



O perfil do dependente químico



Ao longo da evolução da dependência química, o adicto tende a manifestar alguns defeitos de caráter como a mentira, a manipulação, a preguiça, a insegurança, o ciúme, a irresponsabilidade, o desleixo, a agressividade, o isolamento e em alguns casos mais graves até a violência física.

Sofrendo na convivência com este sujeito, a família vai adoecendo junto, manifestando também sintomas como o medo, a insegurança, a mentira, a fragilidade emocional, a agressividade, a manipulação e até problemas de saúde física.

**Separar a doença do doente:
Esta estratégia faz toda a diferença no tratamento**

Leia mais na pág.03

apail
diesel autopeças
Valorizando o seu tempo

**Peças para caminhões
ônibus, vans e picapes.**

Igarapé
3522-4800
BH. Anel
3328-3800

Sete Lagoas
3779-8700
BH. Amazonas
3519-6900

LOJA AV. AMAZONAS ESPECIALIZADA EM VANS E PICAPES


COMERCIAL ESPORTE CLUBE
Fundado em 16 de novembro de 1953

Rua José Gonçalves, 710 - Barreiro - (31) 2555 2139 - (31) 99463 8220
contato@comercialesportecube.com.br

GTOP BÁSICO

Grupo Terapêutico Online Permanente

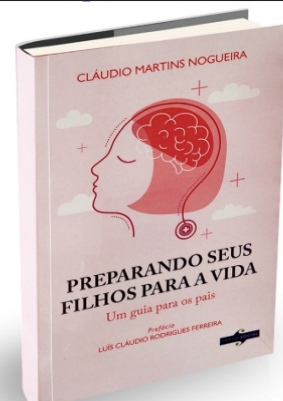
 Venha se tratar conosco nos nossos **GRUPOS TERAPÊUTICOS ONLINE.** 



✦ **CLUBE DE MEMBROS** ✦
PORTAL DA SOBRIEDADE

Youtube
SEJA MEMBRO!
PLANOS A PARTIR DE 4,99
VÁRIOS BENEFÍCIOS, SAIBA MAIS! 

**Dificuldades na
educação de filhos?**
Adquira este livro...
PREPARANDO SEUS FILHOS PARA A VIDA



A arte de ser pais é
tornar-se dispensável
na vida dos filhos

VENDAS

0800 704 3737
editoraforum.com.br

Direto com o autor:
(31) 99206-2492
4109-1192
jornalcriartvida.com.br

**Entregamos em
sua casa**


UNIVERSO DOS ENXOVAIS Baby

Enxoval Completo
Acessórios, Tapetes e Cortinas
Artigos Infantis
Moda de 0 à 8 anos

5 X SEM JUROS
(PARCELA MÍNIMA:
R\$25,00)


www.universodosenxovais.com.br
email: universodosenxovais@uol.com.br
Contagem
Eldorado: Av. João César de Oliveira, 3359
3392-0471
N. Riacho: R. Rio Mantiqueira, 651 **3912-3191**

Editorial

O fim das Bets

No dia 25 de setembro, às vésperas das eleições brasileiras, o Brasil se surpreendeu com a decisão do Presidente assinando a medida provisória pondo fim a esta parafernália que virou os cassinos virtuais e os jogos de apostas esportivas.

Em 2023, as chamadas Bets foram regulamentadas após amplo debate no Congresso Nacional. Tentaram colocar regras e limites, mas, como já era esperado, esta regulamentação não funcionou e as vítimas viciadas em jogos eletrônicos espalharam-se por todo o Brasil. Endividamento das famílias, destruição de lares e de vidas passaram a ser a realidade de muitos brasileiros.

Que nesta eleição, possamos ser responsáveis escolhendo candidatos que realmente preocupam com a saúde física, mental, social e emocional do próximo porque, infelizmente, conforme os deputados e senadores que os eleitores escolherem, as Bets podem voltar. Não podemos esquecer que esta medida é provisória e o Congresso vai ter que votar a favor ou contra. Confira se seu candidato apoia ou não o fim das Bets.

Na hora de votar, seja consciente e responsável. Escolha candidatos verdadeiramente comprometidos com o nosso povo e nosso país.

No mais, muito obrigado a todos da família **Portal da Sobriedade**, leitores e patrocinadores. O apoio de vocês é muito importante para nós continuarmos ajudando a salvar vidas!

Instagram: @claudiopsicologoemdq

Facebook: @claudiomartinspsicologo

YouTube: Portal da Sobriedade - Psicólogo Cláudio

Visite nosso site:
www.portaldasobriedade.com.br

EXPEDIENTE - Portal da Sobriedade LTDA

C.N.P.J 05.493.830/0001-11
Redação e Administração - Belo Horizonte - MG
e-mail: projetociar@yahoo.com.br
site: www.portaldasobriedade.com.br
Youtube: [Portal da Sobriedade](https://www.youtube.com/channel/UCv33333333333333333333)
Diretor editorial e executivo: Cláudio M. Nogueira
Editora de arte: V. M. A.
Dep. comercial: (31) 99206-2492

Obs.: A Redação não se responsabiliza pelos conceitos emitidos em artigos assinados e nem pelas publicidades, que são de inteira responsabilidade de seus autores.

Poesia

Caminho real

Estamos caminhando na estrada da vida

Alguns com muita pressa, outros bem devagar

Mas ambos sem saber aonde chegar

Assim vamos vivendo a caminhar

Um passo de cada vez

Ou às vezes precisamos parar

Por preguiça ou para descansar.

O tempo vai passando,

Pedras no caminho vão surgindo,

Um desejo de voltar,

De desistir de caminhar,

De anestesiarm nossa dor,



De fugir pelo atalho,

De um caminho irreal.

Promessas vazias de um caminho sem pedras,

Sem dor, sem trabalho e suor,

Devaneios psíquicos que não curam,

Apenas nos engana e nos afasta

Do caminho real

Da busca de um ideal superior.

Cláudio Martins
Nogueira
Psicólogo clínico



Jogos de apostas

Continuação da edição anterior

4.2 Acolhimento

A desse relato é possível, pode-se compreender a importância de acolher e, se necessário, encaminhar de maneira implicada e cuidadosa. A falta dessas ações pode gerar sentimentos de desesperança, desespero e solidão frente ao seu sofrimento que está vivenciando, e fazer com que essa pessoa não busque mais cuidado ou o agravamento do caso.

Considerando ainda que muitas pessoas com problemas relacionados a jogos de aposta têm dificuldade em buscar os serviços de saúde por questões como autoestigma, culpa e vergonha, ao encontrar profissionais com postura pouco acolhedora, essas pessoas podem desistir ou adiar a chegada ao Sus.

Ressalta-se ainda que a pessoa não precisa apresentar nenhuma outra questão crítica de saúde além dos problemas relacionados a jogos de aposta, como, por exemplo, o álcool e outras drogas ou pensamentos suicidas para ser atendido e ter sua demanda de saúde encaminhada aos cuidados necessários.

Além disso, identificar os riscos e prejuízos é muito importante para ori-

entar o cuidado de forma proporcional à intensidade do sofrimento relacionado aos jogos de apostas (Rodda, 2022. Moreira. Azeredo. Dias, 2023).

A seguir alguns exemplos de situações que devem ser identificadas, acolhidas e compartilhadas entre as equipes:

a) Quando há comportamento de apostas e a pessoa apresenta preocupação, irritabilidade, e/ou alterações do sono, sem grandes prejuízos nas relações familiares ou sociais.

Essas pessoas devem ser acolhidas na Atenção Primária à Saúde (APS), com escuta ampliada, orientação para prevenção, ações de redução de danos e acompanhamento psicossocial. A equipe deve manter o vínculo, observar sinais de agravamento e, se necessário, articular o apoio do Caps ou de outros serviços, com contrarreferência assegurada.

b) Quando há sofrimento emocional mais intenso, conflitos familiares, dificuldades de convívio e/ou prejuízos sociais, ocupacionais e financeiros.

Essas pessoas se beneficiam do acompanhamento compartilhado entre APS e Caps e rede intersetorial, com atendimentos individuais, grupos terapêuticos, oficinas e apoio à família, entre outras articulações com a assistência social,

justiça e outros pontos do território. A comunicação entre os serviços é essencial para garantir continuidade, corresponsabilidade e apoio mútuo entre equipes.

c) Quando há perda de controle sobre as apostas, risco de suicídio, ruptura de vínculos, endividamento extremo e/ou ausência de suporte social.

Na observância de implicações clínicas, o cuidado deve ser articulado entre Caps, serviços de urgência e emergência, hospital geral e assistência social, priorizando proteção e acompanhamento contínuo em ambiente seguro e acolhedor. Após a estabilização, é indispensável o seguimento do cuidado no território (APS), com acompanhamento conjunto e articulação junto aos serviços de referência.

Saiba mais sobre os fatores de risco e os fatores protetivos dos problemas relacionados a jogos de apostas na Linha de Cuidado para as Pessoas com Problemas Relacionados a Jogos de Apostas - (<https://www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/noticias/2025/dezembro/saude-e-fazenda-lancamobservatorio-brasil-saude-e-apostas-eletronicas-para-acoes-integradas-de-prevencao-dependencia>).

Síntese: O acolhimento a pessoas com problemas re-

lacionados aos jogos de apostas, aos familiares e à rede de apoio deve ser entendido como responsabilidade coletiva da rede e não como atribuição de um serviço isolado.

O funcionamento integrado da Raps e de parceiros intersetoriais é o que garante acessibilidade, continuidade e efetividade das ações.

Reconhecer as situações de vulnerabilidade permite planejar o cuidado de forma mais precisa, humanizada e sustentável, alinhado aos princípios da Política Nacional de Saúde Mental, Álcool e outras Drogas, da Política Nacional de Atenção Básica (Pnab) e da Política Nacional de Atenção às Urgências.

Continua na próxima edição

Ministério da saúde
Guia de cuidados para pessoas com problemas relacionados a jogos de apostas

Orientações práticas para o acolhimento, acompanhamento e cuidado de pessoas com problemas relacionados a jogos de apostas, no âmbito da Rede de Atenção Psicossocial (RAPS) e das ações intersetoriais.
Brasília/DF
2026

Para Refletir

Homem de valor

Um homem mostra seu valor

Quando se depara com a dor
Quando se depara com suas fraquezas,
Com seus vícios e mazelas.

Um homem mostra seu valor

Quando não foge da luta
Quando enfrenta a labuta
E com o suor do seu rosto
Não tem medo de enfrentar
O que precisa encarar.

Um homem mostra seu valor

Quando assume sua pequenez
Quando de forma humilde
Destroi o que estava te destruindo
E como menino
Levanta seu troféu
A sensação de estar no céu
Com os pés no chão
E com a voz do coração
Agradece a todos
Com sua própria história
De derrotas e glórias
De sorrisos e lágrimas.

Um homem mostra seu valor

Quando na perseverança tem sua esperança
No companheiro seu om-

bro amigo
Na simplicidade vive a humildade
De saber que não sabe nada
Mas mesmo sabendo
Que é um poço de sabedoria
E divide sua “água” do saber
Sendo igual a quem recebe.

Um homem mostra seu valor

Quando pelo seu amor a sua filha
Supera a si mesmo
É transborda seu amor
Ao seu semelhante que ainda sofre.

Agradeço a Deus
Por ter me proporcionado a honra
De conhecer um homem de tanto valor
Movido pelo mais sublime amor
Fez e continua fazendo sua história
Refrigerio das nossas memórias

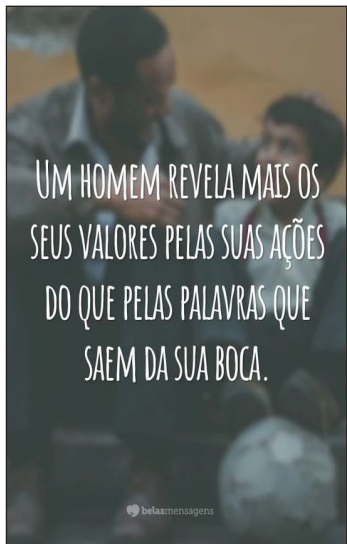
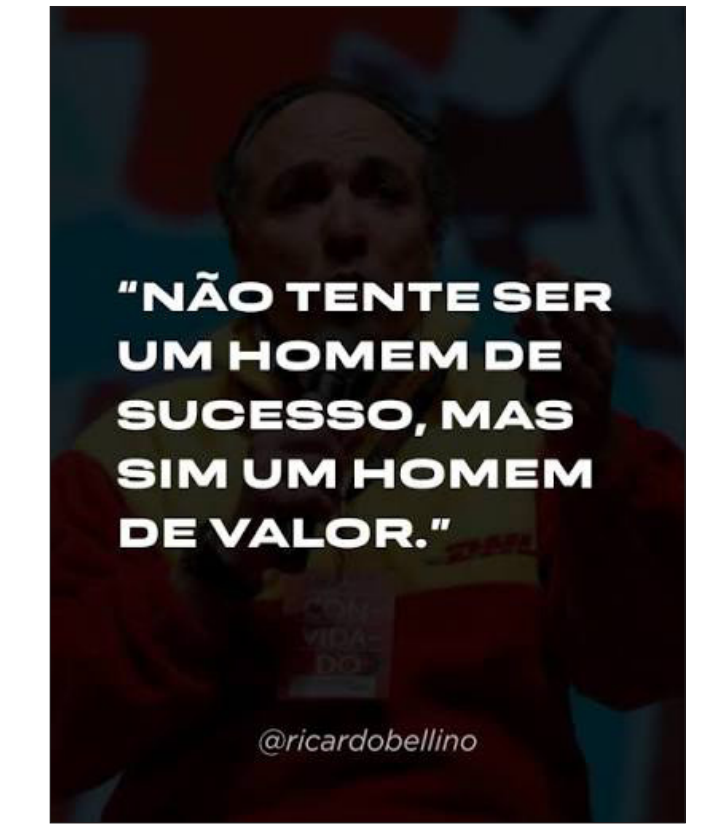
Parabéns seu Clóvis pelos seus 43 anos de AA (Alcoólicos Anônimos) e pelos 07 anos de FA (Fumantes Anônimos).

Uma história de lutas, Vitórias e conquistas.

Uma história de um homem de muito valor

Obs.: Seu Clóvis partiu para o mundo espiritual vitimado por uma demência generalizada, ficou seus últimos dias na cama e sempre com aquele sorriso largo e um olhar sereno. Siga seu caminho nos braços do nosso PODER SUPERIOR!

Uma homenagem de
Cláudio Martins
Nogueira



Ajude a salvar vidas
Anuncie no
site:
portaldasobriedade.com.br
31 99206-2492

Se você gosta dos nossos textos...
Você vai amar os nossos vídeos.
Revista
PORTAL DA SOBRIEDADE
PSICOLOGO CLAUDIO
WWW.PORTALDASOBRIEDADE.COM.BR
Inscreva-se e compartilhe
nosso canal:
portaldasobriedade.com.br

Contabilidade
CERTA
www.contabilidadecerta.com.br
PABX: (31) 3384-4529
Av. Sinfrônio Brochado, 624 - SI 104/111
Barreiro - BH

O perfil do dependente químico

Ao longo da evolução da dependência química, o adicto vai manifestar alguns defeitos de caráter como a mentira, a manipulação, a preguiça, a insegurança, o ciúme, a irresponsabilidade, o desleixo, a agressividade, o isolamento e em alguns casos mais graves até a violência física. Sofrendo na convivência com este sujeito, a família vai adoecendo junto, manifestando também sintomas como o medo, a insegurança, a mentira, a fragilidade emocional, a manipulação e até problemas de saúde física.

Neste contexto, a família e a sociedade passam a julgar o dependente químico pelas suas atitudes e comportamentos doentios provocados pela doença. No descontrole emocional adjetivos como: safado, sem vergonha, mentiroso, irresponsável e tantos outros que não valem a pena escrever aqui e se torna uma rotina neste convívio.

Por tudo isto é fundamental que alguém desta família comece a se tratar. Ter um novo olhar é o primeiro passo para promover mudanças efetivas nesta relação. Nada melhor do que procurar grupos de apoio e profissionais especializados nesta área. Assim como qualquer outra doença, precisamos procurar quem conhece e tem experiência para lidar com ela.

Na medida em que o tratamento vai evoluindo, a família e o próprio dependente vão aprendendo algumas coisas importantes como:

1 – Todos estão sendo vítimas da doença dependência química e da Co dependência;

2 - Desta maneira, todos precisam de tratamento;

3 – Nossos sintomas não somos nós. Se tratar as causas eles desaparecem;

4 – Começamos a resgatar os nossos verdadeiros valores e passamos a ver o sujeito com suas qualidades fora da dependência química. A maioria dos adictos possuem no perfil algumas características:

A. Seres sensíveis: sua sensibilidade é tamanha que o seu vínculo com animais e crianças são enormes;

B. Seres inteligentes: sua facilidade em aprender, em construir algo novo pode provocar uma autossuficiência tamanha que a recusa de ajuda é comum neste sujeito. Aceitar a derrota pa-

ra a droga para ele é algo muito difícil;

C. Seres carismáticos: todos que convivem com um adicto sabem como eles são capazes de cativar as pessoas. Em pouco tempo fazem amizades e conquistam o mundo.

D. Seres trabalhadores: apesar da doença conduzi-los para a preguiça, quando gostam do seu chefe ou patrão, a sua dedicação é tamanha que é comum eles ficarem horas a fio além do horário para atender a necessidade da empresa;

E. Seres caridosos: somente se sentirão realizados quando estão ajudando os outros. Os bens materiais não satisfazem sua alma sedenta de amor. Por isto que o trabalho voluntário, os

grupos de apoio e a religião são essenciais para seu tratamento.

É possível perceber então que existe muito talento desperdiçado na droga. O adicto precisa entender que, com tanto talento, ele não precisa de droga para dar certo.

Cláudio Martins Nogueira
Psicólogo clínico

Especialista em Dependências e Co dependência



Ditado Popular

Águas passadas não movem moinho

Este ditado nos convida a pensar no futuro e no presente. Segundo ele, o que importa não são as águas que já passaram, mas sim as que estão passando e ainda vão passar. São elas que movem o moinho.

Infelizmente, muitas pessoas ficam presas se lamentando do passado. Afundados nas suas mágoas e ressentimentos ou mesmo na nostalgia de bons momentos do passado, elas não conseguem se aventurar nas oportunidades do presente e nos sonhos de um futuro melhor. Assim, para elas, as águas que continuam movendo seu “moinho” ainda são as que já passaram. Reviver o passado de maneira repetitiva é uma maneira de se fechar para o presente.

Neste contexto, os sintomas de depressão podem se manifestar. A tristeza e a desilusão podem tomar conta do sujeito de tal maneira que o sofrimento ou a alegria do passado retornam no presente provocando uma recusa de viver o hoje. Como exemplo, é muito comum uma pessoa que sofreu uma desilusão amorosa no passado ficar remoendo isto nos relacionamentos afetivos do presente. Este deslocamento emocional inconsciente vai desgastar esta relação atual de tal maneira que ela pode chegar ao fracasso.

Portanto, em se

tratando dos sentimentos humanos, as águas do passado podem mover o moinho. Para que isto não aconteça é muito importante dar um novo sentido às experiências do passado já que não é possível esquecê-lo ou apagá-lo da nossa memória. A pergunta que cabe aqui é: como fazer isto?

Duas maneiras extremamente eficaz para conseguir isto é através do processo psicoterápico e através da evolução espiritual. Na primeira o sujeito fala das suas experiências do passado aprendendo com elas. Na segunda, através da visão espiritual da vida, ela desenvolve a capacidade de perdoar o próximo e a si mesmo, possibilitando assim uma libertação deste passado.

Melhorando sua relação com o passado, o sujeito se abre para a vida presente e almeja assim um futuro mais promissor. Dessa maneira, seu “moinho” vai se mover naturalmente, deixando fluir as “águas” do passado, do presente e de um possível futuro.

Cláudio Martins Nogueira
Psicólogo clínico

Especialista em dependências e codependência familiar

ÁGUAS PASSADAS NÃO MOVEM MOINHOS

Histórias para crescer

O rei e seus vassalos

Todos nós já tivemos a oportunidade de assistir filmes que retratam os tempos antigos onde os reis, assentados nos seus tronos, submetiam seus súditos a toda forma de opressão e humilhação. Quem nunca viu a cena de um tirano coberto de ouro dentro do seu castelo assentado num trono sendo abanado com plumas de pavão por seus servos?

Esta cena é o retrato falado das famílias modernas, especialmente daquelas que estão enfrentando o desafio de ter um dos seus membros envolvidos com as drogas. Na medida em que a doença vai desenvolvendo, o dependente começa a exigir da família todos os recursos necessários para continuar fazendo o uso destas substâncias. A pressão psicológica é tamanha que os codependentes começam a ter medo do dependente. Sem perceber, a família passa a ser manipulada pelo dependente através das chantagens emocionais, do jogo da culpa e até mesmo em alguns casos, através de ameaças físicas.

Desta maneira, “o rei” é o dependente químico enquanto que os “vassalos” são os familiares. Os pais são levados a acreditar que são os culpados por ter um filho usando drogas. A esposa de um adicto tem certeza que o marido está bebendo porque ela “enche o saco” dele. Assim, o “reizinho” fica ali, assentado no seu trono exigindo cada vez mais dos seus vassalos. Não é difícil perceber que todos os envolvidos adoeceram e que todos de alguma maneira precisam de tratamento. Esta relação doentia precisa ser melhorada.

No tratamento é fundamental aos pais retomarem o seu papel na estrutura familiar, ou seja, é preciso retirar do “trono” o dependente e colocá-lo no seu devido lugar. Em um lar quem deve assentar no “trono” são os responsáveis pelas finanças e pela organização da família. O dependente deve entender que sua condição é desfavorável e que vive naquele lar graças aos codependentes. Sendo assim, ele tem a obrigação de respeitar os pais e os demais membros da sua família e aceitar o tratamento. Caso contrário, ele tem o direito de se retirar daquela residência, afinal, os familiares não são obrigados a conviver com uma pessoa usando drogas.

Para a família conseguir fazer isto é imprescindível a sua participação nos grupos de apoio, em leituras específicas, encontros, seminários e buscar ajuda profissional com psicólogos especializados nesta área. Pouco vai adiantar o tratamento só do dependente químico se a família não mudar as bases dos seus relacionamentos afetivos.

Cláudio Martins Nogueira
Psicólogo Clínico

Especializado em dependências e Co dependência



CANSADO DE DÚVIDAS?
SOMOS A SOLUÇÃO

ABERTURA DE EMPRESAS
ANÁLISE CONTÁBIL
PLANEJAMENTO TRIBUTÁRIO
ESCRITURAÇÃO
ASSESSORIA COMERCIAL
RECURSOS HUMANOS
NOTA FISCAL ELETRÔNICA
SPED / ICP / E-SOCIAL

Telefax: 031-3384-0979
2515-8040 / 2515-8050
Av. Sinfrônio Brochado, 624 - sl 506
Barreiro - BH
email: fale@contabilidademinas.com.br
site: www.contabilidademinas.com.br
facebook.com.br / contabilidademinas

CM
CONTABILIDADE MINAS
Desde 1971

Grupo Terapêutico Online Permanente (GTOP)

‘No GT você reúne em um só lugar a riqueza das partilhas e a profundidade de um processo terapêutico’

FACILITADOR: Cláudio M. Nogueira - psicólogo - Especialista em dependência química e codependência com mais de 36 anos de experiência na área.

INVISTA EM VOCÊ!
Vagas limitadas.
Garanta a sua
agora: 31 99206-2492

Em busca do amor dos pais - Desenvolvimento - Parte XIV



Continuação da edição anterior

Os pais e as dependências - Parte II

7 – A super presença do feminino – A mulher, na maioria das culturas, sempre ocupou este lugar do cuidado, da educação e formação de valores morais dos seus filhos. Não é por acaso que na educação e na saúde, o público feminino é muito maior do que o masculino. Na família, especialmente aquela que convive com dependentes (seja química, emocional, etc.), encontramos um excesso do feminino que se manifesta numa tentativa obsessiva do controle do outro e de toda a família, inclusive do próprio companheiro. Assim, na maioria dos casos, para não dizer todos, nos deparamos, nestes casos, com uma ausência do masculino e do excesso do feminino.

8 – O excesso da função materna – Na maioria das vezes exercida pela mãe, esta função é importante para inserir o filhote humano na cultura. Com o aleitamento materno, o colo, o afeto e o cuidado este filhote vai se formando na função de filho a partir do momento em que o bebê diferencia aquele adulto como a sua mãe. Como vimos anteriormente, este processo é fundamental para o desenvolvimento cognitivo, físico e social do bebê. Na medida em que este bebê cresce, ele precisa se afastar simbolicamente e, muitas vezes, fisicamente desta mãe para amadurecer e chegar na sua maturidade psíquica. O excesso da função materna pode prejudicar esta evolução psíquica, ou seja, apesar de ter um adulto formado fisicamente, estamos diante de um “rei bebê” que continua “chorando querendo mamadeira ou o

peito da mamãe”.
O excesso da função materna também pode se manifestar quando outras representantes do feminino (avós, tias, babás ou irmãs) assumem esta função. Este excesso provoca uma falta: a própria falta. Ela é tão necessária para o nosso amadurecimento psíquico que quando ela não ocorre, o sujeito não desenvolve tolerância a frustrações, a ouvir um não que irão dificultar sua entrada no mundo da neurose. Em outras palavras, ele pode se estruturar psicicamente na psicose (esquizofrenia, transtorno bipolar, autismo, borderline). Outra consequência disto é a decepção com esta mãe que, promovendo um mundo sem dor para seu bebê, fracassa nesta missão já que isto é impossível.

9 – O feminino presente na dependência – Quando o filho não amadurece psicicamente, ele fica atrelado, grudado a este feminino, numa relação quase simbiótica. Esta relação tóxica escraviza os dois. O filho não consegue fazer nada sem a presença desta mãe. Ao mesmo tempo, este filho se revolta por esta mãe não deixar ele crescer. Ele procura o pai para isto, mas não o encontra. Assim, ele se volta para este feminino onde ele se sente seguro e confortável.

Como um recém-nascido, o adulto criança se mantém na posição

do “pidão” e o feminino na posição de oferecer o tempo todo o “leite”. É dentro desta relação doentia que nasce a dependência e a Co dependência. Enquanto o dependente é “viciado” em pedir, o codependente é “viciado” em dar. As compulsões também surgem neste contexto. Na inabilidade de lidar com a falta, o dependente emocional tenta buscar em algum objeto psíquico externo um “tampão” para ela. Como nada é capaz de tamponar esta falta, o sujeito vai aumentando a dose deste objeto até se tornar dependente dele.

Ao encontrar com o objeto psíquico droga, o dependente químico que nasceu com a predisposição orgânica, ou seja, maior facilidade de se adaptar a estas substâncias, vai sentir um prazer tão intenso que o mesmo tem a ilusão no curto prazo de aniquilar este mal estar de viver (a falta). O problema é que quando o corpo elimina a substância, o vazio retorna cada vez maior e para tampá-lo precisa de mais drogas. Daí surge a dependência química e todas as suas mazelas.

Continua na próxima edição

Cláudio Martins Nogueira
Psicólogo Clínico

Especialista em dependência química e Co dependência

Escola de animais

Era uma vez um grupo de animais que quiseram fazer uma coisa para resolver os problemas da floresta. Para isto, eles organizaram uma escola. A escola dos bichos estabeleceu um currículo de matérias que incluía aprender a correr, a subir em árvores, a nadar e a voar.

Para facilitar as coisas, ficou decidido que todos os animais fariam todas as matérias. Assim, os resultados dos treinamentos foram:

O pato se deu muito bem na aula de natação, mas quase não passou de ano na aula de voo e estava indo muito mal na aula de corrida. Por causa de suas deficiências, ele precisou deixar um pouco de lado a natação e se dedicou mais às aulas extras de corrida. Isso fez com que seus pés de pato ficassem muito doloridos e o pato já não era mais tão bom nadador como antes. Mas estava passando de ano, e este aspecto de sua formação não estava preocupando ninguém, exceto claro, ao pato.

O coelho era de longe o melhor corredor, no princípio, mas começou a ter tremores nas pernas de tanto tentar aprender natação.

O esquilo era excelente em subida de árvores, mas enfrentava problemas constantes na aula de voo, afinal, o professor insistia que ele pre-

cisa decolar do solo, e não de cima de um galho alto. Com tanto esforço, ele tinha câimbras constantes e foi apenas regular em alpinismo e um fiasco em corrida.

A águia insistia em causar problemas, por mais que a punissem por desrespeito à autoridade. Nas provas de subida de árvore era invencível, mas insistia sempre em chegar lá da sua maneira... Na natação deixou muito a desejar...

Assim foi acontecendo com todos os animais da escola. O nível de frustração de todos foi tamanha que logo começaram a surgir as evasões escolares. “Alunos” começaram a se rebelar com os professores e a indisciplina tomou conta da escola. A ideia “democrática” de todos aprenderem todas as tarefas de todos não deu certo. Desta maneira, a escola de animais foi fechada por falta de “alunos”.

Autor desconhecido

Adaptação de Cláudio Martins Nogueira

Psicólogo clínico Especialista em Dependências e Co dependência



Histórias para crescer

Os professores



Um idoso senhor, já casado há mais de sessenta anos, passou a sair todos os dias pela manhã e só voltava por volta da hora do almoço. Seu sorriso nos lábios, o semblante jovial e a alegria no seu timbre de voz fez com que sua querida esposa começasse a desconfiar do seu marido. Onde será que ele ia todos os dias e voltava daquela maneira?

Encabulada, tomou coragem e perguntou ao seu querido marido:

- Tantos anos nós vivemos juntos e eu nunca cobre nada de você. Porém, me diz uma coisa: estou percebendo que todos os dias você está saindo pela manhã e volta feliz, satisfeito... Vou ser sincera... Tem outra mulher em sua vida?

Ele sorriu, deu um beijo nela e falou:

- Meu amor, nesta vida que estamos juntos, tudo partilhemos. Não queria falar para você onde estou

indo neste momento. Está sendo uma experiência incrível que eu gostaria de consolidar primeiro para depois te falar. Mas, pelo nosso amor, eu vou te falar: EU VOLTEI A ESTUDAR!

A mulher ficou surpresa e falou:

- Querido, você já é formado e aposentado. Como pode você voltar a estudar?

Ele com sua sabedoria dos tempos vividos, respondeu:

- Olha amor, amanhã você vai comigo na escola para conhecer meus professores.

No outro dia pela manhã, após o lanche, saíram em direção a um parque ecológico onde as crianças brincavam. Sua esposa sem entender nada, ficou na expectativa esperando a chegada dos professores acadêmicos. Seu amado marido simplesmente convidou sua esposa para assentar na

quele banco de sempre.

Logo em seguida, as crianças começaram a aparecer e se assentaram ao redor do simpático senhor. De maneira espontânea, as crianças envolviam os dois idosos nas brincadeiras, nas conversas de histórias, nas músicas e nas perguntas e respostas que surgiam naquela “sala de aula”. Uma das crianças perguntou para ele quem era aquela formosa senhora e ele disse que era sua esposa querida. E de maneira carinhosa, ele apresentou para sua esposa:

- Estes aí são meus amados professores!

Autor desconhecido

Meu comentário: nossos filhos, nossos pequenos mestres.

Cláudio M. Nogueira
Psicólogo Clínico

Especialista em Dependências e Co dependências

Histórias para crescer

O homem e a rosa

Certa vez, um simples camponês encontrou um pote de sementes perdido no meio do caminho. Sem saber de qual planta se tratava serem aquelas sementes, resolveu plantá-las, afinal, somente assim resolveria o grande mistério.

Durante um bom tempo, todos os dias, o homem passou a regar aquelas sementes que não demorou muito começou a aparecer os pequenos brotos. Logo percebeu que se tratava de uma erva daninha pois os espinhos foram logo aparecendo no seu caule. Decepcionado, foi logo tratando de arrancá-las porque precisava daquele terreno para o cultivo de hortaliças e frutas.

Como sua curiosidade era muita, resolveu deixar um pequeno pedaço de terra para verificar o que daria aquele talo horrível e cheio de espinhos daquela espécie. Para sua surpresa, apareceram os brotos e logo em seguida lindas e perfumadas rosas. De tão belas to-

dos que visitavam suas plantações não deixavam de admirá-las e cheirá-las. Todos queriam comprar e apresentar quem elas amavam.

O homem então percebeu que sua decisão de arrancar aqueles peçonhentos talos foi equivocada. Deixou ser levado apenas pela aparência sem considerar a sua essência.

Assim é com muitas pessoas. Dentro de cada um há uma rosa, são as qualidades que Deus nos deu, e que muitas vezes estão lá, no fundo do nosso coração esperando desabrochar. Mas temos também os espinhos que são as nossas faltas. Muitas vezes olhamos para os outros observando somente os espinhos que as pessoas carregam, sem valorizar a rosa que está escondida no coração querendo desabrochar. O amor é exatamente fazer com que o outro desabroche a rosa que ele carrega, mesmo tendo espinhos.

Autor desconhecido

CONTABILIDADE IDEAL

Assessoria tributária e contábil

Telefax
(31) 3384-1444

www.contabilidadeideal.com

R. José Brandão, 315 - SI-601/602/605 - Barreiro-BH

GRUPO TERAPÊUTICO

Ainda dá tempo de você participar

'No Grupo Terapêutico você reúne em um só lugar a riqueza das partilhas e a profundidade de um processo terapêutico'

Cláudio M. Nogueira - psicólogo clínico

Reserve sua vaga agora: 31 99206-2492

Preparando seus filhos para a vida



Brincar não é brincadeira

Segundo Piaget, a criança se desenvolve por meio da aquisição de novos esquemas. Através da linguagem dos adultos ela aprende a falar; através das histórias infantis ela adquire a capacidade da imaginação e criatividade; através do brincar ela desenvolve o seu corpo, sua coordenação motora, sua habilidade de conviver em grupo, sua inteligência, sua capacidade de superar desafios.

As crianças que possuem poucas oportunidades de brincar na terra, na areia, nos parques e jardins, provavelmente terão uma adolescência conturbada e vários problemas emocionais na fase adulta. Para complicar ainda mais esta situação, a preocupação exagerada dos pais em proteger seus filhos da violência do mundo moderno, faz com que estes incentivem o uso e muitas vezes, o abuso da televisão por parte dos filhos e, infelizmente, a “babá eletrônica” muitas vezes está voltada para o consumo, para a violência e para a banalização do sexo. Cabe aqui uma pergunta: O que nossas crianças estão aprendendo com esta “babá”? E quanto ao valor moral, princípios éticos e religiosos? Além disso, a alimentação inadequada e a falta de exercícios físicos regulares, estão também aumentando assustadoramente o número de crianças com problemas de obesidade. Uma geração inteira com o futuro comprometido.

Portanto, é muito importante para os pais criarem oportunidades para que nossas crianças possam brincar, pois afinal, é fácil perceber que como foi dito, “brincar não é brincadeira”, é um assunto sério, responsável pela saúde dos nossos filhos.

Cláudio M. Nogueira
Psicólogo clínico
Especialista em
Dependências e
Co dependência



O caminho da autotransformação - Parte VII

Continuação da edição anterior

Palestra 04: O Deus real e a imagem de Deus. Parte II

O verdadeiro conceito de Deus

DEUS É. ELE É VIDA E FORÇA DA VIDA!

Deus como uma corrente elétrica dotada de inteligência suprema. Esta energia divina está disponível 24hs por dia, precisamos apenas acioná-la. Um detalhe importante que o Guia nos alerta: o único lugar em que Deus pode ser procurado e encontrado é no interior de cada ser humano e em nenhum outro lugar.

A experiência interior de Deus é a mais extraordinária de todas porque ela é completa. A experiência cósmica não separa o sentimento do pensamento. Nós sentimos Deus dentro de nós. Para que isto aconteça, o ego personalidade deve ceder lugar às vibrações da presença de Deus. Para isto, precisamos pedir ao PODER SUPERIOR para vivermos esta experiência.

As eternas leis divinas

Deus está sempre presente também com suas leis divinas. Quanto mais você as viola, mais você vai sofrer. Temos que tomar esta decisão. A dor do desvio da lei é o combustível para a cura, ou seja, é uma forma de retornar às leis divinas e, com isto, a união com Deus.

Assim, à Deus se coloca como o grande criador a sua disposição. Experimentar Deus é perceber-se



a si mesmo como parte Dele. O aspecto da consciência é o princípio ativo (Homem), já o aspecto da lei automática é o princípio passivo (feminino).

A autorrealização é ativar estes dois aspectos, ou seja, o potencial máximo de Deus em nós.

Deus está em você e cria por seu intermédio

Deus não age para mim. Ele age através de mim, estando em mim. Quando sinto Deus em mim, ele me responde e eu compreendo. Assim eu não sou mais orientado, mas sou o mestre da minha própria vida. Você deve descobrir esse poder libertador capaz de controlar sua vida por si mesmo. Esta decisão propiciará a verdadeira liberdade e produzirá uma energia interior em você que até então você não conhecia.

Desta forma, você passa a ser o mestre do seu universo e de si mesmo, sendo um criador da sua vida, do seu destino e de suas próprias experiências.

Quando você entra em contato com seu Eu Superior, você perceberá que Deus habita dentro de você.

Palestra 05: Unidade e dualidade

Sabemos que existe uma consciência superior num plano unificado e que a felicidade maior consiste em estar em contato com essa consciência.

Há dois modos básicos de considerar a vida e o eu. Existem duas possibilidades fundamentais para a consciência humana:

O Plano dualista: a maioria vive neste plano, onde se percebe tudo por oposições. Tudo está moldado entre o certo e o errado, bom ou mau, céu e inferno, etc.

O plano unificado: neste plano não existe opostos, ele transpõe esta dicotomia. O bom, o certo e a vida unem os dois polos opostos. Viver esta unificação nos traz a felicidade, a bem-aventurança, a liberdade e a plenitude chamada de céu. O céu é um estado de consciência que pode ser concretizado a qualquer momento por qualquer entidade e em qualquer momento.

Continua na próxima edição

Do livro:
O Caminho da Autotransformação

Histórias para crescer

Bomba d’água

Certa vez um homem estava perdido no deserto, prestes a morrer de sede. Com muita luta conseguiu chegar numa velha casa abandonada, sem janelas, sem teto, batida pelo tempo. Por ali ele encontrou um pedaço de sombra para descansar um pouco. Olhando ao seu redor, ele viu uma bomba d’água, bem velha e enferrujada. Era sua última esperança de vida.

Ele arrastou-se e agarrou a manivela da bomba e começou a manuseá-la sem parar. Todo esforço foi em vão. Desapontado, caiu prostrado para trás e viu que ao lado da bomba havia uma garrafa e viu um recado:

Você precisa:

1º) – Preparar a bomba com toda a água da garrafa.

2º) – Pegar a manivela e bombear até a água sair.

3º) – Encher a garrafa de água quando for embora e deixá-la no mesmo lugar.

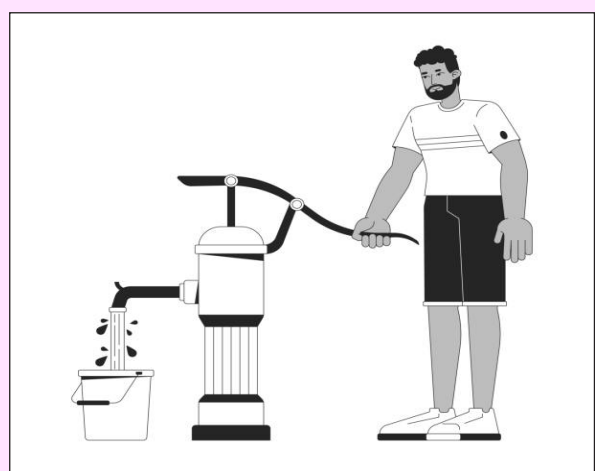
cou a rolha da garrafa e constatou que estava mesmo cheia de água. Ele entrou num dilema: se bebesse aquela água poderia viver por um bom tempo ainda. Se despejasse toda a água na velha bomba talvez obtivesse água fresca. Mas talvez isto não desse certo. O que fazer?

Com muita relutância ele tomou a decisão de despejar toda a água na bomba e começou imediatamente a bombear... A bomba começou a chiar... E nada aconteceu. Ele desesperado continuou a bombear e a bomba rangia e chiava... Com muito custo começou a sair um fiozinho de água, depois um pequeno fluxo e, finalmente, a água jorrou com abundância. Ele se fartou da água. Depois de tomar banho, de encher seus toners de água, ele encheu a velha garrafa de água e acrescentou nas instruções o seguinte bilhete:

“Cria, funciona! Você precisa dar toda água para recebê-la de volta”.

O homem arran-

Autor desconhecido



Histórias para crescer

João e Mário

João é um importante empresário. Mora em um apartamento de cobertura, na zona nobre da cidade. Enquanto isso, num bairro mais pobre de outra capital, vive Mário. Num belo dia, João deu um longo beijo em sua amada e fez em silêncio a sua oração matinal de agradecimento a Deus pela sua vida, seu trabalho e suas realizações. Após tomar café com a esposa e os filhos, João levou-os ao colégio e se dirigiu a uma de suas empresas. Chegando lá, cumprimentou com um sorriso os funcionários, inclusive Dona Tereza, a faxineira. Tinha ele inúmeros contratos para assinar, decisões a tomar, reuniões com vários departamentos da empresa, contatos com fornecedores e clientes, mas a primeira coisa que disse para sua secretária foi:

“Calma, fazer uma coisa de cada vez, sem stress”.

Apesar da sua calma, ou talvez, por causa dela, conseguiu resolver tudo que estava agendado para aquele dia.

Enquanto isso, em bairro mais pobre de outra capital, vive Mário. Como fazia em todas as sextas-feiras, Mário foi para o bar jogar sinuca e beber com amigos. Já chegou lá nervoso, pois estava desempregado.

Mário não tem filhos e está também sem uma companheira, pois sua terceira mulher, partiu dias antes, dizendo que estava cansada de ser espancada e de viver com um inútil. Ele estava morando de favor, num quarto imundo no porão de uma casa. Naquele dia, Mário bebeu mais algumas, jogou, bebeu, jogou e bebeu até o dono do bar pedir para ele ir embora. Ele pediu para pendurar a sua conta, mas seu crédito havia acabado, então armou uma tremenda confusão... E o dono do bar o colocou para fora. Sentado na calçada, Mário chorava pensando no que havia se tornado sua vida, quando seu único amigo, um mecânico, apareceu após levá-lo para casa e curando um pouco o porre, ele perguntou a Mário:

- “Diga-me, por favor, o que fez com que você chegasse até o fundo do poço desta maneira?”

Mário então desabafou:

- A minha família... Meu pai foi um péssimo exemplo. Ele bebia, batia em minha mãe, não parava em emprego nenhum. Tínhamos uma vida miserável. Quando minha mãe morreu doente, por falta de condições, eu saí de casa, revoltado com a vida e com o mundo. Tinha um irmão gêmeo, chamado João, que também saiu de casa no mesmo dia, mas foi para um rumo diferente, nunca mais o vi. Deve estar vivendo desta mesma forma.

Enquanto isso, na outra capital, João terminava uma palestra para estudantes sobre motivação. Já estava se despedindo quando um aluno ergueu o braço e lhe fez a seguinte pergunta:

- “Diga-me, por favor, o que fez com que o senhor chegasse até

onde está hoje, um grande empresário e um grande ser humano?”

João emocionado, respondeu:

- “A minha família. Meu pai foi um péssimo exemplo. Ele bebia, batia em minha mãe, não parava em emprego nenhum. Tínhamos uma vida miserável. Quando minha mãe morreu, por falta de condições, eu saí de casa, decidido que não seria aquela vida que queria para mim e minha futura família. Tinha um irmão gêmeo, chamado Mário, que também saiu de casa no mesmo dia, mas foi para um rumo diferente, nunca mais o vi. Deve estar vivendo desta mesma forma.

Autor desconhecido



PALESTRAS DE PREVENÇÃO AS DROGAS
ESCOLAS - IGREJAS - EMPRESAS
Psicólogo clínico especialista em dependência química com 32 anos de experiência
31 99206-2492
projetocriar@yhao.com.br
‘Porque prevenir ainda é melhor do que remediar’

Padaria *Restaurante *Pizzaria
HORIZONTE
Aceitamos encomendas

Tortas - Doces - Salgados - Mini pães
Roscas - Bolos - Pão de queijo - etc

R. Alcântara, 224 - B. Nova Granada - BH



A história de Bill W. (AA)

A história de Bill W. - Cofundador do AA - Alcoólicos Anônimos

Capítulo 3 – parte 09

Aprendemos que precisávamos admitir, do fundo de nossos corações, que éramos alcoólicos. Este é o primeiro passo para a recuperação. É preciso destruir a ilusão de que somos, ou poderemos ser, iguais às outras pessoas.

Nós, alcoólicos, somos homens e mulheres que perdemos a capacidade de controlar nossa bebida. Sabemos que o verdadeiro alcoólico jamais reassume o controle. Todos nós achamos, algumas vezes, que estávamos readquirindo este controle, mas após tais intervalos – em geral breves - o controle era ainda menor, o que acabava inevitavelmente nos levando a uma lamentável e incompreensível desmoralização. Estamos todos convencidos de que os alcoólicos como nós, estão nas garras de uma doença progressiva. Com o passar do tempo, pioramos. Nunca melhoramos.

Somos como homens e mulheres que perderam as pernas: pernas novas jamais nascerão. E não parece haver alguma forma de tratamento que

transforme os alcoólicos como nós em pessoas iguais às outras. Já tentamos todos os remédios possíveis. Em algumas ocasiões, houve uma breve recuperação, sempre seguida de uma recaída ainda mais grave. Os médicos familiarizados com o alcoolismo concordam em que é impossível transformar um alcoólico num bebedor normal. Talvez um dia a ciência chegue a tanto, mas ainda não conseguiu.

Apesar de tudo o que possamos dizer, muitos daqueles que são verdadeiros alcoólicos não acreditarão pertencer a esta espécie. Através de todos os meios de autoengano e experiências, tentarão provar a si mesmos que são exceções à regra, portanto, não alcoólicos. Se alguém que estiver demonstrando incapacidade de controlar sua bebida, for capaz de dar a volta por cima e passar a beber com dignidade, nós o cumprimentaremos com admiração. Só Deus sabe o quanto tentamos, com tenacidade e por muito tempo, beber como as outras pessoas!

Eis alguns dos métodos que experimentamos: beber apenas cerveja,

limitar o número de doses, nunca beber sozinhos, nunca beber pela manhã, beber apenas em casa, nunca ter bebidas em casa, nunca beber durante as horas de trabalho, beber somente em festas, trocar o uísque pelo conhaque, só beber vinhos naturais, concordar em pedir demissão se estivermos bêbados no trabalho, viajar, não viajar, prometer parar de beber (com ou sem um juramento solene), fazer mais exercícios físicos, ler livros encorajadores, ir para estações de repouso ou asilos, aceitar interações voluntárias em sanatórios... Poderíamos continuar com esta lista até o infinito.

Bill W.,
co-fundador de A.A.
Falecido em 24 de
janeiro de 1971
Literatura
do AA

Continua na
próxima edição



Para Refletir

Hoje acordei para vencer

Pensando de maneira positiva, você reunirá forças para vencer os obstáculos. Não deixe que nada afete o seu estado. Comece a sorrir mais cedo, em vez de reclamar quando o relógio desperta.

Agradeça a Deus pela oportunidade de acordar mais um dia. O bom humor é contagiante: espalhe-o.

Fale de coisas boas, de saúde e de sonhos com quem você encontrar. Não se lamente. Ajude a outras pessoas a perceberem o que há de bom dentro de si.

Cultive o seu interior, extraia o máximo das pequenas coisas, seja transparente e deixe que as pessoas saibam que você precisa delas.

Repensem seus valores e dê uma chance a si mesmo de crescer e ser feliz. Lembre-se também

que tudo que merece ser feito merece ser bem feito. Tome suas obrigações de maneira atraente, tenha garra e determinação. Mude, opine, ame o que faz bem. Não trabalhe só por dinheiro, mas também pela satisfação da missão cumprida. Pense no melhor, trabalhe pelo melhor e espere pelo melhor.

Transforme seus momentos difíceis em oportunidades, seja criativo, buscando alternativas e soluções ao invés de problemas. Veja o lado positivo das coisas e assim você tornará o seu otimismo uma realidade.

Idealize um modelo de competência e realize-o. Para saber o que lhe está faltando e para alcançar seus objetivos, ocupe o tempo crescendo, desenvolvendo sua habilidade e o seu talento. Só assim não terá tempo para criticar os outros.

Não acumule fracassos, mas experiências. Tire proveito de seus erros e amplie os seus conhecimentos, dimensione seus problemas e não se deixe abater por eles. Tenha fé e energia: acredite!

Perdoe, seja grande para os aborrecimentos, nobre para a raiva, forte para vencer o medo e feliz para permitir a presença de momentos infelizes.

Não viva só para o trabalho: pratique esportes, leia, cultive amigos e ria das coisas a sua volta. Ria dos seus problemas, ria dos seus erros, ria da vida.

Só começamos a ser felizes quando somos capazes de rir de nós mesmos.

Autor desconhecido

HOJE ACORDEI
PARA VENCER

Ler para crescer

Os doze passos dos Neuróticos Anônimos - Parte 03

Dirigem a vida do indivíduo que deseja recuperar-se

Segundo passo (continuação) e Terceiro passo – Aceitação do Poder Superior: “vimos a acreditar que um Poder Superior a nós mesmos poderia devolver-nos à sanidade”.

“E por que não dizer que essa força nos vem também do constante companheiro que está sempre conosco, fora das reuniões: a nossa fichinha verde?”, dirá talvez um recém-chegado, ainda necessitado do apoio de algo que tenha existência material.

Um companheiro um pouco mais antigo provavelmente dirá: “Sim, eu também sou ajudado por essas coisas. Mas o Poder Superior mencionado no Segundo Passo se refere ao programa de “NA”: os Doze Passos, as Doze Tradições, os Lemas, os Legados. Todos eles constituem o Poder Superior.”

Aparecerá então um companheiro veterano que certamente dirá: “Não é bem isso, minha gente. Embora eu também tivesse inicialmente concebido o Poder Superior nesses termos, minha concepção foi aos poucos amadurecendo. Hoje já compreendo que esse Poder Superior outro não é senão a Suprema Inteligência Criadora, universal e eterna, à que

damos o nome de DEUS. Todas as coisas que vocês mencionaram são apenas instrumentos através dos quais ELE se manifesta.”

Contudo, a resposta mais autêntica e adequada seja talvez aquela que, em algum momento, quase todos nós chegamos a dar, quer sejamos novatos ou veteranos: “Sinceramente, não sei descrever ou explicar o que vem a ser esse Poder Superior. Só sei que existe... E que funciona!”

Terceiro passo – entrega: “Decidimos entregar nossa vontade e nossa vida aos cuidados de Deus, na forma em que O concebíamos”.

O emprego da palavra “Deus” não devia se constituir numa barreira para nenhum membro de “NA”, pois ela é somente o símbolo que cada um de nós usa para referir-se àquele Poder, superior a nós mesmos, que, pouco a pouco, todos passamos a sentir que existe, embora não saibamos como descrevê-lo. Com muita sabedoria, “NA” se recusa a impor a seus membros qualquer conceito específico desse Poder. Somos livres para concebê-lo da maneira que quisermos, ou mesmo aguardar até que encontremos uma concepção que nos satisfaça.

Mas, seja qual for a nossa concepção, “NA” nos

sugere, isto sim, que reconhecamos a insuficiência de nossas próprias forças perante a maré de acontecimentos que nos têm levado para lá e para cá, contra todos os nossos esforços em contrário, e que nos decidamos, portanto, a nada a favor da corrente, procurando harmonizar a nossa vontade com a vontade sábia e soberana de Deus, na forma em que cada um de nós O concebe. “Pai, seja feita a Sua vontade em mim”.

Quem, entre nós, poderá em sua consciência dizer que previu os acontecimentos que o levaram eventualmente a bater às portas de “NA” e a estar presente hoje nesta sala? Terão sido, por acaso, a nossa capacidade e a nossa inteligência que nos trouxeram até aqui? Certamente que não. Nenhum de nós poderá afirmar que está aqui hoje porque assim o planejou anos atrás.

Literatura do NA
Neuróticos Anônimos

Continua na próxima edição



Retornos Inesperados

Outro jovem sai das drogas

Outra experiência marcante aconteceu comigo quando estava entregando os jornais **CRIAR-T VIDA** para uma comerciante no Barreiro. Eu estava conversando com ela na porta do seu estabelecimento e carregava cerca de uns 100 exemplares para levar para outro anunciante quando uma senhora se aproximou de mim e me pediu um exemplar. Como de costume fiz a tradicional pergunta:

- A senhora já conhece o nosso jornal?

Sem pensar duas vezes e na frente da minha cliente ela foi logo dizendo:

- Já conheço este jornal há muitos anos. Todo mês eu vou atrás de dois exemplares. Um para mim e outro para meu vizinho. Eu estava muito preocupada com ele. Um bom rapaz que começou a andar com umas pessoas estranhas lá no bairro. Logo percebi que ele estava usando drogas. Há cerca de um ano eu dei o primeiro exemplar do jornal **CRIAR-T VIDA** para ele.

Para minha surpresa ele o pegou e logo começou a lê-lo. No outro mês este jovem me abordou na rua e me pediu outro exemplar. Ele comentou comigo que tinha gostado muito das matérias e chegou a me dizer que estava diminuindo o uso de drogas por causa do jornal.

Assim, hoje me sinto na obrigação de levar o jornal para ele. Este jovem começou a frequentar uma igreja e hoje está limpo das drogas.

Como sempre, muito emocionado e surpreso me identifiquei como o proprietário do jornal e ela me deu um abraço de agradecimento e se despediu de mim.

A minha nova cliente que assistiu tudo comentou depois que esta senhora foi embora:

- Nossa! Este trabalho seu é muito importante. Parabéns!

Despedi da minha cliente e fui levar os demais

jornais para outro comerciante.

Obs.: esta coluna é destinada a todos que já foram beneficiados com o conteúdo do nosso jornal. Se isto já aconteceu com você, envie seu e-mail para:

projetocriar@yahoo.com.br

e relate sua experiência. Não precisa se identificar. Será um prazer publicá-la.

Quando este texto foi publicado não existia o site e a **Revista Portal da Sobriedade**. Tínhamos um jornal impresso que migrou para a Internet na pandemia.

Ajude a salvar vidas. Anuncie na revista Portal da sobriedade

(31) 99206-2492

Cláudio Martins
Nogueira
Psicólogo clínico

Especialista em
dependências e
Codependência

PROBLEMAS COM ÁLCOOL E DROGAS?

Atendimento online

Cláudio M. Nogueira

- **Psicólogo Clínico;**
- **Especialista em dependência química;**
- **Há 33 anos atendendo familiares e dependentes.**

99206-2492

KIT LEITURA: CODEPENDÊNCIA TEM SAÍDA



Kit Leitura (Combo
de 3 livros + 2 Cartilhas
+ Apostila Brinde)

- 1 - O outro lado da droga: Coletânea de textos que te ajuda a entender o dependente e sua família.
- 2 - Preparando seus filhos para a vida: Um guia para os pais
- 3 - Ditados populares - Sabedoria de gerações: Aprendendo com nossas raízes culturais
- 4 - O amor é uma escolha (xerox): Um dos melhores livros sobre codependência
- 5 - Três cartilhas educativas: 'Alcoolismo e os 12 passos do AA' e 'Drogas, efeitos e tratamento' e 'Maconha: baseado de ilusões.'

Tudo por R\$245,00 em até 5x R\$44,00

(31) 99206-2492 Zap

