



Objetivo: reduzir risco nas primeiras 72 horas. Não saia no impulso: saia com lugar seguro, pessoa sóbria e reunião marcada.

Contato informado: +55 67 9175-1574 | Paulinho

<https://revivactnv.com.br/>



QR Reviva CTNV

ANTES DE SAIR: 5 DECISÕES POR ESCRITO

- Para onde vou dormir hoje?
- Quem é a pessoa sóbria que sabe que estou saindo?
- Qual reunião NA/AA vou procurar hoje ou amanhã?
- Que contatos, locais e rotas preciso evitar por 72 horas?
- O que farei se vier fissura, abstinência ou vontade de usar?

PRIMEIRAS 72 HORAS

Quando	Ação objetiva
Hoje	Comer, tomar banho, dormir em lugar seguro, avisar uma pessoa sóbria, bloquear contatos de uso e localizar reunião.
Amanhã	Ir a grupo; procurar UBS/CAPS/serviço de saúde se houver abstinência, ansiedade intensa, insônia ou fissura.
7 dias	Fazer pelo menos 4 reuniões; pedir telefone de membro/padrinho; manter rotina de sono, alimentação e trabalho/estudo.

EVITE E PROCURE

EVITE

- Sair sem endereço definido.
- Voltar para locais de uso nas primeiras 72h.
- Encontrar “amigos de uso” para se despedir.
- Manter contatos de compra/uso no celular.
- Usar álcool como “substituto” ou “só hoje”.
- Ficar sozinho com dinheiro e sem plano.
- Discutir com família em fissura ou raiva.

PROCURE

- Pessoa sóbria acompanhando as primeiras horas.
- Reunião NA/AA no mesmo dia ou no dia seguinte.
- Alimentação, banho, descanso e rotina simples.
- UPA/SAMU em abstinência grave ou risco clínico.
- CAPS/UBS para continuidade de cuidado.
- Ligar antes de usar: NA, AA, familiar ou referência.
- Apagar contatos e evitar rotas de uso.

SINAIS DE ALERTA: NÃO ESPERE PIORAR

- “Só hoje”, “só uma”, “ninguém vai saber”.
- Tremores, suor, vômitos, confusão, alucinação ou convulsão.
- Sozinho + dinheiro + raiva/vergonha.
- Procura por antigos contatos, rotas, bares, bocas ou festas.

Rede de apoio em Campo Grande-MS

NA, AA e telefones gerais para manter continuidade



Campo Grande-MS

TELEFONES ÚTEIS

Serviço	Contato / uso
NA — Linha de Ajuda MS	0800 888 6262 WhatsApp/telefone: (019) 3255-6688 www.na.org.br/grupos/
Ligue 132	Orientações sobre álcool e outras drogas. Serviço gratuito/anônimo de informação e encaminhamento.
AA — Campo Grande/MS	Plantão WhatsApp oficial: (67) 99835-0260 — todos os dias, 08:00 às 22:00 www.aa.org.br/grupos/
Urgência	SAMU 192 ou UPA em abstinência grave, convulsão, intoxicação, surto ou risco de morte. CVV 188 em crise emocional.

NA — GRUPOS DE REFERÊNCIA

Grupo	Bairro	Endereço
Vida Nova	Centro	Rua 15 de Novembro, 1128, fundos, sala 03.
Milagres Acontecem	Centro	Rua Hermelita de Oliveira Gomes, s/n, anexo à Paróquia Sagrado Coração de Jesus.
Laços Que Nos Unem	Jardim Monte Alto	Rua Frei Gregório, 537, Paróquia Nossa Senhora de Fátima.
Sozinho Nunca Mais	Maria Ap. Pedrossian	Av. Orlando Daróz, 279, anexo à AMAPE / Escola Dolor de Andrade.
Juntos Podemos	Jardim Panamá	Rua Náutico, 444, Comunidade São Vicente de Paulo, 2º andar.
Princípios	Parque dos Novos Estados	Rua Capiatá, 40, anexo à Igreja Senhor do Bom Fim.
Mente Aberta	Universitário	Rua João Maiolino, 306, Paróquia Santa Rita.
Tamo Junto	São Conrado	Rua Internacional, 606, anexo à igreja católica.

AA — REFERÊNCIA

Referência	Como usar
Plantão AA Campo Grande	WhatsApp (67) 99835-0260 — todos os dias, 08:00 às 22:00.
Busca oficial	www.aa.org.br/grupos/ — confirme sala, horário e alteração antes de ir.
Grupo São Paulo	Grupo histórico de Campo Grande/MS, associado à Igreja/Paróquia São Francisco de Assis. Confirmar pelo plantão oficial.

Aviso de independência: A Reviva CTNV e este material não possuem vínculo institucional, jurídico, comercial, administrativo ou de representação com Alcoólicos Anônimos — AA, Narcóticos Anônimos — NA, ou com seus respectivos grupos e serviços. As informações sobre AA e NA são citadas apenas como referência pública de grupos de ajuda mútua, sem caracterizar parceria, autorização, patrocínio, indicação oficial ou endosso por essas instituições.



QR NA



QR AA

Confirme horários: NA, AA e grupos podem alterar local e agenda sem aviso.