem sido útil terem alguém com quem falar em particular. Nesta reunião circulará uma relação de números de telefone. Isto faz-se a pensar em vós. Se lhe interessar contactar algum dos membros que ouviu falar na reunião, tome nota do seu número de telefone ou fale-lhe no fim da reunião. Isso pode ser útil durante uma crise, quando tiver uma decisão difícil a tomar, tiver perguntas a fazer ou apenas tiver necessidade de ouvir uma voz amiga de alguém que o compreenda.

Será importante que estude o programa, faça perguntas e partilhe experiências.

Vá a diferentes reuniões na área e tente conhecer-nos.

Nós estamos aqui para o ajudar, tanto como a sua presença já nos ajudou.

FAMÍLIAS ANÓNIMAS

6001P

Copyright©Families Anonymous, Inc.
All Rights Reserved
Post Office Box 528
Van Nuys, California 91408

Rua Manuel Almeida Vasconcelos,
lote 51, 2º dtº- Quinta do Barão
2775-714 CARCAVELOS
Tel./fax 214538709