

# O OUTRO LADO

BOLETIM INFORMATIVO DA SUBCOMISSÃO DE HOSPITAIS E INSTITUIÇÕES DA ÁREA NALINHA

Número 4

JANEIRO DE 2003

## BALANÇO DE 2002

H&I foi um recomeçar de uma Sub-comissão sem servidores para coordenar a abertura de várias Reuniões em Instituições.

Desde o início que conseguimos ter os cargos preenchidos por um grupo de pessoas dispostas a fazer funcionar esta Subcomissão.

H&I conseguiu reabrir a reunião no hospital-prisão de caxias e abrir uma reunião num centro de tratamento. Mantivemos contactos directos no sentido de reabrir ti-res, para a qual temos coordenadoras, mas infelizmente sem um "feedback" positivo por parte desta instituição.

H&I edita este boletim informativo trimestral, com o intuito de cativar novos servidores.

Estivemos presentes nas convenções de tróia e da linha, nesta última com um workshop.

## CONTACTOS H&I NaLINHA

**E-MAIL:** hi\_na\_nl@hotmail.com

**Coord.:** Elsa 919 810 252

**Reunião quinzenal no Centro Paroquial da Parede, às 20.30, no andar de baixo.**

## UNIDADE E SERVIÇO

No mesmo dia, local e à mesma hora. Esta Sub-Comissão reabriu e precisa de servidores.  
Aparece que és bem-vindo!!!

## PROJECTOS PARA 2003



Para este ano já nos foi solicitado um painel informativo numa prisional, para reclusos, pessoal administrativo e corpo de guardas. Propomo-nos manter os cargos preenchidos, manter as reuniões já abertas, dar continuidade ao boletim e reforçar o apadrinhamento de adictos para o serviço em H&i, para que h&i seja uma realidade viva nas instituições da nossa área!

## Porque será? xi canlha

Como já sabes, ou talvez não, esta convenção foi difícil de organizar, por vários motivos que não importa aqui analisar. O que importa é que se realizou e (opinião geral), correu muito bem. Apareceram pessoas com boa vontade dispostas a fazer serviço e a dar um pouco (muito) do seu tempo para que várias centenas de pessoas pudessem mais uma vez festejar a sua recuperação individual e partilhar uma alegria colectiva. Um grande OBRIGADO a todos os que fizeram serviço !!!

O que têm de comum estas pessoas? **ESTÃO EM RECUPERAÇÃO.** Mais de 90% faz serviço em reuniões de base (para além de outros cargos na estrutura de NA).

**PORQUE SERÀ?** Mais de 50% já fez ou faz serviço em H&I. (Será do guaraná?...Não me parece!!!)

## O QUE Foi fazer serviço em H&I...

Esta minha 1ª experiência de serviço em H&I despertou em mim vários sentimentos positivos.

Durante aproximadamente um ano servi chá aos meus colegas de percurso.

Chá e não café! Já que a reunião é à noite, decidimos sensatamente que um cházinho de erva cidreira e umas bolachinhas seriam mais relaxantes que o café. E é com tristeza que vou ter de ceder agora esse cargo a outro.

Tivemos reuniões engraçadas em que saí de lá de alma cheia.

Trabalhei a minha paciência, visto desde o início estarmos na esperança de abrir a reunião em Tires.

Mas abrimos outras, e cá estarei para mais um ano de serviço que me trará concerteza tanta gratidão quanto este ano me trouxe!!!

Bolota

Para mim fazer serviço pela 1ª vez em H&I. começou por ser quebrar um mito que eu tinha na minha cabeça: que só “pilares” é que lá faziam serviço ou pessoas que tivessem passado por prisões. Preconceitos idiotas. A verdade é que comecei devagarinho e hoje vejo que apenas é preciso boa - vontade e tudo o resto vem por si! E depois vem o espanto de sentir a gratidão dos adictos da instituição onde faço serviço, que é um grande quentinho, que me faz sentir bem, e é tão fixe, que só por hoje cá estou e vou continuar. Obrigada a todos os servidores que me receberam tão bem, que me fizeram cá ficar, e a todos os adictos que tive o privilégio de conhecer e que me ajudam a manter a minha recuperação.

Paula

Olá a todos, o meu nome é Vítor e fiz H&I em 2002 desde Junho.

Para mim foi importante voltar à família H&I, voltei a sentir-me útil cada vez que me empenhava em algo, mais ainda quando aos sábados saía do Hospital -Prisão que coordeno, por sentir que deixo ali a minha parte do que posso fazer. Sinto uma sensação estranha cada vez que lá vou, um misto de alegria e aperto no estômago. Afinal também conheci NA através de H&I, quando estive preso e apenas quero dizer a todos vós que H&I é das subcomissões mais gratificantes que NA tem e para melhorar mais ainda só cá faltam vocês, apareçam!

Obrigado. Um abraço e +24h

Vim para esta subcomissão tinha 5 meses de recuperação. Hoje tenho 16 meses e sei que parte deles e da minha qualidade de vida vêm do facto de fazer serviço em H&I. Esta experiência permite-me fazer serviço com pessoas responsáveis e “bonitas” e também conhecer muitas outras pessoas e realidades. Tenho conhecido pessoas extraordinárias (no sentido positivo) em locais onde eu considerava improvável e descobri que os adictos são todos “iguais”, quer estejam numa prisão, centro de tratamento, rua ou numa reunião mais comum.

Nuno X.

Quando decidi fazer serviço em H&I, fi-lo porque (achava eu!), tinha necessidade de dar. Afinal, fiz foi uma aposta segura pois recebi em duplicado. De uma vez por todas, aposta em H&I, estás a apostar em ti. Poderia arranjar mais um milhão de palavras bonitas para definir o meu serviço em H&I, mas nenhuma delas te poderia descrever o enriquecimento pessoal obtido!

Num mundo fechado H&I é uma janela aberta. Conto contigo.

Elsa  
Fazer H&I é como fazer um 12º passo gigante, dividido por um grupo de pessoas. Foi uma experiência bem diferente, não é fácil juntar um grupo de adictos e discutir vários assuntos à mesma mesa.

Mas no fundo e depois de tudo, o resultado é o mais importante e esse é positivo.

A experiência de fazer serviço em Hospitais e Instituições é tão gratificante que decidi continuar mais um ano.

Helder

## Pica & Miolos



Servir, servir significa abnegação, responsabilidade, coragem e alguma humildade. Não quer dizer que eu tenha todas estas qualidades, por ter servido este último ano em H&I, mas pelo menos fiz um esforço e tentei explorá-las de modo a que me sirvam durante o meu dia a dia.

Estes últimos meses no serviço foram gratificantes (quando se vê resultados), stressantes (quando o secretário está com os azeites), hilariantes (quando o Nuno X. conta as suas últimas ideias e nos quer obrigar a pô-las em prática), de paz (quando a Paulinha e a Bolota falam com uma voz doce), de ponderação (quando o Helder e a Elsa tentam ir pelo lado do bom senso), de raiva (quando todos querem ter razão), de serenidade (quando o espírito do grupo, a amizade e o consenso prevalecem).

João Pedro

## E conhecer H&I numa instituição...

Estive recentemente em tratamento, onde tive o primeiro contacto com H&I. As reuniões organizadas pelos servidores de H&I ajudaram-me a perceber como é que NA funciona.

Ouvi histórias como a



Agora estou a recomençar a minha vida e a envolver-me com a irmandade, tenho tido grande ajuda das pessoas que conheci nestas reuniões e que eu agradeço muito.

Agradeço a todos os adictos em recuperação que conheço, porque todos eles me têm ajudado a continuar limpo e sóbrio.

João V.





## H&I - TU SABES QUE EM NA OS MILAGRES SÃO POSSÍVEIS!!!! VEM AJUDAR A LEVAR A MENSAGEM AOS ADICTOS QUE NÃO PODEM VIR CÁ FORA RECEBÊ-LA!!!

Olá,

22 anos de uso activo de drogas fizeram de mim um homem arrogante, descrente, angustiado, sozinho, muito sózinho e indiferente à vida. Pelo caminho tinham ficado os estudos, a família, um casamento desfeito, uma filha que cresceu afastada de mim, prisão, violência, fugas para o estrangeiro. A sensação de incapacidade e incompetência começava a tornar-se numa segunda pele. Único filho "macho" no meio de 4 irmãs, rapidamente me transformei num miúdo mimado, convencido de que bastava desejar para ver acontecer. Vivia como se fosse o Rei do Universo, como se fosse imortal. A rua era o meu reino. O desejo do meu pai de me dar o que ele não teve, levou-me até ao Liceu e a seguir estudos para além daquilo que os meus companheiros de rua conseguiam ou podiam ir. Se por um lado isso me trazia alguma ascendência, por outro confundia-me pois sentia-me dividido entre dois mundos. A droga entrou "naturalmente" na minha vida.

Quero, contudo, partilhar convosco o milagre que aconteceu na minha vida.

Em 1988 durante uma estadia na Clínica, para mais uma das muitas "curas" que fazia, conheci Narcóticos Anónimos pelas mãos da subcomissão de H.I. Algumas semanas depois deste primeiro encontro, movido pela curiosidade e pela influencia de um amigo, fui á minha primeira reunião na Calçada do Combro. Achei que as reuniões eram formadas por um grupo de "*meninos da mamã*", que ali estavam para tapar os olhos aos papás indo a seguir consumir drogas (eu via-os a sair todos juntos e a combinar encontros e jantares). Rapidamente me afastei de NA e continuei a consumir (primeiro álcool e charros para rapidamente voltar á minha droga de escolha). Mas o pessoal de NA não desistia de mim, e de quando em quando passavam pelo meu bairro e convidavam-me a voltar, convites que eu sistematicamente recusava. No ano seguinte ultrapassei todos os limites que me tinha imposto, ignorei todos os princípios pelos quais eu me orientava e vivi um verdadeiro inferno. Decidido a acabar com os consumos ou com a vida, resolvi ir acampar para o sul do país para mais uma detox, e levei a minha filha para "*me obrigar a ser responsável e a resistir às tentações*". Ela tinha 7 anos. O dia de inicio da "cura" ia sendo sucessivamente adiado para amanhã, o que me obrigava a percorrer 600 km por dia para vir comprar "*só mais um panfleto*" deixando a minha filha sozinha. Poucos dias depois fiquei sem um tostão, e a minha filha chorava com fome. Resolvi ir a um restaurante dar de comer á minha filha. A ideia era, primeiro ela come e depois logo se vê. A visão de um Mercedes com a chave na ignição à porta do restaurante fez-me elaborar um "Plano fantástico" : levantava-me, saía porta fora (a minha filha ficava lá sentada e por isso o empregado não viria atrás de mim), agarrava no carro e fugia para Lisboa para arranjar quem comprasse o carro. A minha filha já sabia dizer o nome da rua onde morava e o telefone da mãe, por isso a policia rapidamente a levaria para casa. Estava tudo planeado "na perfeição". Quando me levantei , a cambalear de bêbado, ouvi umas gargalhadas atrás de mim: eu nem queria acreditar....aquilo era simplesmente ofensivo.....quem se atrevia a rir quando a vida me parecia tão desesperada e angustiante?....virei-me com a intenção de *pedir satisfações*. Quando cheguei à mesa dois casais olharam para mim, e com um olhar de compreensão e carinho disseram-me *olá, João ! Como estás tu ?*. Eram dois casais de amigos de NA, que eu tinha conhecido nos dias em que frequentei as reuniões. Esse olá teve um efeito balsâmico em mim; toda a minha raiva e toda a minha agressividade desapareceram como que por encanto. Trouxe a minha filha para ao pé de mim e pagaram-me a despesa. Diziam-me que eu estava a precisar de uma reunião enquanto eu gritava que não senhor, eu estava a precisar era de um "*chuto*"......Disseram para eu ir dormir para a tenda e que amanhã viriam ter comigo. Assim aconteceu e fiz aquela que foi realmente a minha primeira reunião: no meio de um Pinhal, 5 adictos e um preâmbulo. Abri a minha alma e o meu coração, chorei durante quasi uma hora e fui ouvido em silencio e com respeito. Regressei a Lisboa e segui a sugestão de voltar às reuniões. Mas era-me difícil parar de consumir sozinho. Eu simplesmente não era capaz. As pessoas de NA e em especial de HI andaram literalmente comigo ao colo. Mas eu continuava a consumir, o mínimo dos mínimos para matar a ressaca, mas consumia. Até que uma vez mais os adictos em recuperação vieram em meu auxilio e arranjam forma de me levaram para um sitio onde fui ajudado a parar de consumir. Isso aconteceu em 1990 e até hoje continuo limpo. Graças a vocês, Graças a Deus, Graças a NA e Graças a HI.

Obrigado a todos e um Feliz Ano 2003.

João. P.

