

# L'HÉRITAGE

*Bon rétablissement!*



<b>Editorial</b>	<b>p. 02</b>	<b>Marc, 90-11</b>	<b>p. 14</b>
<b>Hélène B., RDRA 90-04</b>	<b>p. 03</b>	<b>Joan I., Secrétaire</b>	<b>p. 15</b>
<b>Danielle S., RDR 90-03</b>	<b>p. 04</b>	<b>Ronald L., Traitement et Accès</b>	<b>p. 16</b>
<b>France F., Comité de la Vigne</b>	<b>p. 07</b>	<b>Normand P., Délégué</b>	<b>p. 18</b>
<b>Mélanie C., Présidente</b>	<b>p. 09</b>	<b>Le Troisième Legs</b>	<b>p.21</b>
<b>Jacques C., Comité Publications</b>	<b>p. 10</b>	<b>Le Troisième Legs</b>	<b>P.22</b>
<b>Jacynthe L., RDR 90-08</b>	<b>p. 11</b>	<b>Activités de la Région</b>	<b>p.23</b>
<b>Denis D., Adj. Info-Publique</b>	<b>p. 12</b>	<b>Services offerts par la Région</b>	<b>p.24</b>



Bonjour! Mon nom est Pauline, alcoolique. J'ai le plaisir de servir à la Région 90 et d'être responsable du Bulletin Régional. C'est un privilège pour moi d'être en vie, libérée de l'alcool, car beaucoup n'ont pas cette chance. Mon regard sur la vie a changé, j'ai pris conscience que ça vaut le coup et que je ne dois pas gaspiller cette vie. Alors, j'apprécie ce cadeau et je partage ce bonheur avec le service en AA. Gratitude, voilà le mot qui me convient le mieux à cette chance, c'est ce qu'il faut que je rende en AA. On m'a donné, j'ai reçu et m'a appris à vivre en allant aux réunions, en vivant les 12 Étapes et en servant au sein du Mouvement.

C'est un beau cadeau de la vie que j'ai reçu, vivre encore et vivre mieux, différemment. Je me sers des bons outils : capitulation, acceptation, révision, pardon, évolution, persévérance et bien d'autres encore, une véritable caisse à outils me fut offerte. Si je désire grandir et apprendre encore, je dois me servir ce coffre

d'outils dans les services. Maintenant, je rends, cette merveilleuse dette que je rembourse, avec les bénéfices de la joie de vivre ; le bonheur de vivre qui lui est hors de prix, partageant ce que j'ai reçu, pensées actions et réactions.

#### **En terminant, je fais un rappel amical :**

Ce bulletin contient des articles, points de vue des services AA et aussi des expériences de service. Je vous invite à m'envoyer des textes qui stimulent le goût de servir AA, qui apporte beaucoup de satisfaction, de sentiment d'aider le Mouvement qui change la vie, qui transforme en membre heureux, joyeux et libre. Je suis reconnaissante de ce bonheur et c'est pourquoi je tends ma main pour servir au niveau du Bulletin Héritage.

**Vous pouvez écrire dans ce bulletin, pourvu que vous soyez membres AA qui souhaitent partager des expériences de service dans les groupes, districts, régions ou du bureau des services généraux.** Sur le site web de la Région sous l'onglet « bulletins », « L'Héritage en ligne », vous pouvez lire à l'écran tous les bulletins depuis janvier-février 1977.

J'attends vos textes qui apporteront le goût de servir AA pour que nos membres soient bien informés et que ce Mouvement qui sauve des vies, qui change des personnes et qui répand de l'espoir par le sourire et l'accueil, pour celui ou celle qui arrive comme nous, à

nos premières 24 heures ! C'est une façon de tendre la main en quête d'aide. Je vous remercie de l'intérêt que vous portez à notre revue des services AA.

**Bonne visite !**

**Pauline C., Bulletin Régional  
Région 90, bullreg@aa90.org**

C'est avec gratitude que j'ai envie de partager mon expérience et ma reconnaissance de faire partie de cette famille élargie qu'est le mouvement AA. Quelle belle et grande fraternité ! Je ne savais pas au départ dans quoi je m'embarquais.

Au départ, j'ai simplement pensé que dans les 12 Étapes, il y avait peut-être une solution. Je me suis dit pourquoi pas ? Je n'avais plus d'espoir. À ma grande surprise, après avoir posé les actions proposées, la pratique de ma discipline, les prières, le tout répété, m'ont apporté une légèreté que je n'avais jamais ressentie auparavant.

**Cette même légèreté m'a amené à servir dans les groupes. Ce fut le bonheur !** Cette légèreté a grandi, même si au départ, je trouvais ça ridicule de faire du café. J'ai embarqué, car les gens en veulent du café. Je sentais que j'appartenais à cette belle fraternité et que j'étais à ma place. Ensuite, j'ai vécu d'autres expériences de service : animer, accueillir le nouveau secrétaire, RSG, marraine de groupes. Parallèlement, j'ai fait de l'information publique, ayant plein de temps à

donner. J'avais sept ans d'abstinence, lorsque j'ai pris le poste de la Vigne de mon district. Mon garçon m'a dit : « Voyons maman, ça fait longtemps tu fais ça. »

J'ai répondu aux appels pendant deux ans, soit pour une écoute, avoir de l'information sur les réunions, et des professionnels appelaient pour de l'information. C'est très valorisant tout ça ! Je tenais à transmettre la bonne information, car je tiens à la réputation de ce beau Mouvement ! **En transmettant le message, je me sens utile et cela fait partie d'apprendre l'humilité, l'humilité d'apprendre.**

**Hélène B., RDRA 90-04**

**District04-adj@aa.org**





## LA DÉCOUVERTE DU SITE WEB DE LA RÉGION 90

Josiane L. RDRA, et moi Danielle S., RDR du 90-03, avons organisé un atelier : découvrir le site web de la Région 90 sous les clics de souris des 300 pages du site web. Cet atelier a été tellement intéressant et enrichissant pour plusieurs membres ! J'ai donc voulu faire bénéficier d'autres personnes et avoir un document d'archives détaillé. Marilou D. est secrétaire de ce beau compte rendu tellement bien composé et expliqué, alors je veux le faire bénéficier à tous les membres AA, ainsi qu'aux nouveaux qui arrivent et qui sont comme moi, vouloir tout savoir et comprendre avec les écrits.

Nous avons invité Jean F. Webmestre de la Région 90 et Pierre A. son adjoint pour nous faire découvrir le site. Josiane a animé l'atelier, c'était une première pour elle, et elle nous souhaite la bienvenue à tous. Il y a eu la présentation des membres à l'écran ainsi que leurs fonctions et la lecture des Traditions. Une proposition est faite : ajouter un point où l'on pourrait avoir des moyens pour faciliter la navigation sur le site web.

- Jean F. nous explique que le terme webmestre vient du terme anglais webmaster, personne qui développe le site web et qui s'en occupe par la suite. Aujourd'hui, cela prend

plusieurs personnes, soit à l'administration, la technique, etc.

- Un site web est relié à un nom de domaine, par exemple : aa90.org et aaregion90.org, les deux noms de domaines de la Région 90.
- Les serveurs DNS signifient : Dynamic Name Server qui associe les domaines avec l'adresse IP (Internet Protocol) qui correspond au numéro de notre boîte internet, (Vidéotron par exemple).
- Pierre nous partage son écran : il est sur la page d'accueil de Google. Il nous informe que nous pouvons entrer les deux noms de domaines (aa90.org et aaregion90.org : les deux nous emmènent au même site).
- https : Le \*S\* après http veut dire que le site est sécurisé. Les institutions financières ont été les premières à utiliser cette fonction. Nous n'avons pas besoin d'écrire http pour accéder au site de la région, seulement aa90.org ou aaregion90.org et Https va s'inscrire automatiquement.
- Dans **l'onglet réunions**, en haut dans le menu, ou encore en cliquant sur l'image des petits bonshommes pleins de couleurs sur la page d'accueil, nous accédons à la liste des réunions.

- Il y a plusieurs liens sur la page pour se rendre à cette liste et c'est la page la plus visitée du site.
- **En dessous de la bande bleue dans le haut du site, il y a un menu** semblable à un menu de restaurant qui constitue des liens qui emmènent aux pages correspondantes sur le site. Le site contient environ 300 pages, donc nous n'aurons pas le temps de toutes les voir, mais nous aborderons l'essentiel selon le temps dont nous disposons.
  - Moi, Danielle S., je demande la façon de faire pour se rendre sur le district 90-03 et voir le bulletin des nouvelles. R : Il faut aller dans **l'onglet district** et nous voyons apparaître l'ensemble des districts de la Région. Lorsqu'on sélectionne **le 03, Joliette**, il y a huit pages. Au moment où on sélectionne **accueil**, nous pouvons voir toutes les informations du district-03 : les nouvelles qui sont envoyées par les membres responsables du district au webmestre afin de les publier sur le site.
  - Q : Je veux avoir des informations sur la façon de trouver une réunion, lorsque quelqu'un demande de l'aide et veut une réunion, peu importe à quel endroit où la personne est.
- Dans **l'onglet réunions**, il faut sélectionner tous les lieux et l'ensemble des villes de la Région vont s'afficher dans le menu déroulant. On peut sélectionner le lieu, la journée, le moment et le type de réunion.
- Il faut tenir compte que c'est le site de la région 90, donc les réunions à l'extérieur de la région 90 ne sont pas sur le site. Pour avoir l'ensemble des réunions des quatre Régions du Québec, nous avons deux options : **l'Application Meeting Guide** ou encore **le site provincial : aa-quebec.org**.
  - Dans le menu dans le haut de la page, on peut sélectionner **Aide téléphonique** et tous les numéros d'appel à l'aide de la Région sont classés par ville.
  - Sous l'onglet **Besoin d'Aide**, il y a plusieurs informations telles que des brochures, diverses informations, etc. Il y a aussi trois liens : **J'ai peut-être un problème...** - **Un de mes proches a peut-être un problème...** - **Un de mes clients a peut-être un problème...**
  - Dans **l'onglet info sur**, nous avons un lien vers les réunions, les principes, le rôle du RSG, la Littérature, la Méthode, le groupe des AA (inspiré de la brochure), informations sur la Région 90, les fonctions des

membres du bureau, les procédures et politiques ainsi qu'une foire aux questions. Dans l'onglet Littérature, il y a un lien vers le site du BSG de New York, où il est possible de consulter l'ensemble des brochures. Pour mettre le site aa.org en français, c'est en haut de la page à droite, où l'on peut sélectionner trois langues (Anglais-Français-Espagnol).

- Sous l'onglet **Publications**, nous trouverons les informations pour nous procurer de la littérature dans la Région 90. Les points de vente sont tous des endroits physiques. La Région ne dispose pas actuellement de point de vente en ligne.
- Sous l'onglet **Bulletins**, nous pouvons accéder au Bulletin Régional ou encore au BOX 459 du BSG. Il est possible de les consulter et de les télécharger.

Comme je vous en ai parlé au début de l'atelier, le site web compte plus de 300 pages. J'écrirai la suite du compte rendu dans le prochain bulletin. Je vous laisse sur votre appétit de découvrir notre beau site web.

Nous remercions les professionnels du site web de leurs générosités et leur dévouement pour Alcooliques anonymes. Je dis un gros merci aux

membres qui ont participé et posé des questions. Cela fut un atelier instructif.

Suite à cet atelier, nous avons fait un atelier sur le site web de la Vigne AA sur Zoom. **Le 26 mai 2022**, Josiane animera le prochain **atelier sur le Comité Contacts Temporaires et Accessibilités**. Ce sera sur Zoom avec deux invités : Ronald L. Président et Manon adjointe à la Région 90. Nous vous attendons à 19h sur zoom : 434 059 2839 MP : 3005

À la découverte de notre site web avec gratitude. La suite sera très enrichissante.

**Danielle S., alcoolique, RDR 90-03**

**District03@aa90.org**



## COMITÉ DE LA VIGNE



Bonjour à tous! Je vais commencer par partager ce que j'ai vécu la fin de semaine dernière, alors que j'ai eu le privilège d'accompagner notre présent Délégué P-72, Normand P. au banquet de la 72e Conférence des Services Généraux à New York. J'ai quitté le Canada avec trois des quatre Délégués du Québec à partir de l'aéroport de Montréal. L'énervement était palpable. L'un d'eux n'avait pas beaucoup dormi depuis plusieurs jours, un autre, c'était la nuit précédente et le troisième était tout simplement intenable. Par contre, pour paver cette anxiété, nous avons convenus, Normand et moi, d'arriver tôt à l'aéroport, ce qui nous a permis de passer les douanes avec un minimum de stress. Ensuite, mon défi

était de maintenir mon ami dans un état presque calme, si l'on peut dire ainsi. Puis, finalement les autres Délégués nous ont rejoints peu de temps avant notre embarquement, car ils transitaient à Montréal. Le voyage s'est bien passé, malgré que Normand commençât à avoir le cœur sur le bord des lèvres à notre arrivée à New York. Ce qui ne nous tue pas, nous rend plus forts! En ce qui me concerne, la turbulence m'endort, alors que pour d'autres, c'est le contraire.

Donc, ce fut un bon vol dans la gratitude envers les membres qui ont permis que je fasse ce voyage et envers ma Puissance supérieure d'avoir permis que les choses se déroulent ainsi. Mon ami Normand a ramassé une somme d'argent assez impressionnante en un temps record lors du dernier comité régional, ce qui représentait la moitié du coût du voyage, me permettant ainsi de l'accompagner au banquet du dimanche soir, auquel il avait la possibilité d'amener un invité. Jusqu'à ce que je sois rendue à New York, je peux vous dire que mon cœur oscillait entre la gratitude de tout l'amour qui accompagnait le montant d'argent qu'il m'a remis et l'humilité que cela m'a prise d'accepter, autant l'argent, que l'amour, que m'ont témoignée ces membres. Même après toutes ces années de cheminement dans le programme, je suis plus du genre à donner qu'à recevoir, ce qui est beaucoup plus facile pour moi. Alors, imaginez l'exercice que cela a exigé pour me permettre de passer à l'action et de faire le nécessaire pour assister à ce grand événement.

Premièrement, j'ai eu la chance de voir plusieurs Délégués du P-70, qui comme moi, étaient l'invité de leurs Délégué P-72 pour assister au banquet du dimanche soir. Par contre, dès le samedi matin, il nous fut permis d'assister aux réunions de la journée, ce qui, quant à moi, a été un grand privilège. J'ai aussi rencontré des Administrateurs avec qui j'ai servi pendant deux ans devant nos écrans d'ordinateur et qui ont tous été les premiers à me reconnaître. J'en fus tout d'abord étonnée et remplie de gratitude. Et que dire de tous les Délégués du P-71 qui faisaient leur première Conférence en présentiel après avoir connu une Conférence virtuelle? **Nous étions tous excités d'être présents à cette Conférence et dans la gratitude de vivre cela. Ce fut une expérience des plus enrichissantes.** Par moment, je passais du rire aux larmes, tellement j'étais émue et reconnaissante.

Donc, j'aurai la chance de vous en parler de vive voix lorsqu'on se rencontrera en présentiel, mais je voulais tout de même essayer de vous transmettre un peu de ce que j'ai vécu en ce début de 72e Conférence des Services Généraux; ce qui m'a permis de boucler la boucle avec mon terme de Déléguée de la 70e et 71e CSG. En toute humilité, je vous dis du fond du cœur: «Merci, à tous ceux qui m'ont permis de vivre cette expérience inoubliable.»

**Je termine en vous invitant tous, que vous soyez ou non-inscrits aux séances d'échanges de vues de « La Vigne AA », à vous joindre à nous tous les 3e mardis du mois de 19 h à 21 h sur la plateforme Zoom de la**

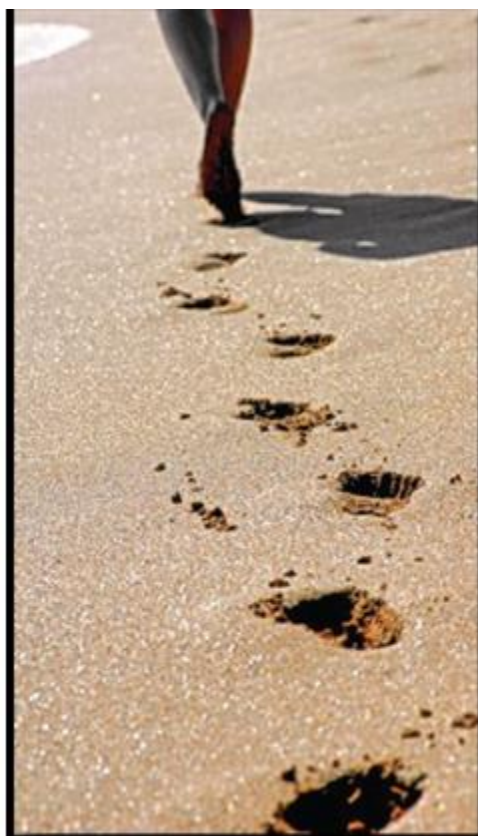
**région 90 ID : 404 505 1733, MP : aa90. Ces soirées se veulent des échanges de vues sur la Vigne AA.** Les RLVG et RLVD partagent leurs expériences et/ou défis concernant la distribution ou la promotion de la revue dans leur secteur respectif. Le 17 mai, nous aurons le privilège d'avoir le trésorier de La Vigne 2.0 qui viendra expliquer le bilan financier et répondre à vos questions. Venez en grand nombre! Je serai votre animatrice de la soirée, mais votre participation en fera une réussite. Invitez vos ami(e)s à se joindre à nous et je serai là pour vous accueillir dès 18 h 45. Au plaisir de vous revoir bientôt, en présentiel ou devant vos écrans.

**France F.  
Président du Comité de La Vigne 2.0  
Région 90, Nord-Ouest du QC  
lvaa@aa90.org**





## PRÉSIDENTE



Il m'a été donné d'écouter plusieurs délégués à leur retour de la conférence. J'ai d'abord été électrisée par la gratitude que transmettait Sylvain L., lors d'un partage livré dans mon groupe d'attache de l'époque. J'ai vu Luc T., très émotif, nous raconter sa semaine épuisante, mais combien enrichissante! Le moment où il a

communiqué très ému à Richard B. que sa candidature avait été retenue comme administrateur de l'est du Canada. J'ai entendu Micheal. C., faire son rapport rempli des moments qui l'avaient davantage marqué. Puis Éric P., nous présenter tous les souvenirs en photos des moments et des gens inspirants qu'il y avait rencontrés.

Puis vient France F., qui expérimenta pour la première fois la conférence virtuelle. Une toute nouvelle aventure à raconter. Il y avait des déceptions, mais aussi une richesse de vivre quelque chose d'unique. Je vivais cette aventure par procuration d'un peu plus près.

C'est cette année pour la première fois que je vis cette expérience d'aussi près. Je tiens à remercier Normand P., qui m'a incluse dans une garde rapprochée, puisque nous partageons une complicité de serveurs bien particulière. J'ai eu la chance d'écouter l'un des premiers rapports non officiels livrés par mon bon ami. Il me répétait sans cesse que c'était décousu. Ça m'importait peu. L'émotion était palpable. Je le voyais parcourir les moments marquants de ce voyage.

Il m'arrive de mal évaluer la portée d'activités anodines à mes yeux. **Pour moi, une journée de session d'information sur la structure de notre association est devenue un moment charnière de mon**

**parcours de serviteur.** Je n'aurais pu dire à ce moment que j'allais être RSG, RDRA, RDR, Trésorière, Présidente et que ce parcours allait prendre les 10 prochaines années. Mais je croyais que j'avais, comme membre alcoolique des AA, la possibilité d'occuper chacune des places de cette structure.

Est-ce que je ferai partie de ces membres qui ont donné de leur temps et de leur énergie et oh combien reçu d'amour, de spiritualité, d'amitié, d'expérience et de gratitude? L'avenir nous le dira. **Mais je crois profondément à ce processus de conférence, et je suis bien honorée d'en faire partie à ma manière, en participant à la pré-conférence et en consultant le rapport final de la conférence.**

**Mélanie C., Présidente, Région 90  
pres@aa90.org**

## COMITÉ DES PUBLICATIONS

### La gratitude par les services

Ma belle aventure dans la sobriété a débuté en septembre 1989. À ce moment-là, ma Puissance supérieure s'est assurée de m'entourer de membres qui étaient actifs dans les services. Ces membres m'ont servi de modèles d'apprentissage.

Les services ont débuté tôt dans ma sobriété. **Au tout début, je me suis**

**engagé dans mon groupe d'attache, soit en préparant le café, en faisant l'accueil ou l'animation de la réunion.** Puis, éventuellement, j'ai pris un poste de Représentant auprès des Services Généraux. Quelques fois, j'ai également participé aux différentes activités de Pâques, de Noël et du Jour de l'An et au du Congrès de mon district. À quelques reprises, j'ai donné de mon temps pour répondre aux appels téléphoniques de Douzième Étape.

À un moment donné, j'ai donné mon nom pour devenir Représentant adjoint du District auprès de la Région 90 (RDRA). Puis quelques années plus tard, en tant que Représentant du District auprès de la Région 90 (RDR). Quelle expérience ce fut pour moi! **J'étais rempli de peurs et je manquais de confiance en moi. Je me suis servi de ma Puissance supérieure, de mon parrain de service et d'autres membres en qui j'avais confiance.** Dans tous les cas, cela m'aidait à persévérer et à ne pas lâcher. **Ça n'a pas toujours été facile, mais beaucoup moins difficile que de rien faire ou de retourner consommer.**

Les services ont presque toujours fait partie de mon rétablissement. Les membres et les publications du Mouvement m'ont appris que le mouvement des AA est un Mouvement d'action. Je passais donc à l'action. **Les services m'ont permis d'évoluer et de grandir dans tous les aspects de mon rétablissement.** Je suis devenu une personne plus responsable, fiable et honnête. Ils m'ont également permis d'améliorer mon caractère en devenant plus patient, plus tolérant et plus ouvert. Ils m'ont permis d'apprendre à

accepter et à accueillir les opinions des autres.

Aujourd'hui, avec un peu plus de 32 ans de sobriété, je suis encore actif dans les services, dans mon groupe d'attache et avec la Région 90. **Les services représentent ma manière d'exprimer ma gratitude envers ma Puissance supérieure, les membres et le mouvement des AA.** Seul, je ne serais pas qui je suis aujourd'hui. Je vous remercie d'être là. « Une chance qu'on s'a ! »

**Jacques C., Comité des Publications, Région 90  
publ@aa90.org**



### **Hommage à un serviteur de confiance**

Il y a quelques mois, j'ai eu le privilège de servir comme RDR dans le district 08. Suite au décès de notre RDR, j'ai dû chausser ses souliers rapidement.

Cet homme, Jacques C., était estimé par tous. Il a toujours eu à cœur le bien-être

des membres AA, selon son expérience et ses compétences. Il avait ses opinions et ses principes qu'il défendait avec ardeur.

Suite aux difficultés apportées par la pandémie à tous les groupes et districts, il a accepté la responsabilité du district 08, malgré l'état de sa santé. Durant la courte période de notre collaboration, il a su me communiquer son expérience et me donner la chance de renouer avec la Région 90 ; région à laquelle j'avais participé activement par le passé.

**Je tenais à rendre hommage à ce serviteur qui, bénévolement, a donné son temps, son énergie et son amour à Alcooliques anonymes.**

Merci, Jacques, au nom des membres du district-08, pour tout ce que tu nous as transmis.

**Jacinthe L., RDR, district 08**

**district08@aa.org**





## ADJOINT INFORMATION PUBLIQUE

Bonjour à toutes et à tous, je m'appelle Denis D. et je suis un alcoolique en rétablissement et j'ai le plaisir de vous servir comme adjoint à l'Information Publique dans notre belle région. J'approche de mes huit ans d'abstinences et je peux remercier les services et l'implication qui m'ont fait grandir chaque jour et continuent de m'aider pour atteindre la sobriété.

J'ai décidé de relever un autre défi cette année et de joindre l'Information Publique à la région, j'ai envie d'aider l'alcoolique qui souffre et qui ne sait pas encore qu'il peut trouver de l'aide avec Alcooliques anonymes ou bien qu'il n'en ait jamais entendu parler. Je veux aussi défaire le mythe qui fait croire à la population en général que ce ne sont que des itinérants qui couchent sur des

bancs de parc avec la bouteille cachée dans un sac de papier brun qui font partie du Mouvement. **L'information publique, c'est communiquer pour que le message se rende vers ceux qui ont besoin de nous, c'est de se servir de notre attrait et de nos expériences pour les attirer.** La pandémie a malheureusement isolé beaucoup de gens et je sens comme un besoin de trouver des solutions pour faire connaître à nouveau notre beau Mouvement, mais je ne peux pas le faire seul.

Le 2 avril dernier, j'ai animé la parallèle de l'Information Publique. Il y a eu des échanges de points de vue sur différents sujets concernant l'Info Publique, telle que la peur de perdre son anonymat, le besoin d'aide de la part de la Région, où et comment aller porter le message, où trouver la documentation nécessaire, etc. J'ai bien pris connaissance de ce qui a été discuté et je crois que toutes ces discussions ont été bénéfiques. Pourtant, un point revient souvent, c'est la peur de s'impliquer à l'info publique, soit dans un district ou dans un groupe, parce qu'on ne sait pas comment s'y prendre. À cela je réponds : « C'est notre rôle à moi et Robert (Président de l'info publique) de vous aider à cheminer avec tout cela, nous ne laissons personne les mains vides. C'est en unissant nos forces avec les idées de chacune et de chacun que nous allons grandir. »

**Comme l'a écrit Bill W., un fondateur des AA : « L'information publique revêt plusieurs formes, qu'il s'agisse de la**



simple affiche à l'extérieur du local de réunion, annonçant une Réunion des AA ce soir, de l'inscription dans l'annuaire téléphonique local, de la distribution des publications des AA, ou encore d'émissions de radio et de télévision ayant recours à des techniques d'interview sophistiquées. Peu importe la forme qu'elle prend, l'information publique se résume à ceci : "Un ivrogne qui transmet le message à un autre ivrogne", que ce soit directement, par le biais d'une tierce personne, ou par les médias. » (Tiré du manuel de l'Information publique, page 6)

Robert et moi avons besoin de vous, pour vous impliquer dans l'Info Publique, que ce soit au district ou dans vos groupes. Les tâches à accomplir y sont très valorisantes et pas si difficiles que ça. Consulter vos RDR ou RSG pour vous impliquer ; ils en seront surement ravis. Robert et moi, nous vous accompagnerons. Nous pouvons, à votre demande, nous déplacer dans vos districts pour vous informer. N'hésitez pas à nous contacter pour entrer dans cette grande aventure. Amour et service !

**Denis D., Adjoint Information Publique Région 90**

**[infopubl-adj@aa90.org](mailto:infopubl-adj@aa90.org)**



## HUMBLE SERVITEUR

Bonjour ! Mon prénom est Marc et je suis un alcoolique. J'écris ces quelques lignes, pour vous partager mon expérience au service d'un groupe à titre de RSG. Cette expérience m'a permis d'agir comme un trait d'union entre mon groupe d'attache et l'ensemble du mouvement AA. J'ai dû présider des assemblées d'affaires et assister aux réunions de district. À l'époque au 90-14, je suis allé aux grands rassemblements de la région pour élire des membres de comité : délégué, secrétaire, trésorier, etc. En votant au nom de mon groupe d'attache, réviser l'éthique de groupe, procéder à un déménagement de groupe, négocier le loyer.

Tout cela, bien évidemment, aidé et appuyé par les merveilleux et adorables membres de groupe. **Quelles belles années pour mon rétablissement ! En quelque sorte, cela m'a permis d'apprendre et d'approfondir les 12 Traditions de notre Mouvement.**



**À travers cela, j'ai compris que l'unité et la survie des AA étaient primordiales pour aider l'alcoolique qui souffre encore. C'est une question de vie ou de mort !**

L'humilité, l'honnêteté, le respect, la confiance en moi, le sens des responsabilités, le sentiment d'être utile, l'amour de mes frères et sœurs alcoolique sont les principaux dividendes dont j'ai bénéficié à travers les services, cela me comble de gratitude. Merci, mon Dieu !

**Marc, 90-11**



# SECRÉTAIRE

Bonjour à vous tous ! Je suis Joan, je suis une alcoolique et j'ai le privilège et la responsabilité de vous servir comme secrétaire à la Région 90.

Ce mois-ci, plusieurs choses se sont passées depuis les derniers mois. Le travail qui n'arrête jamais, les rencontres de service, le temps passé à écrire des procès-verbaux des ordres du jour et à faire des listes de toutes sortes. Cette tâche me permet de me dépasser à tous les niveaux. Je m'initie vraiment au concept de l'unité. **Cette tâche me permet de ressentir pour vrai le terme trop souvent employé à tort, d'amour et service.** Cette phrase utilisée à toutes les sauces me semblait trop souvent dénudée de toute substance.

Aujourd'hui, je tente de l'appliquer avec mon cœur et non en parole et c'est ainsi que je souhaite faire ma tâche, en vous faisant ressentir cet amour que

**Joan, Secrétaire, Région 90,  
secr@aa90.org**

j'éprouve pour l'alcoolique qui souffre encore. J'éprouve encore plus d'amour et de respect pour la personne qui ose dire je ne vais pas bien. Celle qui a assez d'humilité pour se dévoiler comme elle est. Je suis prête à relever le défi qui se présente à moi. J'ai une chance incroyable d'avoir été choisie pour vous servir.

Je souhaite que cette région développe l'harmonie entre tous ses membres, que la Région 90 se révèle une région où les gestes parlent plus que les mots, que la région vibre au diapason et que tombent les animosités passées ou naissantes. La vie m'offre cette chance de vivre cette belle aventure à vos côtés. **Je vous souhaite la paix et l'harmonie comme celle que je trouve dans mon cœur. Je vous remercie d'être là.**



## COMITÉ DE TRAITEMENT ET ACCESSIBILITÉ

Bonjour! Mon nom est Ronald, je suis un alcoolique et j'ai le privilège de vous servir au Comité du traitement, accessibilité et communautés éloignées. L'accessibilité est maintenant une priorité pour aider les membres à se joindre à nous aux réunions des Alcooliques anonymes. Le défi est grand et semble insurmontable pour beaucoup d'entre eux, nous devons tendre la main enfin de diminuer ces difficultés voir les enlever.

### **La formation d'un Comité d'Accessibilité**

«Une fois la décision prise de former un Comité d'Accessibilité, il est bon de déterminer quels sont les besoins dans votre communauté des AA et d'identifier les membres des AA disponibles pour faire le travail. Il est également important pour le Comité de partager avec le Mouvement à autant de niveaux que possible. Dans certains cas, la première chose à faire pour un comité est d'informer les membres des AA de leur région ou de leur district sur ce que fait un Comité d'Accessibilité et sur ce qu'il ne fait pas. Certains Comités d'Accessibilité partagent les uns avec les autres en

échangeant les procès-verbaux de leurs réunions.

Il est aussi utile de faire part de vos activités et de vos idées au BSG pour inclusion possible dans le bulletin du BSG, le Box 4-5-9. Les membres du Comité d'Accessibilité peuvent rejoindre d'autres membres des AA en participant aux réunions d'affaires de leur groupe et d'autres groupes. Dites au service de répondeur téléphonique, ou au bureau central, ou de l'intergroupe, comment rejoindre le comité s'ils reçoivent une demande de contact pour l'Accessibilité. Le programme des AA fonctionne lorsqu'un alcoolique actif demande de l'aide et que les AA sont là pour apporter cette aide.

### ***Les qualités des membres du comité***

Selon l'expérience, une solide abstinence, une connaissance des Traditions des AA et une parfaite fiabilité sont les qualités nécessaires pour servir sur un Comité d'Accessibilité. Le comité peut inclure au moins, un membre des AA qui servira de liaison avec le bureau central ou l'intergroupe local. Les procédures et les qualités du comité varient d'une région et d'un district à l'autre.



Il est toujours avantageux d'inclure des membres de comité qui éprouvent eux-mêmes des difficultés d'accessibilité, et de préparer à leur intention et à celle d'autres personnes des informations en formats accessibles. Nous avons la responsabilité de transmettre le message à l'alcoolique qui souffre encore et qui peut le mieux rejoindre les alcooliques mal desservis que des

gens qui ont dû surmonter les mêmes difficultés pour devenir abstinents.»

Manuel de l'accessibilité FM-48i

**Ronald L, Comité  
Traitement et Accès  
ctrain@aa90.org**

**RÉSERVEZ  
CETTE  
DATE**

ARGENTINE CANADA

*« Au-delà de la langue,  
de la culture et de la  
géographie : la sobriété  
accessible à tous. »*

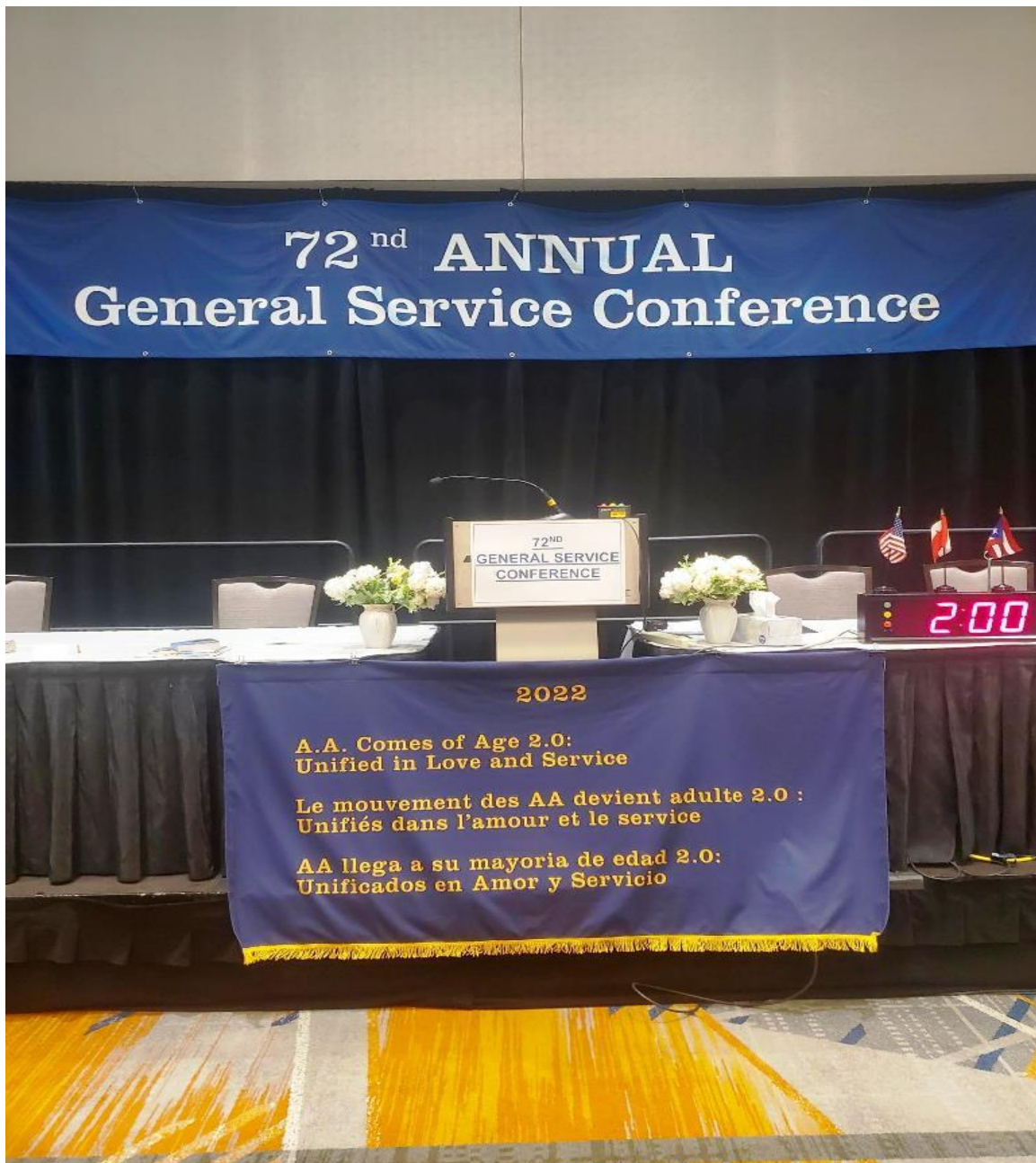
**Alcooliques Anonymes®**

**Forum spécial virtuel  
Nord/Sud concernant les  
communautés éloignées**

Interprétation disponible en anglais, français et espagnol.  
L'événement sera ouvert à tous les membres.  
Les informations sur l'inscription et l'ordre du jour suivront.

**Samedi le 16 juillet 2022**

ÉTATS UNIS CHILI



Ne manquez pas dans le prochain numéro un rapport complet sur la Conférence de notre Délégué Normand P.

# DÉLÉGUÉ

Bonjour à tous, mon nom est Normand P. et je suis un alcoolique. J'ai le plaisir et le privilège de vous servir à titre de Délégué panel/groupe 72 pour notre belle Région 90, le nord-ouest du Québec. C'est calme et serein que je vous écris ce petit texte. Je débarque à peine de l'avion de retour de la 72<sup>e</sup> Conférence à Brooklyn, New York. Quelle aventure mes amis ! De tout ce que j'avais imaginé, de tout ce qui m'avait été raconté à ce sujet, jamais je n'aurais pensé que d'assister à la Conférence me transformerait à ce point. Tout ce que j'ai emmagasiné là-bas à la Conférence recalibre mes expériences passées depuis que je suis actif dans les services.

Au fil des expériences, nous nous façonnons. Nos expériences de services : de notre première lecture, probablement la première chose que l'on s'est fait demandés à notre première tâche de responsable du café, de notre poste de RSG adjoint, à celui de RDR, secrétaire, ou responsable de comités, tous ces postes occupés nous ont défini en quelque sorte. Bien sûr, il y a nos amis fréquentés dans les réunions, nos consciences de groupes, nos parrains et marraines de rétablissement et de services nous façonnent, mais la façon dont on sert aujourd'hui est le reflet de ce qui nous a façonnés au fil de nos différentes expériences.

Sommes-nous bienveillants ? Sommes-nous dans l'humilité ? Servons-nous d'exemple à nos compagnons par l'attrait que nous dégageons ? Donnons-nous le meilleur de nous-mêmes en cherchant toujours à renoncer à nos élans personnels au profit des principes spirituels énoncés dans nos 12

Étapes/Traditions/Concepts ? Sommes-nous attentionnés à l'égard du nouveau, que ce soit le nouveau RSG, le nouveau RDR-adjoint, le nouveau serviteur, peu importe son rôle dans la grande aventure du service ? Cherchons-nous toujours à nous dépasser, à donner notre kilomètre de plus, comme on dit ? Cherchons-nous toujours le beau et le bon en chacun, en étant conciliants et en nous ralliant ? Pourquoi suis-je là ? Pourquoi je fais ce que je fais ? **Il est vrai que servir (et non se servir) n'est pas toujours de tout repos. Il est normal d'arriver à des plateaux et de se demander la raison de rester, pourquoi poursuivre, à quoi tout cela rime-t-il ?** Nous avons tous eu de mauvaises expériences et nous avons tous côtoyé des gens, qui malgré leurs années sans alcool, sont tout, sauf sobres. Que cela ne tienne, une belle expérience éclipse plusieurs moments difficiles. Côtoyer et échanger avec un serviteur bienveillant, compense pour bien des petites malveillances de membres égarés dans le programme.

**Le fait d'avoir assisté à cet événement à cette étape-ci de mon cheminement me fait voir les raisons profondes de ma quête. Je suis un alcoolique et j'ai un besoin perpétuel de rétablissement et le service est l'action nécessaire au développement de ma spiritualité. C'est au service d'AA que je connais la paix dans ma vie personnelle.**

J'ai eu à plusieurs occasions la piqure du service, j'ai souvent connu de grands moments de joie en servant d'une durée et d'une intensité qui m'arrive rarement dans ma vie de tous les jours. Je me rappelle lorsque nous avons organisé la fête anniversaire de mon groupe

d'attache. Quel apprentissage, quel plaisir ! Je me rappelle quand les réunions de district que j'animais comme RDR, ça allait bon train et que nous marchions unis dans l'harmonie. Mon Dieu que c'était bien et apaisant ! Ce ne sont que quelques exemples de souvenirs heureux de services qui m'ont façonné. Avec la Conférence, cette fameuse piqûre est juste allée un peu plus loin dans mon cœur.

En côtoyant des gens passionnés par les services, remplis de bonté et mettant en actions nos bons principes spirituels, nous grandissons tous. Vous m'avez donné cette opportunité de grandir mes amis. Vous m'avez donné la chance de

renforcer ma foi, ma foi que nous alcooliques, sommes en très bonnes mains. Dans tous les étages (vous m'avez permis d'aller en personne vérifier pour vous), qu'à tous les étages de service, des gens de cœur dévoués s'y retrouvent. Du fond de mon cœur, je vous remercie ! Merci, de m'avoir redonné la vie. Je vous remercie pour cette expérience qui a placé en moi une pile d'énergie renouvelable. **J'ai puisé auprès de ces Administrateurs, employés dévoués du BSG, et dans les autres Délégués, un amour du service que je m'efforcerais de vous redonner. Mon amour pour AA ne cesse de grandir !**

**Normand P., Délégué Panel 72, Région 90**

**del@aa90.org**





# LE TROISIÈME LEGS : LE SERVICE

«La Douzième Étape des AA, la transmission du message, constitue le service de base que rend notre Mouvement; c'est notre principal objectif et notre principale raison d'être. Les AA sont plus qu'un ensemble de principes; c'est une société d'alcooliques rétablis à l'œuvre. Nous devons transmettre le message des AA; sinon, nous pourrions déprimer et laisser mourir ceux qui n'ont pas encore reçu la vérité. C'est pourquoi nous disons si souvent que *l'action* est le mot clé. La transmission du message des AA est donc au cœur de notre Troisième Legs du Service.

Malgré tout, certains d'entre nous sont encore quelque peu confus quant au Troisième Legs des AA. Nous demandons encore: « Qu'est-ce que c'est donc que cette histoire de Troisième Legs? » Quelle est l'importance du «service» dans tout ça? La réponse est simple. Un service, c'est tout ce qui nous permet d'atteindre légitimement un camarade qui souffre encore. Comme nous l'avons vu, l'appel de Douzième Étape est le plus grand des services chez les AA. La publicité qui incite le candidat à communiquer avec nous, la voiture que nous avons conduite, l'essence que nous avons payée, et les tasses de café que nous lui avons offertes- tous ces accessoires ont été nécessaires pour nous permettre de répondre à l'appel. Ce n'est que le début. Nos services incluent les lieux de réunion, la coopération avec les hôpitaux, les bureaux d'intergroupe, et les brochures et les livres. Les services peuvent requérir des comités, des délégués, des administrateurs et des conférences.



Ils comprennent aussi de petites contributions volontaires d'argent afin que le groupe, la région et l'ensemble des AA puissent fonctionner. Ils s'échelonnent à partir d'une tasse de café jusqu'au Siège social des Services généraux des AA pour des activités nationales et internationales. La somme de *tous ces services* constitue notre Troisième Legs. Ces services sont un élément essentiel à l'existence et à la croissance des AA. Recherchant sans cesse la simplicité, nous demandons souvent si nous ne pourrions pas nous priver de nombreux services actuels chez les AA. Ne serait-il pas merveilleux de n'avoir ni préoccupation, ni politique, ni dépense, ni aucune responsabilité! Ce n'est qu'un rêve en ce qui a trait à la simplicité; en fait, il n'y aurait pas de simplicité. Sans ces services essentiels, les AA ne

tarderaient pas à devenir désorganisés et confus, une anarchie irresponsable.

Quel que soit le service, nous n'avons qu'une question à nous poser : «Ce service répond-il *vraiment* à un *besoin*?» Si non, qu'on l'élimine. Mais s'il est nécessaire, alors il faut le maintenir, sans quoi nous ne remplissons pas notre mission envers ceux qui veulent les AA et qui les cherchent. Pendant maintenant 20 ans, nous, les AA, avons essayé de définir les services nécessaires et les autres. Pendant que je raconte l'histoire de la croissance des services chez les AA, j'espère que la vision de notre Troisième Legs deviendra limpide.»

(Tiré de : le Mouvement des  
Alcooliques Anonymes devient adulte  
p.145-146



# ACTIVITÉS DE LA RÉGION

***3 juin 2022, 19h*** = **Présidents de comité,  
groupes de travail, membres de bureau,  
visiteurs**

**Local de la Région, 282 de Villemure**

**Saint-Jérôme**

***4 juin 2022, 9h*** = **Comité Régional**

**École Secondaire de Laval Junior**

**2323 Boul. Daniel Jonhson**

**Laval, H7T 1H8**



Le RSG : un poste clé chez les AA	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Cette séance d'information s'adresse à toutes les personnes qui ont une fonction de RSG, RSGA ou qui pensent le faire. Tout membre AA intéressé par les services chez Alcooliques anonymes est bienvenu.</li> </ul>
Le Groupe des AA... Là où tout commence.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Cette séance d'information s'adresse à toute personne qui est intéressée par le fonctionnement du groupe dans l'esprit d'Alcooliques anonymes.</li> </ul>
Les Douze Traditions- Synthèse de l'Expérience des AA	<ul style="list-style-type: none"> <li>• «Nos traditions sont des guides vers de meilleurs façons de travailler et de vivre» Bill W.</li> </ul>
Les 12 Douze Concepts des services mondiaux...	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Cette séance d'information nous aide à mieux comprendre le fonctionnement et la structure d'Alcooliques anonymes.</li> </ul>
Les finances! Où va l'argent?	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Cette séance d'information va nous permettre de mieux comprendre l'importance de la septième tradition et nous démontrer que l'alliance de l'argent et de la spiritualité vont de pair.</li> </ul>
Rôle du RDR	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Le RDR est le lien essentiel entre le RSG de chaque groupe et la structure de service régionale, dont fait partie le délégué de la Région à la Conférence des service généraux.</li> </ul>
Sessions d'information	<ul style="list-style-type: none"> <li>• La mission est de faire connaître la structure des AA, et répondre aux besoins des membres, des groupes et de la Région dans le but de transmettre le message à l'alcoolique qui souffre encore tel que décrit dans la 5e tradition.</li> </ul>

**Services offerts par la Région 90 et disponibles pour vos districts**

**Pour plus d'information, contactez le président de la Région 90  
courriel : [pres@aa90.org](mailto:pres@aa90.org)**