

Referat NAOØSK 04.04.26, kl.11:00

1. Presentasjonsrunde med Navn og verv.
2. En stille stund for å tenke på hvorfor vi er her.
3. Vi leste kortversjon av Tradisjonene.
4. Vi leste kortversjon av konseptene.
5. Vi leste en visjon for service.
6. Post. postboksen
8. Ved behov: saker til eventuelt.
9. Godkjenning av dagsorden.
10. Grupperapportering.
11. Rapport fra tjeneste komite.
12. Rapportering fra RKM/ Vara RKM
13. Kort rapport fra OR og adhock

Pkt. 1 Presentasjonsrunde med Navn og verv.

Til stede 10 stk: GSR Fredrikstad, GSR Asker, Sekretær OR komite, GSR Gutta Boys, NA Stovner, GSR VålNA, GSR Sarpsborg, RKM, Leder, Sekretær, Kasserer.

Pkt. 6 Post. Postboksen.

- Postboksen var tom

Pkt. 10 Grupperapportering.

Del 1. av grupperapporteringer er sendt inn fra: NA Fredrikstad, VålNA, NA Lillestrøm, NA Stovner, NA Asker, NAIO, NA Sarpsborg

NA Fredrikstad

- Dag, sted og klokkeslett: Onsdag: 19,00 - 20,15 og Lørdag: 19,30 - 20,45
- Økonomi/Saldo: 2244,- på konto har betalt alle regninger og sendt 2000,- til området
- Hvor mange er det på møtene? Ganske fast 6 - 12 på møtene
- Har gruppa fått nye medlemmer siste måneden? 1 nykommer siste mnd

NA Innlandet Online (NAIO)

- Dag, sted og klokkeslett: tirsdag 19:00 – 20:00 på Zoom. Zoom id: 761 951 502 – Passord: 1212247
- Økonomi/Saldo: Gruppa har kr. 23993,24 på konto. Da vi forventer økte utgifter i forbindelse med årets Rasen-treff har gruppa vedtatt en buffer på kr.25.000, -. Derfor sendes det ikke penger videre i strukturen før buffer er oppnådd.
- Hvor mange er det på møtene? Gruppa har rundt 25 medlemmer, mange faste, men også en og annen nykommer. Vi er ca. 50/50 menn og kvinner på møtene og det gjenspeiler seg i delingene også. Vi leser et avsnitt fra boka; Å leve rusfri før delingsmøtet starter. I tillegg har vi ett månedlig åndelig prinsipp vi ruller på. I mars er det «tro».
- Har gruppa fått nye medlemmer siste måneden? Det er stort sett de faste som deltar, men av og til en nykommer.
- Ledige verv: Mangler vara GSR og var sekretær, eller er alle verv besatt.
- Fokuspunkt – Hva har det å gjøre service gjort for meg og min tilfriskning? (Vi valgte å ikke innsnevre det til området da de færreste hadde erfaring fra service i område).

- Lært å sette egenvilje til side og jeg står sterkere i meg selv.
- Trenger forpliktelsen for tilfriskningen.
- Fin læringsarena.
- Ta del i fellesskapet og bli en del av.
- Blir motivert til å ta service og ta forpliktelser. Gi tilbake.

NA Asker

- Dag, sted og klokkeslett: **29.3.26 kl. 1700**
- Økonomi/Saldo: **kr. 3543,-**
- Hvor mange er det på møtene? **6-10 stk.**
- Har gruppa fått nye medlemmer siste måneden? **Nei**
- Ledige verv: **Mangler Vara GSR**

VåNA

- Vi har mellom 18-31 på møtene i Mars
Økonomisk er bra
Og hatt 2 nykommere

NA Lillestrøm

- Dag, sted og klokkeslett: Torsdager kl 19-20.30. Brandvollgata 21, 2004 Lillestrøm.
- Økonomi/Saldo: kr 2951
- Hvor mange er det på møtene? 30- 35 stk.
- Har gruppa fått nye medlemmer siste måneden? Ja
- Ledige verv: Vara Gsr
- NA Lillestøm har innleder andre torsdag i hver mnd, tema er trinn for den aktuelle mnd. Gruppa har valgt å bestille bøker, brikker, mynter, ip fra WSO Europa, da dette ikke er tilgjengelig i den norske nettbutikken. Gruppa har bestemt at vi skal ha 10 min meditasjon før møte. Bestemmelse av hvilken torsdag i mnd, avgjøres på neste gruppe saks møte.

NA Stovner – Alltid på en søndag

- Dag, sted og klokkeslett: Søndag, Vestlisvingen 196, 0979 Oslo, kl 19-20.30
- Økonomi/Saldo: 3832,27
- Hvor mange er det på møtene? 10 stykker +-
- Har gruppa fått nye medlemmer siste måneden? 2-3 har vært innom
- Ledige verv: vara GSR er ledig

NA Sarpsborg

- - Dag, sted og klokkeslett: Mandag kl 19.00-20.30 og Torsdag kl 17:00-18.00
Dørene åpner 1 time før møtet.
- Økonomi/Saldo: God økonomi, husleie betalt for hele 2026
- Hvor mange er det på møtene? 15-34 på mandager, 6 - 13 på torsdager
- Har gruppa fått nye medlemmer siste måneden? Nei, men en har kommet tilbake.
- Ledige verv: Alle verv inkludert vara er besatt.

NA Gutta Boys

- Dag, sted og klokkeslett: Mandag 19.30 Zahlkasserer Schafth plass 3, 0267 Oslo
- Økonomi/Saldo: 3.600
- Hvor mange er det på møtene? 6- 15
- Har gruppa fått nye medlemmer siste måneden? Nei

Del 2 av grupperapporteringer:

I tillegg kommer Del 2, som er det GSR'ene leser opp under rapporteringsrunden.

NA Sarpsborg

- Har gruppa noe de trenger hjelp til fra GSR'ene eller Området?
- Nei
- Har gruppa noen erfaringer å dele vedrørende Området eller GSR'ene?
-NASA har hatt vellykket besøk av OR hvor det ble informert om tjeneste arbeid i fengsel og institusjon. 2 paneler var representert. Flere skrev seg opp på listen til å gjøre tjenestearbeid. Ved å reklamere i forkant av besøket var alle gruppene i Østfold representert på møtet.
-Gruppa har fått veiledning av OR ang kontakt med lokal avisen. Vi ønsker å invitere avisen i forbindelse med 25 års markeringen vår.
-NASA har gjennomført speak i mars da det var 5 Mandager.
- Har gruppa noe informasjon de ønsker å dele med Området eller som ønskes diskutert blant GSR'ene?
-Siden NA er en forening får vi lavere pris på reklamering og skal innhente pris på reklame i lokalavisen. Dette har vi også hatt for mange år siden.
-Gruppa har laget et skjema hvor alle som har NASA som hjemmegruppe kan skrive inn hvor i kommunen de har hengt opp NA plakater. Dette er en del av plakataksjonen vi har satt i gang for å synliggjøre NA på offentlige plasser som legekantor osv
- Annen informasjon fra gruppa
- NASA har åpnet som vanlig i Påsken.
- 2 påskedag (Mandag) møtes de som vil på Thai restauranten i Sarpsborg sentrum til en matbit før møte kl 19.00. Alle er velkommen :)

Pkt. 11 Rapport fra tjenestekomiteen

- Kasserer: Fulgt opp mail og Vipps kontoer/betalinger. Ønsker å komme i kontakt med grupper uten GSR.
- Sekretær: Skrevet referat og fulgt opp mail
- Leder: Fulgt opp mail, skrevet dagsorden, sjekket postboks, ringt kirken (se sak 1 nedenfor)

Pkt. 12 Rapport fra RKM/ vara RKM

- Har problemer med å logge inn på e-postkontoen. Kom spørsmål fra en GSR om litteraturbestillinger som lar vente på seg, ønske om at RKM følger opp mot litteraturkomiteen.

Pkt. 13 Kort rapport fra OR og ad hoc

- **OR:** Sekretær fra OR komiteen rapporterer: Bra dekning på verv i komiteen, men mangler fremdeles leder. Vært på vellykket besøk hos NA Sarpsborg, ønsker lignende besøk i grupper i Oslo. Mangler fremdeles noe litteratur/brosjyrer som kan leveres til forskjellige paneler.

DAGSORDEN ØØSK – 04. april 2026

VALG I OMRÅDE ØST SERVICE KOMITÉ:

- Ingen stiller til valg

LEDIG VERV	RUSFRI TID	VERVETS VARIGHET
Nestleder	1 år	1 år
Vara sekretær	1 år	1 år
Vara kasserer	2 år	1 år
Vara RKM	2 år	1 år
Leder OR komite	3 år	2 år
Vara zoomhost	6 mnd	1 år
Leder læredag	2 år	Adhock

Adhoc = verv som pågår mens komiteen er i drift. Derfor ikke fastsatt varighet.

NOMINERING TIL VERV I NA REGIONEN NORGE

- Ingen stiller til nominasjon
-

SAKER TIL ELLER FRA NA REGION NORGE

- Ikke oppført noen saker

NA OMRÅDE ØST (OØSK) saker:

1. Oppdatering fra leder angående lagringsplass.
 - Ingen lagringsplass i Lambertseter kirke
 - Runde fra GSRer om saken, ønske om at det stilles som en spesifikk sak til neste gang. RKM sier seg villig til å formulere en konkret sak.
2. Oppdatering fra ad hoc angående lydbok.
 - Vært i kontakt med oversettelseskomiteen, fått grønt lys og tenker å presentere veien videre neste områdemøte.
3. Fastsette tidspunkt for workshop på området
 - Leder har vært i kontakt med FU angående mulig workshop om LAR/medisinering, FU var interessert. Blir en runde fra GSRer om mulig tidspunkt, konsensus om å ta det i starten av områdemøte uten å utvide møtetiden.

Eventuelt:

- Sak fra GSR Gutta Boys: Sak om overgang til 365 (e-post). Ønske om at RKM tar saken videre til Region om å opprette en vara til IT ansvarlig, da det er sårbart at en person står med ansvaret for overgangen alene.
- Sak fra GSR Fredrikstad: Skriv om konsensusbaserte beslutninger, **ønsker at GSRer leser dette til neste gang**. Enighet blant GSRer om at dette leses til neste gang. Her er linken til retningslinjene, hvor punkt 2 beskriver beslutningsprosessen: <https://nanorge.org/wp/wp-content/uploads/2019/04/Retningslinjer-Mars-2019-OPPDATERT.pdf>
- Sak fra GSR Asker: Ønske at RKM undersøker med Region om når Litteraturkomiteen er oppe og går igjen.

Fokuspunkt (Tas opp i gruppen din og ta gjerne med innspillene tilbake til område): **Hva har det å gjøre service på området gjort for meg og min tilfriskning?**

- Personlig utvikling, bli kjent med nye mennesker, lære om strukturen, læringsarena
- Lære å spørre om hjelp, utvikle egen tålmodighet, lære å ta plass, stå for egne meninger
- Bli en del av løsningen, gi videre for å beholde det jeg har fått, praktisere åndelige prinsipper
- Bli kjent med andre grupper, bidra i gruppen, får verktøy som kan brukes også utenfor NA

Selvransakelse (skal IKKE tas opp i gruppene, er kun for GSRene): Hvordan håndterer vi konflikter på området?

- Kan være ubehagelig med uenigheter, men vi behandler hverandre med respekt og at vi sier ifra til hverandre hvis det er noen konflikter.
- Syns vi er gode på å håndtere uenigheter, at vi kommuniserer godt for å komme til enighet (stort sett).
- Generelt en enighet om at vi løser det som oppstår på en god måte etter beste evne.

Fokuspunkt og selvransakelse for neste områdemøte:

- **Fokuspunkt:** Hvordan praktiserer vi fjerde tradisjon?
- **Selvransakelse:** Hva gjør jeg for å fylle de tomme vervene i område?

Neste møte: Lørdag 02.mai kl 1100-1530 i Lambertseter kirke og på Zoom.

Zoom møte ID: 926 972 4095, Passord: service

MØTE AVSLUTTES MED SINNSROBØNN