

Grupy Rodzinne Nar-Anon
Podręcznik Informacji Publicznej



Grupy Rodzinne Nar-Anon
Podręcznik Informacji Publicznej



	<p>© 2023 NFGH Inc. Wszelkie Prawa Zastrzeżone Zatwierdzone na Konferencji O-419P ~ A23-05-01 T25-09-18</p>
<p>Nar-Anon Family Group Headquarters, Inc. 23110 Crenshaw Blvd. Suite A Torrance, CA 90505 (800) 477-6291 – (310) 534-8188</p>	
<p>nar-anon.org</p>	<p>wso@nar-anon.org</p>

Przekład Literatury Aprobowanej na Konferencji
'Outreach Handbook'

Przekład na język polski, publikacja i
dystrybucja za zgodą Głównej Siedziby Grup
Rodzinnych Nar-Anon S.A (NFGH Inc.) r. 2024
www.nar-anon.pl

Spis treści

Nar-Anon Preambuła	1
Deklaracja Wizji	1
Deklaracja Misji	1
Wprowadzenie	2
Wizerunek Publiczny PR	3
Przyciąganie, a nie reklamowanie – Tradycja 11	3
Współpraca, a nie przynależność – Tradycja 6	3
Samowystarczalność – Tradycja 7	4
Anonimowość - Tradycja 12	4
Nar-Anon w odniesieniu do innych	5
Informacja Publiczna	5
Zwiększenie Zasięgów Informacji Publicznej	6
Komitet Informacji Publicznej	6
Grupa Docelowa	6
Przekaz	6
Metody Budowania Relacji	6
Bieżące Aktywności	7
Roczny Kalendarz Wydarzeń Informacyjnych/Lista Kontaktów	7
Procesy Finansowania	7
Regulacje Wewnętrzne	7
Zasoby informacyjne	8
Witryna Internetowa Grup Rodzinnych Nar-Anon (lista materiałów/zasobów)	8
Gdzie Można Nieść Poślanie	9
Przypomnienie o Informacji Publicznej	9
Tematy Dyskusji	10
Kącik IP/Sugestie dotyczące ustawiania stołów	11
Załączniki	i
Ogłoszenia Publiczne (OP) – dla mediów	ii
Wizytówki (przykłady)	iii
Przewodniki	
Informowanie społeczności o nowym mityngu	iv
Lista Kontrolna Kącika Informacyjnego	vi
Możliwość dotarcia do odbiorców	
Jak rozpowszechniać literaturę Nar-Anon wśród lokalnej społeczności	vii
Jak tworzyć pakiety informacyjne dla osób indywidualnych	vii
Jak tworzyć pakiety informacyjne dla profesjonalistów	x
Jak zamieścić informację o Nar-Anon na bezpłatnych stronach online	xi
Jak publikować wiadomości głosowe o Nar-Anon w OP (PSA) w radiu	xii
Jak publikować wideo Nar-Anon w OP (PSA)	xiii
Jak dotrzeć do społeczności poprzez specjalne wydarzenia lokalne	xiv
Formularze	
Formularz liczenia Literatury	xv
Formularz zwrotu kosztów dla Komitetu IP	xvii
Dwanaście Kroków	xviii
Dwanaście Tradycji	xix
Dwanaście Koncepcji Służb	xx

Grupy Rodzinne Nar-Anon

PREAMBUŁA

Grupy Rodzinne Nar-Anon są ogólnościową Wspólnotą dla tych, którzy dotknięci są uzależnieniem bliskiej osoby.

W ramach programu Dwunastu Kroków - oferujemy naszą pomoc, dzieląc się doświadczeniem, siłą i nadzieją.

Niesiemy posłanie nadziei poprzez uświadamianie innym, że nie są sami; poprzez praktykowanie Dwunastu Kroków Nar-Anon oraz poprzez zmianę naszego nastawienia.

Będziemy szanować Twoją anonimowość.

Nasz program nie jest programem religijnym, lecz duchowym.

DEKLARACJA MISJI

Grupy Rodzinne Nar-Anon są ogólnościową Wspólnotą dla tych, którzy dotknięci są uzależnieniem bliskiej osoby. W ramach programu Dwunastu Kroków – oferujemy naszą pomoc, dzieląc się doświadczeniem, siłą i nadzieją.

DEKLARACJA WIZJI

Będziemy nieść posłanie nadziei na całym świecie, wszystkim tym, którzy są dotknięci uzależnieniem bliskiej im osoby.

Będziemy to robić poprzez:

- uświadamianie im, że nie są już sami;
- praktykowanie Dwunastu Kroków Nar-Anon;
- zachęcanie do rozwoju poprzez pełnienie służb;
- rozpowszechnianie Informacji Publicznej w szpitalach, instytucjach, internecie; oraz
- zmienianie własnego nastawienia.

WPROWADZENIE

Czym jest niesienie posłania?

Niesienie posłania polega po prostu na dzieleniu się przesłaniem Nar-Anon. Celem jest poinformowanie rodzin i przyjaciół osób uzależnionych, że nadzieja i pomoc są dostępne w ramach programu Nar-Anon. Docieranie do innych osób jest istotnym ogniwem łączącym osoby poszukujące pomocy z członkami wspólnoty, którzy dzielą się swoim doświadczeniem, siłą i nadzieją. Docieranie do profesjonalistów i programy mające na celu kontakt z rodzinami i przyjaciółmi osób uzależnionych stanowią ważną część tych starań.

Dlaczego niesiemy posłanie?

Docieramy do osób dotkniętych cudzym uzależnieniem, aby wiedziały, że nie są same. Istnieje program, w którym mogą znaleźć dla siebie wsparcie. Pracujemy nad Krokiem Dwunastym i realizujemy nasz główny cel, gdy staramy się zwiększać świadomość społeczną na temat Nar-Anon i dzielić się informacjami o naszym programie Dwunastu Kroków.

W jaki sposób przekazujemy informacje?

Duchowe zasady Nar-Anon zawarte w naszych Dwunastu Krokach, Dwunastu Tradycjach i Dwunastu Koncepcjach są przewodnikiem, którego używamy w działaniach informacyjnych. W części niniejszego podręcznika dotyczącej polityki Wizerunku Publicznego (patrz strona 3) przedstawiono krótkie wyjaśnienie niektórych z tych zasad oraz ich związek z docieraniem do odbiorców.

Od czego zacząć jeśli chcemy dotrzeć z informacją do innych?

Skontaktuj się z Reprezentantem Grupy (RG), Reprezentantem Służb Okręgu (RSO) lub Przewodniczącym Regionu w swojej lokalnej strukturze grup, aby sprawdzić, czy istnieje ustanowiony komitet lub koordynator ds. Informacji Publicznej. Dowiedz się, kiedy się spotykają i zaplanuj udział w spotkaniu. Jeśli nie ma zorganizowanego planu informowania innych osób, poproś Strukturę Służb Lokalnych o pomoc w założeniu komitetu informacyjnego. Jedność jest ważną zasadą w Nar-Anon i przewodzi informacje. Razem możemy dokonać tego, czego nie możemy zrobić sami. (Informacje na temat organizowania Komitetu Informacji Publicznej można znaleźć na stronie 6).

Wiedza i zrozumienie duchowych zasad Nar-Anon jest kluczem do zdrowego przekazu informacji. Stosowanie zasad i praktykowanie ich we wszystkich naszych sprawach pomoże nam wzrastać w procesie zdrowienia i rozwijać Grupy Rodzinne Nar-Anon.

Kto może nieść posłanie?

Członkowie rozumiejący Dwanaście Kroków, Dwanaście Tradycji i Dwanaście Koncepcji są lepiej przygotowani do niesienia przesłania. Jeśli dopiero zaczynasz swoją przygodę z Nar-Anon i z niesieniem posłania, poproś o pomoc członka doświadczonego w służbach informacyjnych i zapoznaj się z Przewodnikiem dla Służb Lokalnych Nar-Anon (PSL), aby uzyskać więcej informacji. Wszystkie działania informacyjne powinny być prowadzone w ramach Dwunastu Tradycji i Dwunastu Koncepcji Służb Nar-Anon. Ponadto pamiętaj, że żaden członek wspólnoty nie jest przedstawicielem Nar-Anon i nigdy nie powinien się tak przedstawiać.

Niesienie posłania może mieć miejsce na wszystkich poziomach wspólnoty.

- Poszczególni członkowie mogą rozpowszechniać literaturę w swojej okolicy (tj. rozwieszać plakaty i roznosić ulotki). Kontakt indywidualny na poziomie osobistym może być również potężnym narzędziem w szerzeniu przesłania Nar-Anon. Udostępnienie listy mityngów Okręgu lub Regionu może pomóc w tym procesie.
- Grupy mogą ogłaszać mityngi za pośrednictwem ulotek, audio lub wideo (OP), odpowiadać na prośby o udział w lokalnych wydarzeniach i odpowiadać na prośby o prezentację Nar-Anon.
- Komitety IP koordynują lokalne/regionalne wydarzenia związane z niesieniem posłania. Mogą także komunikować się z grupami lokalnymi, aby ułatwić uczestnictwo.

Wizerunek Publiczny

Tradycja Jedenasta: *Nasz wizerunek publiczny opiera się na przyciąganiu, a nie reklamowaniu; zawsze powinniśmy zachowywać osobistą anonimowość wobec prasy, filmu, internetu oraz innych form środków masowego przekazu. Ze szczególną troską powinniśmy chronić anonimowość wszystkich członków NA.*

Przyciąganie, a nie reklamowanie

Tradycja Jedenasta mówi nam: *„Nasz wizerunek publiczny opiera się na przyciąganiu, a nie reklamowaniu”...*

Przyciąganie, a reklamowanie. Jaka jest różnica?

Przyciągamy, kiedy:

- Dzielimy się informacją o Nar-Anon
- Kształtujemy zdrowe zachowania i interakcje
- Współpracujemy z NA, ośrodkami terapeutycznymi, instytucjami i profesjonalistami
- Dzielimy się tym, czym jest dla nas Nar-Anon
- Skupiamy się na własnym zdrowieniu
- Dzielimy się tym, jak korzystamy z narzędzi Nar-Anon
- Unikamy plotek na temat uzależnionych i innych osób
- Chronimy anonimowość swoją oraz innych
- Dzielimy się tym, jak chronić anonimowość

Reklamujemy kiedy:

- Mówimy innym co mają robić
- Gwarantujemy efekty
- Komentujemy, krytykujemy lub porównujemy Nar-Anon do innych programów lub wspólnot
- Wcielamy się w rolę rzecznika reprezentującego Nar-Anon

Praktyki informowania o Nar-Anon powinny opierać się na przyciąganiu, a nie reklamowaniu.

Współpraca, a nie przynależność

Tradycja Trzecia mówi: *„Bliscy uzależnionych, którzy spotykają się, aby wzajemnie sobie pomagać, mogą nazywać się Grupą Rodzinną Nar-Anon, o ile jako grupa nie mają żadnych innych powiązań. Jedynym warunkiem uczestnictwa jest to, że mamy wśród bliskich lub przyjaciół osobę z problemem uzależnienia.”* Nar-Anon skupia się na współpracy, aby dzielić się swoim przesłaniem nadziei. Docieranie do innych osób odbywa się poprzez współpracę, akt wzajemnej pracy we wspólnym wysiłku, mając na uwadze wspólny cel.

Współpracujemy gdy:

- Szanujemy potrzeby i prośby osób, z którymi współpracujemy
- Dostarczamy materiały Nar-Anon
- Przygotowujemy tabelę informacyjną, kiedy jest potrzebna
- Kiedy jesteśmy poproszeni o podzielenie się doświadczeniem, przychodzimy dwójkami
- Przestrzegamy zasad i procedur obiektu, do którego zostaliśmy zaproszeni
- Przestrzegamy porządku i terminów spotkań

Przynależymy gdy:

- Wspieramy każdego profesjonalistę
- Popieramy ośrodki terapeutyczne
- Popieramy inne podmioty i programy
- Zezwalamy na używanie nazwy lub logo Nar-Anon w jakiegokolwiek innej organizacji, wydarzeniu lub podmiocie (tj. na banerze wydarzenia nazwa i logo Nar-Anon nie powinny być używane z innymi, ale można używać indywidualny baner Nar-Anon).

Praktyki docierania do Nar-Anon powinny opierać się na współpracy, a nie na przynależności.

Samowystarczalność

Tradycja Siódma mówi „*Każda grupa powinna być całkowicie samowystarczalna i nie powinna przyjmować dotacji z zewnątrz.*” To prawda, że nie możemy przyjmować datków z zewnątrz, ale jako organizacja non-profit, Nar-Anon może otrzymywać korzyści przyznawane organizacjom non-profit, takie jak obniżone stawki za miejsca mityngów i ogłoszenia o usługach publicznych w kalendarzach, dziennikach lub aktualnościach społecznościowych, które są istotne dla dotarcia do odbiorców.

Anonimowość

Zapewnienie anonimowości jest niezbędne w naszych działaniach na rzecz pomocy innym rodzinom i przyjaciółom osób uzależnionych. Dwunasta Tradycja przypomina nam, że duchową podstawą zasad Nar-Anon i Narateen znajduje się w równości wyrażonej poprzez anonimowość. (cytat z GLS, „Anonimowość w Nar-Anon”).

Tradycja Jedenasta podaje konkretne wskazówki poprzez stwierdzenie „*.....zawsze powinniśmy zachowywać osobistą anonimowość wobec prasy, filmu, internetu oraz innych form środków masowego przekazu ...*” i jest ważne, aby zrozumieć anonimowość w kontekście docierania do innych osób. Więcej informacji na temat anonimowości w odniesieniu do IP można znaleźć w sekcji PSL „Anonimowość poza Nar-Anon”.

Nar-Anon w Odniesieniu do Innych

Informacje pod następującymi nagłówkami można znaleźć w *Przewodniku Służb Lokalnych Nar-Anon* (PSL).

Współpraca z Anonimowymi Narkomanami

Organizacje zewnętrzne

- Spikerzy z zewnątrz - Profesjonaliści
- Współdzielenie usług lub mienia
- Członkowie, a uczestnictwo w zewnętrznych organizacjach

Przedsiębiorstwa Komercyjne

- Filmy
- Czasopisma

Religia/Filozofia

- Mityngi
- Rekolekcje
- Wydarzenia

Zniekształcanie Programu Nar-Anon

- Terapia Zewnętrzna
- Profesjonalnie prowadzone grupy terapii rodzinnej

Informacja Publiczna

Informacje pod następującymi nagłówkami można znaleźć w *Przewodniku Służb Lokalnych Nar-Anon* (PSL):

- Bezpłatne i Płatne Ogłoszenia w Gazetach oraz Spis Mityngów
- Telefon Informacyjny
- Literatura dla IP
- Plakaty/Ulotki
- Publiczna Reklama Społeczna audio/wideo

Zwiększenie Zasięgów Informacji Publicznej

Struktura Służb Lokalnych (Komitet Służb Okręgu – KSO i/lub Komitet Służb Regionu – KSR) jest odpowiedzialna za ustanawianie komitetów i definiowanie ich ról. Jeśli istnieje komitet IP, zastanów się, jak możesz się w niego zaangażować. Jeśli nie, zapytaj, czy można utworzyć Komitet Informacyjny, aby pomóc zmaksymalizować zasięg w zakresie docierania do innych osób. Jedność prowadzi działaniami związanymi z niesieniem posłania i razem możemy zrobić to, czego nie możemy zrobić sami. Poniższe informacje mają charakter orientacyjny.

Komitet IP

Komitet IP działa jako istotne ogniwo pomiędzy osobami szukającymi pomocy, a członkami Nar-Anon, którzy dzielą się swoim doświadczeniem, siłą i nadzieją. Jego misją jest dostarczanie informacji o Nar-Anon agencjom i społeczeństwu, zgodnie z zasadami Nar-Anon zawartymi w Dwunastu Krokach, Dwunastu Tradycjach i Dwunastu Koncepcjach. Komitet powinien zapoznać się z sekcją PSL „**Informacja Publiczna**”.

Struktura Służb Lokalnych może również oferować wsparcie lokalnym grupom w działaniach informacyjnych, takich jak dostarczanie literatury na potrzeby społeczeństwa.

Działalność komitetu może obejmować jednorazowe, okresowe lub stałe zaangażowanie, do którego zaliczamy:

- Udostępnianie materiałów (tj. rozwieszanie plakatów, roznoszenie literatury itp.),
- Utworzenie stoiska informacyjnego (tj. udział w corocznych targach i festiwalach lokalnych, targach zdrowieniowych, wydarzeniach uświadamiających/zapobiegających narkomanii itp.)
- Cykliczne prezentacje informacyjne (tj. comiesięczny udział w dniu rodzinnym w ośrodku leczenia uzależnień itp.; na stronie 10 znajdują się sugerowane punkty do dyskusji, w których można przygotować prezentację).
- Ciągłe działania w mediach (tj. wykorzystanie drukowanych/audio/wideo ogłoszeń OP (PSA), zamieszczanie informacji na lokalnych/regionalnych stronach internetowych itp.).

Podstawowym celem jest systematyczne informowanie agencji i społeczeństwa o dostępnej pomocy dla rodzin i przyjaciół osób uzależnionych. Pomocne w tym procesie może być rozważenie poniższych kwestii.

Grupa Docelowa

Ważne jest, aby określić odbiorców, do których będziesz się zwracał i dołożyć wszelkich starań, aby jak najlepiej nieść im przesłanie Nar-Anon. Zobacz, gdzie można udzielać Informacji Publicznej (strona 9), aby zapoznać się z listą miejsc, w których można nieść posłanie.

Przekaz

Specyfika wydarzenia lub miejsca będzie miała wpływ na sposób prezentacji informacji Nar-Anon. Niezależnie od tego, czy chodzi o roznoszenie literatury, ustawianie stoiska czy przemawianie do grupy, ważne jest, aby prezentacja była przyjazna i atrakcyjna dla potrzebujących osób. Tworząc przekaz i prezentację, należy pamiętać o Wizerunku Publicznym Nar-Anon (patrz strona 3).

Metody Kontaktu/ Budowania Relacji

Dopuszczalny jest kontakt telefoniczny i e-mailowy, jednak zawsze preferowany jest kontakt osobisty. Jeśli to możliwe, opieraj się na relacjach, które już istnieją pomiędzy członkami Nar-Anon, a docelowymi odbiorcami. (Zobacz sugerowane punkty rozmów dotyczące pierwszego kontaktu na stronie 10).

Bieżące Aktywności

Członkowie komitetu pracują nad utrzymaniem relacji z zapoznanymi osobami, braniem udziału w niesieniu posłania jeśli jest taka możliwość i/lub nawiązywaniem nowych znajomości. Specyfika realizacji tych zadań może być omawiana na regularnych spotkaniach komitetu.

Roczny Kalendarz Wydarzeń Informacyjnych/Listy Kontaktów

Kalendarz wydarzeń informacyjnych może być jedną z możliwych form dotarcia do innych osób. Kalendarz i lista kontaktów mogą pomóc w utrzymywaniu relacji i wykorzystywaniu powtarzających się okazji do niesienia posłania.

Procesy Finansowania

Koncepcja Jedenasta: *Fundusze Nar-Anon są przeznaczone na realizowanie głównego celu, jakim jest niesienie posłania; należy nimi odpowiedzialnie zarządzać.*

Kiedy Struktura Służb Lokalnych udostępnia fundusze na działania informacyjne, ważne jest mądre zarządzanie i odpowiedzialność za fundusze. Poniżej przedstawiono przewodnik dla tego procesu.

Budżet

Komitet IP może przedłożyć Strukturze Służb Lokalnych propozycję rocznego budżetu. Pozycje, które warto wziąć pod uwagę w ramach budżetu: literatura, stojaki na literaturę i opłaty pocztowe. Wydatki na pomoc są przekazywane Strukturze Służb Lokalnych w celu uzyskania zwrotu, wraz z rachunkami.

W razie potrzeby można wcześniej złożyć wniosek o zaliczkę na większy zakup do organu finansującego.

W takim przypadku wszystkie wydatki muszą zostać udokumentowane, a ewentualne pozostałe środki zwrócone skarbnikowi. (Patrz załącznik, strona xv, gdzie znajduje się przykładowy formularz zwrotu kosztów).

Regulacje Wewnętrzne

Komitet informacyjny może opracować wewnętrzne wytyczne ułatwiające pracę komitetu i wspierające starania grupy, Okręgu lub Regionu. W tym procesie pomocna jest regularna komunikacja między komitetem informacyjnym, a organizacją wspierającą.

Komitet Informacyjny Służb Światowych jest dostępny jako źródło informacji i wsparcia w niesieniu posłania. Jeśli masz pytania wyślij e-mail na adres naranon.region.polska@gmail.com (outreach@nar-anon.org).

Zasoby Informacyjne

Witryna Internetowa Grup Rodzinnych Nar-Anon

Cennym źródłem informacji i pomysłów na pomoc jest strona docelowa IP w witrynie internetowej Grup Rodzinnych Nar-Anon - <https://www.nar-anon.pl/informacja-publiczna/> (<http://www.nar-anon.org/outreach/>)

To jest źródło materiałów informacyjnych i pomysłów do pobrania, które pomogą Ci nieść przesłanie nadziei Nar-Anon. Kopie niektórych materiałów znajdują się w załączniku. Pozycje te są oznaczone gwiazdką* i można je kopiować. Literaturę informacyjną do dystrybucji dla społeczeństwa można pobrać i wydrukować. Sprawdź sekcję strony docelowej Narateen, aby zapoznać się z materiałami informacyjnymi Narateen.

Jeśli nie masz dostępu do komputera lub Internetu, zadzwoń do Światowego Biura Służb (WSO) pod numer (800) 477-6291, aby złożyć zamówienie materiałów informacyjnych. Pakiety literatury drukowanej są dostępne do zakupu i mogą służyć jako kopie wzorcowe do druku. Literatura zawarta w pakiecie oznaczona jest klinem^.

- **Nar-Anon Logo Kit** <https://www.nar-anon.org/logokit/?rq=Logo%20kit>
- **Listy Informacji Publicznej**
 - ^Nar-Anon List do Profesjonalistów <https://www.nar-anon.org/s/O-415-16-05-30-Information-about-Nar-Anon-for-Professionals-pcf7.pdf>
 - ^Nar-Anon List do Rodzin i Przyjaciół <https://www.nar-anon.org/s/O-414-16-05-30-Information-about-Nar-Anon-for-Friends-Families-of-Addicts.pdf>
 - ^Narateen List do Profesjonalistów <https://www.nar-anon.org/s/O-430-12-08-26-AboutNarateenfortheProfessional.pdf>
- **Ogłoszenia Publiczne Nar-Anon (OP/PSA)**
 - * Drukuj OP – do użytku w gazetach, ogłoszeniach drobnych w Internecie i innych mediach drukowanych. https://www.nar-anon.org/s/WS_OutReach_Tools_PSA.pdf
 - Audio OP – do użytku w lokalnych stacjach radiowych, w czasie antenowym usług publicznych, nadawanych podczas wydarzeń publicznych (tj. boiska sportowe, targi zdrowieniowe itp.) <https://www.nar-anon.org/s/Nar-Anon-PSA-Audio.m4a>, <https://www.nar-anon.org/s/Nar-AnonPSAAudio.mp3>, <https://www.nar-anon.org/s/Nar-AnonPSAAudio.mp4>
 - Wideo OP – do docierania za pośrednictwem witryn internetowych związanych z Nar-Anon i innych forów cyfrowych <https://www.nar-anon.org/s/Nar-Anon-PSA-Video.mov>
- **Ulotki Składane Na Trzy Części**
 - ^ **Nar-Anon Oferuje Nadzieję** <https://www.nar-anon.org/s/O-406-14-10-22Nar-AnonOffersHope.pdf>
 - ^ **Informacje o Narateen** <https://www.nar-anon.org/s/O-432-14-10-12-Narateen-Outreach-1.pdf>
- **Ulotki** (interaktywne, dzięki czemu możesz dodać informacje o mityngu)
 - ^ **Ulotki z Zakładką** – jedna z trzech wersji jest interaktywna <https://www.nar-anon.org/s/O-417-Pull-Tab-Flyers-revised-4-11-2018.pdf>
 - ^ **Ulotka Informacyjna** – trzy ulotki w formacie 8 ½ X 11, nadruki z przodu i z tyłu <https://static1.squarespace.com/static/53714efae4b0db8de8cdfaf8/t/59ced6ee2278e777855425ad/1506727663201/3+piece+Outreach+flyer+fillable.pdf>
- ^ **Plakat Informacyjny** – interaktywny, dzięki czemu możesz dodawać informacje o mityngu <https://www.nar-anon.org/s/Interactive-Downloadable-Outreach-Poster.pdf>
- ^ **Wizytówki** – interaktywne, dzięki czemu możesz dodawać informacje o mityngu <https://www.nar-anon.org/s/contact-card-outreach-FINAL3.pdf>

- **Przewodniki**

- * Informują wspólnotę o nowych mityngach <https://www.nar-anon.org/s/O-414-16-08-09-Informing-the-Community.pdf>

- *Lista kontrolna kącika informacyjnego <https://www.nar-anon.org/s/Checklist-for-Outreach-Booth.pdf>

- **Prezentacje Publiczne IP w PowerPoints**

- Wersja 1 – zawiera pełny tekst Dwudziestu pytań, do prezentacji w pokazie slajdów (tj. na laptopie w kąciku informacyjnym) <https://www.nar-anon.org/s/Public-Outreach-Powerpoint-Version-1-Final.ppsx> (NAR-ANON-POLSKA-PREZENTACJA-2024 PL.pptx na stronie www.nar-anon.pl w zakładce IP)

- Wersja 2 - zawiera zestaw Dwudziestu pytań z instrukcją „Rozdaj kopie i przeczytaj każde pytanie”. Sugerowane do prezentacji prowadzonych przez członków <https://www.nar-anon.org/s/Public-Outreach-Powerpoint-Version-2-FINAL.ppsx>

- **Możliwości IP** siedem przewodników krok po kroku dotyczących działań informacyjnych)

- * Jak rozpowszechnić literaturę Nar-Anon wśród lokalnej społeczności <https://www.nar-anon.org/s/Outreach-Opportunity-1-tk6x.pdf>

- * Jak tworzyć pakiety informacyjne w celu dotarcia do indywidualnych osób <https://www.nar-anon.org/s/Outreach-Opportunity-2.pdf>

- * Jak tworzyć pakiety informacyjne w celu dotarcia do profesjonalistów (<https://www.nar-anon.org/s/Outreach-Opportunity-3.pdf>)

- * Jak zamieścić informację o Nar-Anon w bezpłatnej witrynie ogłoszeń online <https://www.nar-anon.org/s/Outreach-Opportunity-4-ph6n.pdf>

- * Jak publikować wiadomości głosowe o Nar-Anon w stacji radiowej OP (PSA) <https://www.nar-anon.org/s/Outreach-Opportunity-5.pdf>

- * Jak publikować wideo Nar-Anon w OP (PSA) <https://www.nar-anon.org/s/Outreach-Opportunity-6.pdf>

- * Jak dotrzeć do społeczności poprzez specjalne wydarzenia lokalne (<https://www.nar-anon.org/s/Outreach-Opportunity-7.pdf>)

Gdzie Można Nieść Posłanie

Oto kilka sugestii dotyczących niesienia posłania. Przed rozpoczęciem niesienia posłania zawsze sprawdź miejsce wydarzenia i zapytaj o pozwolenie.

- Placówki lecznicze (tj. ośrodki detoksykacyjne, ośrodki rehabilitacyjne, domy opieki/domy resocjalizacyjne, domy dla osób trzeźwych, usługi ambulatoryjne)
- Policja/więzienia/zakłady karne/sądy (tj. kuratorzy sądowi i kuratorzy, usługi w zakresie poręczeń majątkowych, sąd ds. narkotyków)
- Szpitale (tj. pogotowie ratunkowe, opieka społeczna)
- Szkoły – publiczne, prywatne, lokalne szkoły wyższe/szkoły zawodowe, uczelnie i uniwersytety (tj. biura poradnictwa/doradztwa)
- Kościoły (tj. pastory, ministrowie, sojusze ministerialne, koalicje wspólnot religijnych)
- Specjaliści (tj. ośrodki zaburzeń, pracownicy socjalni, doradcy, psychologowie, psychiatry, lekarze)
- Lokale publiczne (tj. domy kultury, biblioteki, pralnie, siłownie/ośrodki zdrowia, schroniska dla mężczyzn/kobiet/rodzin)

Przypomnienia dotyczące Informacji Publicznej

Ogólne

- Podczas niesienia posłania należy pamiętać o zasadach programu – przyciąganie, a nie reklamowanie; współpraca, a nie przynależność; samowystarczalność; anonimowość.
- Wybierz członków grupy, spikerów i przewodniczących posiadających wiedzę i chęć

przestrzegania programu.

- Zadbaj o to aby wszyscy członkowie zaangażowani w działania nieśli jasne przesłanie Nar-Anon dotyczące doświadczenia siły i nadziei.
- Nawiąż współpracę z jednym lub większą liczbą osób, aby osiągnąć cel.
- Zadbaj o anonimowość każdego z członków.
- Przygotuj aktualne ulotki mityngów.
- Rozpocznij i zakończ punktualnie!
- Podkreślaj, że Nar-Anon jest dostępny dla wszystkich krewnych i przyjaciół osób uzależnionych.
- Jasno oświadczyć, że Nar-Anon nie jest powiązany z gospodarzem ani innymi wspólnotami. Spróbuj otrzymać wszystkie ustalenia na piśmie.
- Kieruj się zdrowym rozsądkiem.
- Bądź wyrozumiały i przestrzegaj zasad gospodarza.

Ośrodki Zdrowieniowe

- Wybierz członków zespołu, spikerów i przewodniczących, którzy nie mają w placówce członka rodziny ani przyjaciela.
- Zawsze przestrzegaj przepisów bezpieczeństwa.
- Trzymaj się tematu i unikaj dyskusji na temat obiektu, personelu lub spraw zewnętrznych.
- Unikaj faworyzowania jakiegokolwiek domownika, dzielenia się danymi kontaktowymi lub przenoszenia informacji do lub z placówki.
- Nie należy przyjmować ani wręczać pieniędzy lub prezentów nikomu w placówce.

Tematy Dyskusji

Zainicjowanie rozmowy o Nar-Anon z Profesjonalistami

Kto Podaj swoje imię (i nazwisko, jeśli czujesz się komfortowo)

Co Powiedz czym jest Nar-Anon

Dlaczego Podaj powód kontaktu- np. poproś o pozwolenie na podrzucenie literatury, umów się na prezentację, poproś o transmisję audio/wideo OP

Kiedy Potwierdź godzinę zaplanowania dostarczenia literatury, wykonania prezentacji lub transmisji OP (PSA)

Gdzie Potwierdź lokalizację dostarczenia literatury, prezentacji lub przesyłania plików audio/wideo OP (PSA)

Jak W jaki sposób będzie przebiegało dostarczanie literatury, prezentacja lub transfer plików audio/wideo OP (PSA)

Planowanie prezentacji IP- tematy do rozważenia

- Czym jest Nar-Anon?
- Jak odkryłeś Nar-Anon?
- Jak się czułeś po pierwszym mityngu?
- Podaj przykłady zaprzeczenia uzależnienia.
- Podaj przykłady przyzwalania.
- Jak wyszedłeś z zaprzeczenia?
- Z jakich narzędzi korzystasz, aby sobie poradzić?
- Dlaczego skupiać się na sobie, kiedy bliska osoba cierpi?
- W jaki sposób przestałeś/-łaś kontrolować?
- W jaki sposób Nar-Anon może pomóc?

Kącik IP/Sugestie dotyczące ustawiania stołów

Nasz wizerunek Publiczny opiera się na przyciąganiu, a nie na reklamowaniu. Jak możemy zastosować nasze zasady do ustawienia kącika lub stołu? Rozważ następujące:

- Zorganizuj ekspozycję na blacie tak, aby była atrakcyjna dla oka. Rozważ użycie kolorowego plakatu Nar-Anon jako stojaka, montując go na tablicy plakatowej lub stojaku. W sklepie internetowym dostępnych jest wiele opcji plakatów. Wybierz te, które najlepiej pasują do odbiorców Twojego wydarzenia.
- Jeśli do specjalnego projektu potrzebne jest logo, należy używać wyłącznie logo Nar-Anon zatwierdzonego przez Konferencję, dostępne w zestawie logo Nar-Anon. Aby zamówić zestaw, odwiedź stronę <http://www.nar-anon.org/logokit/?rq=Logo%20kit> na stronie internetowej Grup Rodzinnych Nar-Anon. Zestaw zawiera wersję logo w wielu rozdzielczościach do wykorzystania na plakatach wydarzeń, regionalnych stronach internetowych, ulotkach grupowych, materiałach konwencyjnych, obrusach/bieżnikach itp.
- Użycie wystarczająco dużego materiału, który przykryje przód i boki stołu, stworzy atrakcyjną prezentację.
- Jeśli jest możliwe, eksponuj broszury, ulotki, harmonogramy mityngów itp. na stojaku ekspozycyjnym lub uchwycie na broszury/ulotki.
- Jeśli na wystawie znajdują się broszury lub inna literatura, która jest przekazana do sprzedaży na mityngu, oznacz ją etykietą „ekspozycja”.

ZAŁĄCZNIKI

Ogłoszenia Publiczne (OP) – dla mediów drukowanych

Karta Kontaktowa

Przewodniki

Poinformowanie społeczności o nowym mityngu

Lista kontrolna stoiska informacyjnego

Możliwości Publikowania Informacji

(7 Przewodników krok po kroku dotyczących niesienia posłania)

Jak rozpowszechniać literaturę Nar-Anon wśród lokalnej społeczności

Jak tworzyć pakiety informacyjne dla osób indywidualnych

Jak tworzyć pakiety informacyjne dla profesjonalistów

Jak zamieścić informację o Nar-Anon na bezpłatnej stronie z drobnymi ogłoszeniami online

Jak publikować wiadomości głosowe o Nar-Anon w radiu (OP)

Jak publikować wideo Nar-Anon w OP

Jak dotrzeć do społeczności poprzez specjalne wydarzenia lokalne

Formularze

Formularz liczenia literatury

Formularz zwrotu kosztów Komitetu Informacyjnego

Ogłoszenia Publiczne (OP)

Uzależnienie jest chorobą rodziny. Wpływa na relacje osób bliskich osoby uzależnionej: rodziców, małżonków, rodzeństwo, dzieci, wieloletnich przyjaciół, pracodawców. Jeśli czyjeś uzależnienie wpływa na Ciebie, najpierw musisz pomóc sobie. Nar-Anon to dwunastokrokowa grupa wsparcia dla rodzin i przyjaciół osób uzależnionych. Nie ma żadnych składek ani opłat za przystąpienie. Wystarczy przyjść na mityng. Posłuchaj, jak inni, którzy przechodzą przez podobne problemy, opowiadają o tym, jak sobie radzą i zdrowieją.

W celu zlokalizowania mityngu w Twojej okolicy, wejdź na naszą stronę internetową <https://www.nar-anon.pl/> (www.nar-anon.org) lub zadzwoń (na numer kontaktowy) .

Wizytówka

Wizytówka jest dostępna do pobrania ze strony docelowej Witryny Internetowej Służb Świątowych. Szablon wizytówki jest drukowany z przodu i z tyłu wizytówek (10 kart na stronę) i umożliwia lokalnym grupom dodanie informacji kontaktowych i/lub spotkań przed wydrukowaniem. Wizytówkę można również wydrukować na kartonie i przyciąć na wymiar.

Przód

Cierpisz z powodu *Uzależnienia* bliskiej osoby?

Grupy Rodzinne Nar-Anon mogą pomóc

Grupy Rodzinne Nar-Anon są ogólnosiątkową Wspólnotą dla tych, którzy dotknięci są uzależnieniem bliskiej osoby. W ramach programu Dwunastu Kroków - oferujemy naszą pomoc, dzieląc się doświadczeniem, siłą i nadzieją.

Tył



Więcej informacji:
Grupy Rodzinne Nar-Anon
• www.nar-anon.pl
lub skontaktuj się z



INFORMOWANIE SPOŁECZNOŚCI O NOWYM MITYNGU

Działania informacyjne są niezbędne do szerzenia świadomości społecznej na temat programu Nar-Anon i są łatwe do wykonania. Oto trzy niedrogie sposoby upubliczniania informacji o nowym mityngu.

1. Dodaj informacje o swojej grupie do plakatu , który można pobrać (możesz zrobić kopię tego fragmentu) i umieść na tablicach ogłoszeń w bibliotekach, gabinetach lekarskich/stomatologicznych/psychologicznych i poczekalniach, ośrodkach leczenia, szpitalach, kościołach, restauracjach, supermarketach, pralniach samoobsługowych , firmach zajmujących się wymianą oleju/myjniach samochodowych, urzędach pocztowych biurach komendanta/policji, zakładach fryzjerskich, salonach fryzjerskich, kinach itp.

2. Skontaktuj się z lokalnymi gazetami oraz stacjami telewizyjnymi w sprawie bezpłatnych ogłoszeń w trakcie ich wydarzeń społecznościowych, na stronach w kalendarzu lub tablicach ogłoszeń.

Przykład: Czy jesteś dotknięty czymś uzależnieniem? Nar-Anon oferuje nadzieję. Zapraszamy do dołączenia do naszej grupy na mityng wsparcia, na którym dzielimy się naszym doświadczeniem, siłą i nadzieją. (Podaj dzień/godzinę, miejsce, adres lokalnego mityngu).

Przykład: Uzależnienie jest chorobą rodzinną. Wpływa na relacje osób bliskich osoby uzależnionej: rodziców, współmałżonków, rodzeństwo, dzieci, wieloletnich przyjaciół, pracodawców. Jeśli czyjeś uzależnienie wpływa na Ciebie, najpierw musisz pomóc sobie. Nar-Anon to dwunastokrotowy program dla rodzin i przyjaciół osób uzależnionych. Nie ma żadnych składek ani opłat za uczestnictwo - wystarczy przyjść na mityng. Usłyszysz, jak inni, którzy przechodzą przez podobne problemy, dzielą się tym, jak sobie radzą i zdrowieją. Aby zlokalizować mityng w Twojej okolicy, wejdź na naszą stronę internetową www.nar-anon.org/www.nar-anon.pl lub zadzwoń (podaj numer lokalnej infolinii).

3. Zamieść informacje o mityngu w internetowym ogłoszeniu. Oto przewodnik krok po kroku dotyczący publikowania informacji Nar-Anon w bezpłatnych witrynach z drobnymi ogłoszeniami online.

Przeszukaj internet, aby zlokalizować witrynę z bezpłatnymi drobnymi ogłoszeniami w Twojej okolicy i postępuj zgodnie ze wskazówkami.

Wskazówki mogą obejmować następujące kroki:

- a) Przejdź do witryny
- b) Wybierz „Opublikuj ogłoszenie”
- c) Wybierz „Społeczność”
- d) Wybierz „Grupy”
- e) Wypełnij formularz (Uwaga: jeśli chcesz chronić swoją anonimowość, nie musisz podawać kontaktu. Możesz utworzyć adres e-mail tylko do działań informacyjnych).

Przykład:

- Wprowadź adres e-mail
 - Wybierz, czy/jak chcesz obsługiwać pocztę e-mail
 - Wpisz Nazwę : Mityng Nar-Anon we wtorki o 19:00
 - Wysyłający: Grupy Rodzinne Nar-Anon to ogólnościatowa wspólnota dla osób dotkniętych przez czyjeś uzależnienie. Jako program Dwunastu Kroków służymy pomocą dzieląc się naszym doświadczeniem, siłą i nadzieją. Dołącz do nas na wieczór wsparcia i zdrowienia.
 - Wybierz, czy chcesz dołączyć mapę
 - Wybierz, czy chcesz dołączyć obraz (załączony plakat lub dostępne logo naszego znaku towarowego na [LOGO NAR-ANON_PL \(www.nar-anon.org/logokit\)](http://www.nar-anon.org/logokit)
- f) Aby ukończyć post, być może trzeba będzie odpowiedzieć na wiadomość e-mail z witryny z ogłoszeniami drobnymi i zaakceptować ich regulamin.
- g) W zależności od Twojej lokalizacji reklamy mogą wygasnąć w ciągu 7 do 45 dni i będą wymagać ponownego opublikowania

Odwiedź <https://www.nar-anon.pl/informacja-publiczna/> (<http://www.nar-anon.org/outreach/>), aby uzyskać dodatkowe pomysły, narzędzia i przewodniki.

Masz pytania? Potrzebujesz wsparcia dotyczącego tej sekcji? Wyślij e-mail na adres naranon.region.polska@gmail.com (outreach@nar-anon.org)

O-414 16-07-23 Informowanie społeczeństwa o Twoim Nowym Mityngu
Można to skopiować
Zatwierdzono do przeglądu Członków Wspólnoty

Lista Kontrolna Kąca Informacyjnego

Nazwa Wydarzenia	Miejsce	Data/Godzina

Informacje kontaktowe dotyczące wydarzenia

Imię	Numer telefonu	Data	Uwagi

Szczegóły wydarzenia i lista kontrolna

Wysłanie ulotek wolontariuszom?	<input type="checkbox"/>	Przedmioty na stoliku	Stojak na literaturę	<input type="checkbox"/>
Lokalizacja w pomieszczeniu czy na zewnątrz?	<input type="checkbox"/>		Ulotki	<input type="checkbox"/>
Potrzebny Baldachim?	<input type="checkbox"/>		Pakiet Informacyjny	<input type="checkbox"/>
Czy miejsce jest oznakowane?	<input type="checkbox"/>		Broszurki (jesli sprzedajesz)	<input type="checkbox"/>
Czy mamy banery?	<input type="checkbox"/>		Skarbonka	<input type="checkbox"/>
Kroki?	<input type="checkbox"/>		Księga główna	<input type="checkbox"/>
Tradycje?	<input type="checkbox"/>		Lista lokalnych mityngów	<input type="checkbox"/>
Plakat Informacyjny?	<input type="checkbox"/>		Wizytówki (jeśli dotyczy)	<input type="checkbox"/>
Zapewnione stoły i krzesła?	<input type="checkbox"/>		Pudełko na wizytówki	<input type="checkbox"/>
Ilość potrzebnych stolów?	<input type="checkbox"/>		Gadżety (długopisy breloczki itp)	<input type="checkbox"/>
Ilość potrzebnych krzeseł?	<input type="checkbox"/>			<input type="checkbox"/>
Zapewnienie nakrycia stołu?	<input type="checkbox"/>			<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>			<input type="checkbox"/>

Dzień wydarzenia

Przyjdź wcześniej, aby się przygotować-czas przybycia

Na stoliku przygotuj harmonogram z nazwiskami i numerami telefonów wolontariuszy

Przy każdej zmianie przekaz wszelkie istotne informacje i zebrane pieniądze.



Pamiętaj o uśmiechu



- ❖ Naszym celem jest szerzenie świadomości o programie Nar-Anon, informowanie ludzi, że rodziny osób uzależnionych mogą otrzymać pomoc.
- ❖ Okazuj współczucie. Empatia pozwala innym identyfikować się z nami. Nasze działania i interakcje mają możliwość przyciągnąć nowych członków do wspólnoty.
- ❖ Udostępnij lokalne informacje kontaktowe osobom, które mogą znajdować się w sytuacji kryzysowej.
- ❖ Zachęcaj do zadawania pytań. Jeśli nie znasz odpowiedzi, poproś o pozostawienie numeru telefonu w celu uzyskania odpowiedzi

Jak rozpowszechniać informację o Nar-Anon (tj. ulotki informacyjne, harmonogramy mityngi, trzyczęściowe ulotki, plakaty itp.) wśród lokalnej społeczności.

Sugerowane lokalizacje - tablice ogłoszeń w bibliotekach, restauracjach, supermarketach, pralniach, firmach zajmujących się wymianą oleju/myjniach samochodowych, urzędach pocztowych, zakładach fryzjerskich, salonach fryzjerskich, kinach; gabinetach lekarskich/stomatologicznych i poczekalniach. (Zobacz folder informacyjny Nar-Anon, aby uzyskać dodatkowe sugestie.)

Działania

1. Wydrukuj/kup kopie informacji/literatury, których Twoja grupa potrzebuje.
2. Podczas ogłoszeń na cotygodniowych mityngach zachęcaj członków swojej grupy do pomocy przy dystrybucji.
3. Po mityngu omówcie lokalizacje docelowe. W miarę wykonywania przydziałów śledź określone lokalizacje i przypisanych do nich członków wspólnoty. Sugestia - ustaw określone kategorie lokalizacji dla każdego tygodnia miesiąca, np. Tydzień 1: biblioteki i urzędy pocztowe, Tydzień 2: Supermarkety Pralnie itp.
4. Sprawdzaj/uzupełniaj zapas informacji co miesiąc.

Jeśli masz jakieś pytania lub chcesz otrzymać informacje dotyczące tej sekcji, wyślij e-mail na adres naranon.region.polska@gmail.com (outreach@nar-anon.org)

Jak tworzyć pakiety informacyjne dla osób indywidualnych, które zawierają ulotkę *Nar-Anon Oferuje Nadzieję*, list *Informacje o Nar-Anon* oraz harmonogram mityngów.

Sugestie — poproś członków wspólnoty o wzięcie pakietów, które będą dostępne do przekazania poszczególnym osobom; rozkładaj pakiety na wydarzeniach informacyjnych; pakiet e-mailowy dla osób proszących o informacje.

Uwaga - Możesz pobrać wszystkie materiały, do których się odwołujesz, na stronie docelowej IP na stronie internetowej Grup Rodzinnych Nar-Anon.

Działania

1. *Wydrukuj/kup ulotkę składaną na trzy części *Nar-Anon Oferuje Nadzieję*. Drukuj/kopiuj i używaj tylko w celach informacyjnych. Tej ulotki nie należy kopiować ani rozpowszechniać w celu wykorzystania podczas regularnych mityngów. Uwaga: jeśli potrzebne są duże ilości, bardziej opłacalny jest zakup ulotki ze sklepu WS Web Store ([formularz zamówień literatury LAK](#))
2. * Wydrukuj kopię listu informacyjnego *List do Rodzin i Przyjaciół o Nar-Anon*.
3. Wydrukuj kopię lokalnego, okręgowego lub regionalnego harmonogramu mityngów Nar-Anon.
4. Zbierz pakiety na potrzeby indywidualnych informacji.
5. W razie potrzeby sprawdź/uzupełnij pakiet.

Jeśli masz pytania lub chcesz otrzymać informacje dotyczące tej sekcji, wyślij e-mail na adres naranon.region.polska@gmail.com (outreach@nar-anon.org)

*Materiałów informacyjnych nie należy kopiować/rozpowszechniać w celu wykorzystania ich podczas regularnych mityngów. Uwaga – Jeśli potrzebne są duże ilości, bardziej opłacalny jest zakup w sklepie internetowym Nar-Anon

Jak tworzyć pakiety informacyjne dla profesjonalistów, które zawierają ulotkę *Nar-Anon Oferuje Nadzieję*, harmonogram mityngów oraz List *Informacje o Narateen dla Profesjonalistów*, jeśli ma to zastosowanie.

Sugestie — poproś członków wspólnoty o wzięcie pakietów i udostępnienie ich profesjonalistom, z którymi mogą się spotkać; rozkładaj pakiety na wydarzeniach informacyjnych; zanieś lub wyślij pakiety do specjalistów w ośrodkach leczenia, ośrodkach zdrowieniowych, gabinetach lekarskich, organach ścigania i urzędach wymiaru sprawiedliwości dot. spraw karnych oraz szkołach (wyszukiwanie w internecie może pomóc w zidentyfikowaniu specjalistów w Twojej okolicy). Wysyłaj pakiety pocztowe do profesjonalistów proszących o informacje.

Uwaga - Możesz pobrać wszystkie materiały, do których się odwołujesz, na stronie IP na stronie internetowej Grupy Rodzinne Nar-Anon.

<https://www.nar-anon.pl/informacja-publiczna/> (www.nar-anon.org/Outreach/)

Działania

- *1. Wydrukuj/kup ulotkę składaną na trzy części *Nar-Anon Oferuje Nadzieję*.
- *2. Wydrukuj/kup list *Informacje o Narateen dla Profesjonalistów*.
- 3. Wydrukuj kopię lokalnego, okręgowego lub regionalnego harmonogramu mityngów Nar-Anon.
- 4. Zbierz pakiety informacyjne dla Profesjonalistów.
- 5. W razie potrzeby sprawdź/uzupełnij pakiet.

Jeśli masz jakieś pytania lub chcesz otrzymać informacje dotyczące tej sekcji, wyślij e-mail na adres naranon.region.polska@gmail.com (outreach@nar-anon.org)

*Materiałów informacyjnych nie należy kopiować/rozpowszechniać w celu wykorzystania ich podczas regularnych mityngów. Uwaga – Jeśli potrzebne są duże ilości, bardziej opłacalny jest zakup w sklepie internetowym Nar-Anon

Jak zamieścić informację o Nar-Anon na bezpłatnych stronach z ogłoszeniami online.

Sugestie — Opublikuj ogólne informacje dotyczące Nar-Anon oraz harmonogram mityngów.

Działania

Poszukaj i zlokalizuj w internecie witrynę z bezpłatnymi drobnymi ogłoszeniami w Twojej okolicy i postępuj zgodnie ze wskazówkami.

Możesz podjąć następujące kroki:

1. Przejdź do strony internetowej.
2. Wybierz „Wyślij Ogłoszenia”,
3. Wybierz „Społeczność”.
4. Wybierz „Grupy”.
5. Wypełnij formularz. Uwaga: jeśli chcesz chronić swoją anonimowość, nie musisz podawać danych kontaktowych. Możesz utworzyć adres e-mail tylko do działań informacyjnych.

Przykład:

- Wprowadź adres e-mail.
- Wybierz, czy/jak chcesz obsługiwać e-mail –
- Tytuł wpisu: MITYNG NAR-ANON WTORKI O 19:00
- Treść wpisu: *Grupy rodzinne Nar-Anon to ogólnoswiatowa wspólnota dla osób dotkniętych uzależnieniem innej osoby. W ramach dwunastokrokowego programu oferujemy naszą pomoc dzieląc się naszym doświadczeniem, siłą i nadzieją. Dołącz do nas na wieczór wsparcia i zdrowienia, jesteś tylko nieznanym, dopóki nie przejdziesz przez drzwi*.
- Wybierz, czy chcesz dołączyć mapę.
- Wybierz, czy chcesz dołączyć obraz.

6. Aby zakończyć publikowanie, być może trzeba będzie odpowiedzieć na wiadomość e-mail z witryny z drobnymi ogłoszeniami i zaakceptować ich „Regulamin”.

7. W zależności od lokalizacji reklamy mogą wygasnąć w ciągu 7 do 45 dni i należy je ponownie opublikować.

Jeśli masz pytania lub chcesz otrzymać informacje dotyczące tej sekcji, wyślij e-mail na adres naranon.region.polska@gmail.com (outreach@nar-anon.org)

Jak publikować wiadomości głosowe o Nar-Anon w stacji radiowej (OP)

Poproś w Sekcji Ogłoszeń Publicznych w lokalnej stacji radiowej o czas na wiadomość głosową dotyczące Nar-Anon OP (PSA).

Sugestie — lokalne stacje radiowe nadają publicznie cały czas, ogłaszają podczas wydarzeń publicznych (np. boiska sportowe, targi zdrowia itp.)

Działania

1. Korzystając z książki telefonicznej lub internetu, sporządź listę lokalnych stacji radiowych i ich dane kontaktowe.
2. Zadzwoń do stacji radiowej w normalnych godzinach pracy i poproś o rozmowę z osobą odpowiedzialną za emisję OP.
3. Kiedy skontaktujesz się z osobą odpowiedzialną za OP, przedstaw się jako członek Nar-Anon, krótko wyjaśnij program, zapytaj OP, czy stacja byłaby chętna do nadawania 30-sekund w OP. Może zostać odczytane np:

„Nazywam się Jane i jestem członkiem Grup Rodzinnych Nar-Anon Światowej Wspólnoty 12-krokowej dla osób dotkniętych uzależnieniem bliskiej osoby. Nar-Anon niedawno opracował 30-sekundowe audio w OP, kierujący słuchaczy do znalezienia informacji o Nar-Anon na naszej stronie internetowej lub pod bezpłatnym numerem. Czy stacja radiowa byłaby chętna do wyemitowania tego w OP?”

4. Jeśli wyznaczona osoba jest niedostępna, zapytaj, czy możesz zostawić wiadomość lub uzyskać dane kontaktowe e-mail. W wiadomości lub e-mailu przekaz powyższe informacje i dołącz swoje dane kontaktowe.
5. Jeśli stacja wyrazi zgodę na emisję w OP, przejdź do <https://www.nar-anon.pl/informacja-publiczna/> ([https://www.nar-anon.org/s/Nar-Anon-PSA- Audio.m4a](https://www.nar-anon.org/s/Nar-Anon-PSA-Audio.m4a)) , aby znaleźć sekcję ogłoszeń Audio i postępuj zgodnie z instrukcjami.
6. Jeśli stacja zgodzi się na emisję w OP, prześlij wiadomość z podziękowaniem, wyrażającą wdzięczność Nar-Anon za czas antenowy. Ten ważny krok kultywuje pozytywne relacje z opinią publiczną i biznesem.
7. Jeśli stacja nie zgadza się na emisję w OP, dobrą praktyką jest wysłanie e-maila z podziękowaniami z prośbą o rozważenie nadawania Nar-Anon w przyszłości. Pamiętaj, aby w przyszłości ponownie sprawdzić stację.

Jeśli masz pytania lub chcesz otrzymać pomoc w tej sekcji, wyślij e-mail na adres naranon.region.polska@gmail.com (outreach@nar-anon.org)

Jak publikować 30-sekundowe wideo w Sekcji Ogłoszeń Publicznych o Nar-Anon (OP/PSA).

Propozycje miejsc: lokalne stacje telewizyjne, kina, internet, poczekalnie lekarskie, szpitalne poczekalnie na ostrym dyżurze, sąd oraz poczekalnie sądowe, obiekty lecznicze i obiekty sportowe.

Możesz pomyśleć o innych osobach z lokalnej społeczności.

Działania

1. Skontaktuj się z wybranym miejscem. Kiedy dotrzesz do osoby odpowiedzialnej za OP (PSA), przedstaw się jako członek Nar-Anon; krótko wyjaśnij program oraz nagranie dla OP i dlaczego uważasz, że nagranie jest ważne. Poinformuj ich, że możesz przyjść, wyświetlić podgląd nagrania i odpowiedzieć na wszelkie pytania.

2. Podczas wykonywania połączenia możesz powiedzieć coś w stylu:

„Mam na imię... , jestem członkiem Grup Rodzinnych Nar-Anon, ogólnoswiatowej wspólnoty 12-krokowej dla osób dotkniętych uzależnieniem bliskiej osoby. Nar-Anon niedawno opracowało 30-sekundowe nagranie dla OP kierujące oglądających do strony internetowej Nar-Anon lub pod darmowy numer, aby uzyskać więcej informacji o programie. Czy zechciałbyś przejrzeć to ogłoszenie i rozważyć użycie go jako jedno z ogłoszeń w OP (PSA)?”

3. Jeśli wyznaczona osoba jest niedostępna, zapytaj, czy możesz zostawić wiadomość lub poprosić o podanie danych kontaktowych przez e-mail. W wiadomości lub e-mailu prześlij powyższe informacje i dołącz swoje dane kontaktowe.

4. Jeśli osoba kontaktowa wyrazi zgodę na udostępnienie OP, przejdź do strony informacyjnej witryny Nar-Anon. Przewiń w dół do wideo OP i kliknij łącze „pobierz nagranie”, aby pobrać plik wideo na swój komputer. Dołącz nagranie do wiadomości e-mail, wyślij go pod wybrany kontakt i skontaktuj się z nimi, aby potwierdzić otrzymanie pliku.

5. Wyślij wiadomość z podziękowaniami, wyrażając wdzięczność Nar-Anon za ich chęć i wsparcie. Ten ważny krok kultywuje pozytywne relacje z opinią publiczną i przedsiębiorstwami.

6. Jeśli nie wyrażono zgody na pokazanie ogłoszenia w OP, podziękuj im za rozważenie i poproś, aby w przyszłości nie zapomnieli o Nar-Anon. Skontaktuj się z osobą kontaktową w późniejszym terminie.

Jeśli masz jakies pytania lub chcesz otrzymać informacje w tej sekcji, wyślij e-mail na adres naranon.region.polska@gmail.com (outreach@nar-anon.org)

Jak dotrzeć do społeczności i profesjonalistów podczas uczestnictwa w wydarzeniach specjalnych (targi zdrowieniowe, wydarzenia zdrowieniowe, wydarzenia uświadamiające).

Działania

1. Poszukaj w internecie kalendarzy i danych kontaktowych grup/organizacji (zgrupowanie zdrowieniowe/narkotykowe, targi zdrowieniowe, wydarzenia społeczności lokalnej itp.) organizujących specjalne wydarzenia.
2. Skontaktuj się z powyższymi i podziel się naszą misją i/lub wizją.
3. Poproś o informacje na temat rejestracji i poproś o możliwość podzielenia się przesłaniem nadziei Nar-Anon na wydarzeniu.
4. Dokończ określoną rejestrację. (Jeśli to konieczne)
5. Skorzystaj z Listy kontrolnej stoiska informacyjnego (zob. załącznik, strona vi), aby zorganizować wydarzenie.
6. Podczas wydarzenia, w duchu przyciągania, docieraj do i nawiązuj kontakty z innymi uczestniczącymi grupami i profesjonalistami. W ten sposób możesz dzielić się przesłaniem Nar-Anon, jednocześnie nawiązując ważne relacje w grupach zdrowieniowych. Jest to okazja do podzielenia się Nar-Anon jako źródłem informacji dla tych, którzy mogą mieć kontakt z rodzinami i przyjaciółmi osób uzależnionych i mogą udostępnić im informacje o Nar-Anon. Pamiętaj, aby być na bieżąco z wszystkimi osobami.

Jeśli masz jakieś pytania lub chcesz otrzymać informacje w tej sekcji, wyślij e-mail na adres naranon.region.polska@gmail.com (outreach@nar-anon.org)

DWANAŚCIE KROKÓW GRUP RODZINNYCH NAR-ANON

1. Przyznaliśmy, że jesteśmy bezsilni wobec osoby uzależnionej, że straciliśmy kontrolę nad własnym życiem.
2. Uwierzyliśmy, że Siła większa od nas samych może przywrócić nam równowagę wewnętrzną.
3. Podjęliśmy decyzję, aby powierzyć naszą wolę i nasze życie opiece Boga – jakkolwiek Go pojmujemy.
4. Przeprowadziliśmy wnikliwy i odważny obrachunek moralny własnego życia.
5. Wyznaliśmy Bogu, sobie i drugiemu człowiekowi istotę naszych błędów.
6. Staliśmy się całkowicie gotowi, aby Bóg uwolnił nas od tych wszystkich wad charakteru.
7. Pokornie prosiliśmy Go, aby zarządził naszym niedoskonałościom.
8. Sporządziliśmy listę wszystkich osób, które skrzywdziliśmy i staliśmy się gotowi zadośćuczynić im wszystkim.
9. Zadośćuczyniliśmy osobiście tym, wobec których było to możliwe, z wyjątkiem sytuacji, gdy zraniłoby to te lub inne osoby.
10. Prowadziliśmy nadal obrachunek osobisty, natychmiast przyznając się do popełnianych błędów.
11. Dążyliśmy poprzez modlitwę i medytację do umocnienia świadomego kontaktu z Bogiem, jakkolwiek Go pojmujemy, prosząc jedynie o poznanie Jego woli wobec nas oraz o siłę do jej spełnienia.
12. Przebudzeni duchowo w wyniku realizacji tych Kroków, staraliśmy się nieść posłanie innym i stosować te zasady we wszystkich naszych sprawach.

DWANAŚCIE TRADYCJI GRUP RODZINNYCH NAR-ANON

Nasze doświadczenie grupowe sugeruje, że jedność Grup Rodzinnych Nar-Anon zależy od przestrzegania tych Tradycji.

1. Nasze wspólne dobro powinno być najważniejsze; osobisty postęp większości zależy od jedności.
2. Autorytetem dla naszej grupy jest jedynie – kochający Bóg, jakkolwiek wyraża się On w sumieniu naszej grupy. Nasi liderzy są jedynie zaufanymi Służebnymi – oni nie rządzą.
3. Bliscy uzależnionych, którzy spotykają się, aby wzajemnie sobie pomagać, mogą nazywać się Grupą Rodzinną Nar-Anon, o ile jako grupa nie mają żadnych innych powiązań. Jedynym warunkiem uczestnictwa jest to, że mamy wśród bliskich lub przyjaciół osobę z problemem uzależnienia.
4. Każda grupa powinna być niezależna, z wyjątkiem spraw, które dotyczą innych Grup Rodzinnych Nar-Anon lub NA jako całości.
5. Każda grupa Nar-Anon ma jeden główny cel: pomagać rodzinom osób uzależnionych. Robimy to poprzez praktykowanie Dwunastu Kroków Nar-Anon, wspieranie i rozumienie naszych bliskich uzależnionych oraz przyjmowanie i okazywanie zrozumienia rodzinom osób uzależnionych.
6. Nasze Grupy Rodzinne nigdy nie powinny popierać, finansować ani używać nazwy żadnym zewnętrznym przedsięwzięciom, ażeby problemy związane z finansami, majątkiem czy prestiżem, nie odrywały nas od głównego celu duchowego. Jednak jako oddzielna jednostka, zawsze powinniśmy współpracować ze Wspólnotą Anonimowych Narkomanów.
7. Każda grupa powinna być całkowicie samowystarczalna i nie powinna przyjmować dotacji z zewnątrz.
8. Praca na Dwunastym Kroku powinna na zawsze pozostać nieprofesjonalna, lecz nasze biura służb mogą zatrudniać niezbędnych pracowników.
9. Nasze grupy jako takie, nigdy nie powinny stać się organizacją, możemy jednak tworzyć służby i komitety bezpośrednio odpowiedzialne wobec tych, którym służą.
10. Grupy Rodzinne Nar-Anon nie wyrażają opinii w sprawach spoza wspólnoty, aby nasza nazwa nigdy nie została uwikłana w publiczne polemiki.
11. Nasz wizerunek publiczny opiera się na przyciąganiu, a nie reklamowaniu; zawsze powinniśmy zachowywać osobistą anonimowość wobec prasy, filmu, internetu oraz innych form środków masowego przekazu. Ze szczególną troską powinniśmy chronić anonimowość wszystkich członków NA.
12. Anonimowość stanowi duchową podstawę wszystkich naszych Tradycji, przypominając nam zawsze o stawianiu zasad ponad osobistymi przekonaniem.

DWANAŚCIE KONCEPCJI SŁUŻB NAR-ANON

Tak jak wolność jednostki ma źródło w Dwunastu Krokach, a wolność grupy rodzi się z Dwunastu Tradycji, tak wolność struktury Służb rozkwita z Dwunastu Koncepcji.

1. Dla realizacji głównego celu naszej wspólnoty, Grupy Rodzinne Nar-Anon połączyły się, aby stworzyć Strukturę, która rozwija, koordynuje i utrzymuje służby w imieniu Nar-Anon jako całości.
2. Autorytetem dla służb Nar-Anon są Grupy Rodzinne Nar-Anon i na nich spoczywa ostateczna odpowiedzialność za te służby.
3. Grupy Rodzinne Nar-Anon przekazują służbom działającym w strukturze uprawnienia niezbędne do pełnienia powierzonych im obowiązków.
4. Skuteczność liderów jest wysoko ceniona w Nar-Anon. Przy powierzaniu służb powinny zostać dokładnie rozważone predyspozycje kandydatów.
5. Przy każdym zadaniu powierzonym w strukturze służb należy dokładnie zdefiniować zakres decyzyjności i odpowiedzialności.
6. Sumienie grupy jest duchowym narzędziem, za pomocą którego zapraszamy kochającą Siłę Wyższą do wpływania na nasze decyzje.
7. Wszyscy członkowie struktury służb ponoszą pełną odpowiedzialność za decyzje swoich zespołów i powinni mieć możliwość pełnego uczestniczenia w procesie podejmowania decyzji.
8. Regularna, dwustronna komunikacja jest niezbędna dla spełnienia tych Koncepcji oraz uczciwości i skuteczności naszych służb.
9. Wszystkie zespoły w strukturze służb są zobowiązane do uważnego rozważenia każdego punktu widzenia w procesie podejmowania decyzji.
10. Każdy członek struktury służb może zwrócić się o zadośćuczynienie osobistej szkody, bez obawy przed napiętnowaniem.
11. Fundusze Nar-Anon są przeznaczane na realizowanie głównego celu, jakim jest niesienie posłania; należy nimi odpowiedzialnie zarządzać.
12. Zgodnie z duchową naturą Nar-Anon, nasza struktura powinna zawsze opierać się na służbie a nie na zarządzaniu.