

L'HERITAGE

Vol. 29 numéro 2 Bulletin de la région 90 – Nord-Ouest du Québec avr/mai 09

DISTRICTS

Montréal-Nord (90-01)
Centre-Sud Laval (90-02)
Joliette (90-03)
Laurentides (90-04)
Ottawa-Hull (90-05)
Abitibi – Témiscamingue (90-06)
Les Deux Rives (90-07)
Repentigny (90-08)
Saint-Jérôme (90-09)
De La Vérendrye (90-11)
Chomedey (90-12)
Sainte-Rose (90-13)
Duvernay-Terrebonne (90-14)
Sainte-Thérèse (90-15)
Laval-Ouest (90-16)
Deux-Montagnes-Oka (90-17)
Charlemagne
Le Gardeur-Lachenaie (90-18)
Mont-Laurier (90-20)
Sainte-Julienne (90-21)
Gatineau (90-22)
Les Basses Laurentides (90-24)
Les Cimes des Laurentides (90-25)
De Lanaudière Nord (90-26)
Nunavik-Nunavut (90-27)



Dans cette édition :

Coin de l'Éditeur	P. 2
Coin du Délégué.....	P. 3
Coin du Délégué-adjoint.....	P. 5
Coin du Président.....	P. 6
Coin du Vice-président (Erratum).....	P. 7
Coin du Vice-président	P. 8
Coin des Publications.....	P. 9
Coin de la Trésorière.....	P. 12
Coin du Secrétaire.....	P. 13
Partage d'un nouveau R.S.G.....	P. 14
Activités à la région.....	P. 15
Abonnement.....	P. 17
Liste de contrôle	P. 18
Le Flambeau.....	P. 21
Coin des Archives	P. 22
Coin des Centres de Traitement.....	P. 23
Coin des Communautés Éloignées... ..	P. 24
Coin des Communautés Éloignées (Anglais)...	P. 25
Le Service.....	P. 26
Coin des Centres de Détention.....	P. 28
Coin de l'Information publique.....	P. 31
Itinéraire.....	P. 32



Coin de l'éditeur

Bonjour à vous tous,

Je vous souhaite la bienvenue à la lecture de votre Bulletin. Comme vous le constaterez il y a énormément d'informations sur ce qui se passe dans notre merveilleuse et grande Région 90 : chacun des membres du bureau de services de la Région ainsi que les présidents de comités vous font part de leurs commentaires, leurs rapports et leurs expériences afin de partager avec vous tous, membres de notre région.

Tout ceci a pour but d'unifier les connaissances de chacun des membres avec tous les autres membres, en partageant tous ensemble via votre bulletin, cela crée une synergie commune entre nous tous. Au travers du Bulletin L'Héritage, nous créons un rapprochement entre tous les membres de notre vaste Région.

Le Bulletin appartient à vous tous, et chacun de vous peut écrire un article sur son expérience dans AA. Parlez-nous de votre groupe d'attache, du parrainage, faites des commentaires, envoyez des photos, une anecdote etc.

Le cœur plein de gratitude :

‘J’essaie de m’accrocher de toutes mes forces à cette vérité : un cœur rempli de reconnaissance ne peut entretenir de grandes vanités. Quand il déborde de gratitude, notre cœur bat sûrement d’un amour altruiste, et c’est la plus belle émotion que nous puissions jamais connaître.’ (Réflexions de Bill, p.37)

Nous, les alcooliques, sommes chanceux puisqu’on nous rappelle constamment la nécessité d’être reconnaissants et l’importance de cette gratitude pour notre sobriété. Je suis content de pouvoir redonner ce que j’ai reçu gratuitement.

En ce début de printemps, prenez le temps d’aller sur une terrasse prendre un bon café et peut-être apporter un stylo et du papier ou bien votre portable et soyez reconnaissant envers AA en écrivant à votre Bulletin L’Héritage. Et ne vous en faites surtout pas si vous avez des fautes, nous avons un correcteur et ce n’est pas moi, soyez-en assuré! Si vous n’avez pas d’ordinateur, ce n’est pas grave; écrivez-le à la main. Tous les moyens sont bons pour envoyer votre article.

En terminant, j’invite chacun des RSG de notre Région à écrire au Bulletin sur leur expérience de service dans leur groupe d’attache et dites-nous pourquoi vous aimez servir.

Comme Bill W., notre co-fondateur, a déjà dit : « *Une foi sans les œuvres est une foi morte* ».

Donald, Président du comité du Bulletin l’Héritage



COIN DU DÉLÉGUÉ

Une expérience spirituelle...

Voici un bref récit de mon expérience vécue lors de l'assemblée du Conseil des Services généraux en début février, comme président du comité des Centres de traitement de la 59^e conférence des services généraux, invité à titre d'observateur.

Une expérience spirituelle : c'est ce qu'on m'a promis. Pourtant, ce qui se passe à l'intérieur de moi ressemble beaucoup plus à de la peur qu'à d'autre chose. Je sais exactement ce qui se passe : je ne suis pas en situation où je peux contrôler mes peurs et cela me dérange. Pourtant, je n'ai jamais été déçu de m'être abandonné complètement et de faire confiance. Voilà encore la preuve que je ne suis qu'un simple être humain qui, encore une fois, malgré toutes les expériences vécues, est envahi par la peur! Alors il ne me reste qu'une seule chose à faire : demander de l'aide à Dieu, faire confiance, et tout ira pour le mieux.

L'avion est bientôt sur le point d'atterrir. Mon téléphone à la main, j'en profite pour filmer la *Grosse Pomme*, le centre-ville et tous ses gratte-ciel. Je suis partagé entre un sentiment de fierté de représenter le comité des Centres de traitement à titre de président pour la 59^e conférence des services généraux et un sentiment d'extrême gratitude envers notre association pour tout ce qu'elle m'apprend sur moi-même, grâce à vos expériences, votre écoute et vos encouragements. Il me vient toujours à l'esprit cette dernière nuit où, dans une noirceur totale, j'ai enfin admis que je n'en pouvais plus de vivre et de consommer de cette façon. Cette même nuit où je croyais que c'était la fin et qui, au contraire, était le début des plus beaux jours du reste de ma vie.

Voilà que je récupère mes bagages; un taxi et hop! à l'hôtel. C'est parti et oui, la cassette vient de se mettre en mode « Play » : « Qui vais-je rencontrer à mon arrivée? Moi et mon merveilleux anglais, est-ce qu'ils vont me comprendre? À moins que j'entre par la porte arrière... peut-être que je ne rencontrerai personne! Voyez-vous, mes amis, que vous n'êtes pas les seuls à être habités par des peurs à leur première activité de service dans une nouvelle fonction et cela, peu importe à quel niveau de fonction on sert. Ce merveilleux orgueil et l'ego qui recherche toujours sa place et qui ne la trouve pas en la présence de Dieu et de l'amour!

Yes! Yes! Il n'y a pas personne! Je m'en salue, mais jusqu'à quel moment? Je quitte l'hôtel pour le souper, question de fuir encore un peu. Le souper terminé, je dois me rendre à l'évidence qu'il faudra bien un jour ou l'autre rencontrer quelqu'un. Qui sera le premier? Je prends l'escalier roulant, je prie, et voilà la première surprise : probablement la personne qui m'inspire le plus de calme, Leonard, notre président des Services mondiaux d'Alcooliques anonymes, assis là, seul, à méditer sur son retour de l'Inde la veille. Dix heures de décalage horaire, frais et dispos et toujours souriant! L'accueil, mes amis, l'accueil! « Bonjour

Sylvain! You had a safe flight? Yes! Yes! Mon anglais qui se met en marche! Le calme prend sa place tranquillement et voilà JoAnne, notre administratrice universelle, Doug, du BSG, coordonnateur de la conférence, Rick, toujours du BSG, responsable de l'organisation du congrès international de 2010 à San Antonio au Texas, et j'en passe... Ils sont tous arrivés au courant de la soirée et, sans m'en apercevoir, voilà que je fais partie d'eux et que je me sens bien, accueilli, aimé, respecté, et cela, malgré ma difficulté à m'exprimer. Mais tout ça serait réglé dès le lendemain matin, puisqu'on me présentera Domi, ma traductrice fournie par le BSG.

Une expérience spirituelle, mes amies, et toute une expérience! Dès le lendemain matin, je serai plongé au cœur même du Bureau des Services généraux, assis là parmi les 13 présidents de comités, les membres du bureau et les 21 administrateurs, tous n'ayant qu'un seul but : protéger ce message et le transmettre à l'alcoolique qui souffre encore. Là où il n'y a plus de barrière de langue ou de culture, une association, pour répéter les mots de notre président, « où le soleil ne se couche jamais, puisque les 114,000 réunions à travers le monde suivent le soleil ». Avez-vous pris conscience de la force de cette image et de la grâce que nous avons reçue d'en faire partie? Dès le début de l'après-midi et cela, pour quatre jours, j'aurai le privilège d'assister à la rencontre de quelques comités en vue d'être bien préparé pour la 59^e conférence des services généraux.

Des moments forts, extrêmement forts, partagé entre des émotions d'une extrême gratitude de vous servir, de la vie qui continue pour chacun d'entre nous, des chemins que Dieu prend pour nous faire comprendre des choses, le désir d'en apprendre toujours plus et de dire merci à Dieu, à la vie.

Oui, j'ai vu qu'il était possible de s'approcher de la perfection; qu'individuellement, cela était impossible, mais que dans cette unité, ce partage d'expérience, cette écoute de l'opinion de tous et chacun, il serait possible de s'en approcher ou du moins d'avoir le sentiment profond d'avoir tout fait dans la plus grande unanimité possible pour en arriver à la meilleure entente possible, afin de toujours respecter notre but premier : transmettre le message à l'alcoolique qui souffre encore.

Voyez-vous qu'il n'est plus question de peur, mais d'amour; qu'encore une fois de plus l'orgueil et l'ego voulaient se manifester? Merci de me rappeler sans cesse que je ne suis qu'un simple être humain qui a la responsabilité de vous servir tout en me permettant d'apprendre énormément sur notre association et sur moi-même.

Votre dévouement et votre enthousiasme à servir Alcooliques anonymes me donnent l'énergie nécessaire afin de faire mon infime part dans tout ce processus tellement spirituel d'unité, du service et du rétablissement. Merci pour le soutien que vous apportez à la région 90, ce qui, par ce fait même, nous permet de faire notre part à la conférence des services généraux et d'avoir le sentiment profond que nous faisons partie d'un tout.

La 59^{ème} conférence approche à grands pas et une fois de plus, c'est avec l'expérience et la force de notre région que je ferai tout en mon possible pour que vous soyez entendus.

Sylvain. L. Délégué Région 90.....Dans l'amour du service



COIN DU DÉLÉGUÉ-ADJOINT

Les lignes de conduite AA reflètent le partage de l'expérience AA

Dans les Lignes de conduite des AA, on trouve des informations sur des sujets d'intérêt pour les membres des AA. Ces feuillets jaunes de deux à quatre pages reflètent un partage considérable d'expérience AA. Il existe des Lignes de conduite sur 16 sujets, allant des relations entre les AA et les Al-Anon aux Comités des Centres de traitement. Elles sont disponibles en espagnol, en français et en anglais.

Ces Lignes de conduite sont publiées pour aider les membres des AA à maintenir des groupes viables, tout en transmettant le message de rétablissement à d'autres alcooliques. Est-ce que des informations sur les comptes bancaires et sur le numéro d'identification de votre groupe des AA vous intéressent ? On peut les trouver dans les Lignes de conduite des AA sur les Finances, où se trouvent aussi des informations sur l'assurance pour les groupes. Entre autres, il y a aussi des Lignes de conduite sur les Comités correctionnels, sur les Comités de Collaboration avec les milieux professionnels, et sur le Service aux alcooliques ayant des besoins spéciaux.

On ne sait pas exactement quand la première Ligne de conduite des AA a été publiée. Ce pourrait être lorsque la Conférence des Services généraux de 1960 a institué un comité pour s'occuper des relations entre les Alcooliques anonymes et les soi-disant clubs des AA. Le comité a pris cette décision après avoir jugé qu'il y avait assez d'intérêt, et un besoin de plus de clarté, pour justifier un document écrit sur le sujet. En s'appuyant sur un sondage sur les clubs, sur les délégués AA et d'autres membres - et sur des documents dans les dossiers du BSG - les Lignes de conduite sur les Relations entre les AA et les Clubs ont été produites.

D'autres Lignes de conduite ont suivi suite à des demandes ou des commentaires de membres des AA au BSG. Lorsqu'il devenait évident, par le nombre d'appels téléphoniques et de lettres au BSG, qu'il y avait un intérêt marqué pour un sujet, une Ligne de conduite était publiée. Ainsi, les membres du personnel du BSG peuvent envoyer des Lignes de conduite en réponse à certaines questions souvent posées, et donner aux membres une réponse cohérente et complète. Puisque les Lignes de conduite des AA sont des documents de service, ils ne nécessitent pas l'approbation de la Conférence et elles sont mises à jour au besoin. On peut les commander aux A.A.W.S., et le premier jeu complet est gratuit ; pour des jeux additionnels, (FMG-20), il en coûte 2,40 \$.

Les autres sujets traités sont : Bureaux centraux ou Intergroupes ; Congrès, Conférences et rassemblements ; Information publique ; Tribunaux, Conduite en état d'ébriété et autres programmes ; Comités des Publications ; Pour les membres des AA employés dans le domaine de l'alcoolisme ; les Services téléphoniques AA ; les Archives, et la Transmission du message des AA aux alcooliques sourds.

Référence : box 459, Vol.40, No.5/Octobre-Novembre 2007

Richard B.

Délégué adjoint, Région 90



LE COIN DU PRÉSIDENT

Bonjour, mes amis A.A.!

La Conférence s'en vient à grand pas, soit du 26 avril au 2 mai 2009. J'espère que vous avez eu le plaisir de participer aux ateliers de la Conférence qui ont eu lieu le 14 mars dernier. C'est avec votre participation que les Alcooliques anonymes continueront d'avancer et être présents pour les membres à venir.

Je remercie tous ceux qui s'impliquent; sans vous je ne serais pas là. Aussi, je veux remercier tous ceux qui m'ont précédé et qui ont fait de notre région celle qu'elle est devenue.

Je sais que vous êtes tous convaincus que l'alcoolisme est une maladie grave, mais je m'interroge si, avec le temps, on a tendance à minimiser et prendre pour acquis notre abstinence ou sobriété. Pour ma part, il faut que je souvienne de ce que les ravages de l'alcool ont eu sur moi, mes comportements qui ne sont pas encore corrigés, mais en cheminement. Ce qui suit est tiré de la brochure *Voici les A.A.*, page 13 « Comment est-il possible de demeurer abstinentes dans une association aussi peu structurée et encadrée ? La réponse est simple : une fois abstinentes, nous essayons de le rester en suivant les traces de nos prédécesseurs et en tirant avantage de leurs expériences fructueuses ».

Donc, c'est dans cette optique que j'essaie de demeurer sobre en remettant, comme vous, ce que j'ai reçu. Même si vous croyez que c'est normal de servir, dites-vous que vous faites partie d'une minorité de membres, soit environ 10 % des membres, qui servent. Je sais aussi qu'en faisant cela, je m'éloigne de mon premier verre et me décentre de mes problèmes personnels. Merci de me permettre de servir.

**Gilles F.
Président Région 90, Nord-ouest du Québec
pres@aa90.org**



LE COIN DU VICE-PRÉSIDENT

ERRATUM (VOICI L'ARTICLE QUI AURAIT DÛ PARAÎTRE DANS LE NUMÉRO PRÉCÉDENT) Décembre 2008

Bonjour à tous,

Nous voici arrivés à la fin de l'année 2008, sans trop de bruit, avec beaucoup de réunions, de discussions, d'interrogations et de lecture. J'ai déjà la moitié de mon terme de fait et pourtant, au début de l'année, j'étais rempli de peurs; mais j'ai fait confiance aux gens qui m'entourent et je n'ai surtout pas hésité à poser des questions. Je dois avouer que pendant la dernière année, il est peut-être arrivé, avant une réunion, que j'aurais préféré rester à la maison. Cependant, j'y suis allé, car je sais que j'en retire toujours quelque chose et surtout beaucoup d'amour qui m'aide à continuer et à transmettre le message pour l'alcoolique qui souffre encore.

Lors de l'assemblée générale du mois d'octobre, Greg M. nous a partagé sa vision de la troisième tradition : « *Le désir d'arrêter de boire est la seule condition pour être membre des AA* ». Mais selon ses dires, il y a une différence entre être membre et devenir membre : nous devenons membres lorsque nous commençons à nous impliquer dans le Mouvement, que ce soit de faire le café jusqu'à servir dans un district ou à la région.

Dernièrement, j'ai eu une discussion avec un membre et nous parlions des rencontres que nous avons faites grâce au service, des membres rencontrés à travers notre belle région. On ne se le cachera pas, il y a des membres avec qui nous créons des liens plus forts qu'avec d'autres et parfois, ces membres quittent le service et on pense à eux. Donc, je profite de cette occasion pour remercier tous les membres qui ont servi lors de la dernière année, et j'espère que vous resterez proches des services et que j'aurai la chance de pouvoir encore partager avec vous.

Merci à tous les membres qui ont terminé leur terme, malgré les embuches, et qui ont su faire confiance à la structure. Félicitations aux nouveaux serveurs et ne vous gênez pas de vous servir de l'expérience des membres qui ont terminé. Notre région est très grande, géographiquement parlant, il y a plus de 360 groupes et environ 6000 membres, donc beaucoup d'expérience et de travail fait pour aider l'alcoolique qui souffre encore. Le 7 février 2009, il y aura une assemblée de bienvenue pour les membres de la région 90. Lors de cette réunion, vous pourrez rencontrer tous les comités de la région et surtout poser les questions qui peuvent vous aider dans votre nouvelle tâche, car cette réunion est là pour vous, les nouveaux serveurs et les membres qui veulent en savoir plus sur le service d'AA. Il y a une chose que mon parrain m'a expliquée dans AA, il ne faut pas oublier d'apprendre, de pratiquer et de transmettre; alors je souhaite à tous de pouvoir vivre cela. Et comme nous l'avons entendu si souvent : l'expérience démontre que... alors, continuez à transmettre votre expérience.

En terminant, je veux partager avec vous une autre chose que Greg nous a dite : il faut être vigilant, car dans AA il y a deux Puissances Supérieures : notre Dieu tel qu'on le conçoit, qui est là pour nous aider dans notre rétablissement. Cependant, il y a aussi l'autre Puissance qui est là, cachée, qui nous guette, qui attend que nous fassions un faux pas, que nous délaissions les réunions, que nous arrêtons de servir, que l'on se laisse aller dans une certaine complaisance ; cette Puissance qui est puissante, déroutante et sournoise, c'est l'alcool.

Luc T. Vice-président – Région 90



LE COIN DU VICE-PRÉSIDENT

Bonjour à tous,

L'année 2009 est déjà en cours, avec ses nouveaux défis et surtout avec nos incertitudes. Pour certains d'entre nous, nous allons poursuivre notre fonction, pour d'autres, c'est le début dans un nouveau poste avec des doutes, des questions et surtout avec des nouvelles idées et de l'énergie. Souvent, j'ai entendu la phrase de *faire confiance au processus*. J'ai vu ce phénomène en pleine action lors des élections dans un district au mois de novembre, un district dont plusieurs membres s'inquiétaient à savoir s'il y aurait une relève, et j'ai encore constaté la force du Mouvement.

Je me pose cependant plusieurs questions sur cette force du Mouvement. Nous sommes dans une société où tout va vite et la distance n'est plus un frein à la communication. Il y a des groupes dans presque toutes les régions du Québec, de la littérature AA disponible dans plusieurs langues et pourtant, le message se rend-il encore à l'alcoolique qui souffre encore?

En 1965, au Congrès International de Toronto, fût prononcée pour la première fois la déclaration de responsabilité. J'avais sûrement déjà lu l'origine de celle-ci, mais j'ai relu le texte de Bill W. dans *Le Langage du Cœur* et je suis resté très surpris de constater que 40 ans après, ce texte est toujours encore d'actualité. Al S., ancien administrateur, raconte : « On cherchait une déclaration qui toucherait les membres des AA dans leur cœur sans leur imposer d'obligation, qu'il fallait en faire un choix et une déclaration personnels, le JE plutôt que le NOUS ».

Donc, cette déclaration m'appartient, je ne dois pas attendre que le nous s'en occupe, je dois le faire moi-même. Je dois cesser de critiquer les membres et le Mouvement, mais bien plus me regarder, faire mon inventaire et non celui des autres. Bill écrit : « Une de nos responsabilités est de parrainer avec intelligence et amour chaque homme ou femme qui vient à nous et demande notre aide ». Est-ce que moi, en tant que membre responsable, je le fais ou je me contente de garder ce que j'ai reçu et j'attends qu'un autre membre pose le geste à ma place ?

Ce texte me parle tellement que je l'ai lu et relu plusieurs fois cette semaine; grâce à celui-ci, j'ai pu oublier mon nombril, regarder ce que j'ai au lieu de voir ce que je n'ai pas. J'oublie souvent, dans les moments de noirceur, que je suis vivant grâce au mouvement des AA, que j'ai pleins d'amis qui sont là pour m'écouter et m'encourager à continuer. Je voudrais être capable de m'accepter comme plusieurs d'entre vous le faites. Alors, avec tous ces cadeaux, ai-je le droit d'oublier de remettre, de critiquer la longueur des réunions, de ne pas être responsable envers les nouveaux membres qui arrivent ?

Je vais me permettre de reprendre une déclaration de John F Kennedy et l'adapter pour moi : « Ne te demande pas ce que AA peut faire pour toi, mais plutôt ce que tu peux faire pour AA ». En conclusion, moi, Luc, je suis responsable ...si quelqu'un quelque part, tend la main en quête d'aide, je veux que celle des AA soit toujours là, et de cela, je suis responsable.

Luc T. Vice-président – Région 90



LE COIN DES PUBLICATIONS

Bonjour à tous et chacun des membres de notre merveilleuse région!

Le 7 février dernier, nous nous sommes rencontrés lors de la journée de bienvenue et ce fut un plaisir pour mon adjoint Denis et moi-même d'échanger avec vous... Nous souhaitons une *bienvenue* spéciale au nom du comité des publications de notre région à tous ceux et celles qui œuvrent comme personne responsable des publications, soit au niveau du groupe ou du district, également aux membres qui ont de l'intérêt pour les publications approuvées par la Conférence des services généraux.

Aujourd'hui, tout comme au premier temps du Mouvement, le message des AA de rétablissement de l'alcoolisme se transmet grâce à un alcoolique s'adressant à un autre alcoolique. Toutefois, depuis la publication de la première édition du *Gros Livre* en 1939, les publications jouent aussi un rôle important dans la diffusion du message des AA et l'information concernant le programme de rétablissement en Douze Étapes. « Aussi laisser les publications transmettre le message ». La personne responsable des publications au niveau du groupe devrait s'assurer que les livres, brochures et dépliants AA approuvés par la Conférence sont disponibles et bien en vue lors des réunions.

Merci pour cette journée de bienvenue passée avec vous tous. J'ai passé d'agréables moments! Je cède la place à la rubrique « Aperçu de nos Publications ». Bonne lecture...

Lise V.
Présidente comité des Publications
Nord-Ouest du Québec
Région 90
publ@aa90.org

Aperçu de nos publications...

Nous suggérons aux responsables des publications d'utiliser les notes ci-après pour parler du programme écrit des AA dans leur groupe. Auparavant, assurez-vous d'avoir une certaine quantité de la publication dont vous parlerez, car des membres voudront peut-être se la procurer après la réunion.

Le rôle du RSG face aux publications AA

Le RSG joue un rôle très important dans la diffusion du message écrit AA. Dans le *Manuel du Service*, à la page S25, on le dit clairement: « C'est eux (les RSG) qui savent quel matériel on peut se procurer auprès du BSG: nouvelles publications, lignes de conduite, bulletins, vidéos, cassettes, assortiments, etc.

Le RSG les tient (les membres) au courant de toutes nouvelles publications par le moyen du Box 4-5-9 et par l'envoi de nouveaux bons de commande. Il revient au RSG de s'assurer que son groupe connaisse l'existence de livres et de brochures approuvées par la Conférence. Bien qu'ils ne représentent pas de « Cour Suprême » en matière de traditions des AA, ils (les RSG) se documentent le plus possible sur nos traditions et coutumes fondamentales. Normalement, ils connaissent bien les livres *Les Douze Étapes et les Douze Traditions* et *Le mouvement des AA devient adulte*, de même que les brochures *Le groupe des AA* et *La Tradition des AA et son développement.* »

À la lecture de cet extrait du *Manuel du Service*, on se rend compte de l'importance qu'a le RSG pour transmettre le message écrit dans la structure des AA.

Quand avons-nous...

Quand avons-nous ouvert le *Gros Livre* la dernière fois? Certains l'ont lu une fois et ont compris. D'autres, par ailleurs, y reviennent régulièrement et constatent que le sens des phrases a changé à la lumière de leur rétablissement. Pourquoi ne pas en faire l'expérience?

Le nouveau et les AA

Comment avons-nous découvert le programme des AA? Quelle forme d'aide avons-nous trouvée dans les réunions? Nous a-t-on accueillis par des banalités ou avons-nous vraiment reçu le message? Toutes ces questions nous permettent de prendre conscience de notre expérience et à partir de là, d'accueillir un nouveau comme on nous a accueillis ou comme nous l'aurions souhaité. Il est facile, dans les réunions, de saluer les amis, de se retrouver entre nous... On a tant de choses à se dire... Mais à l'écart, il y a un nouveau ou une nouvelle. La personne est seule et se demande qu'est-ce qu'elle fait là. Tous sont par groupe de deux ou plus... on discute ferme ou on rit... Devrais-je sacrifier une si belle conversation pour m'approcher d'elle? Quoi lui dire? Après tout, je suis ici pour moi... Justement, il faut sacrifier ses désirs personnels pour transmettre le message, afin que AA soit toujours là, pour soi-même et pour ceux qui suivront.

Une bonne façon d'aborder la personne qui se présente dans une salle de réunion est de l'amener tout doucement vers la table où son étalées les publications et lui présenter le dépliant *Un nouveau veut savoir*. Quinze questions très pertinentes y sont posées, chacune accompagnée d'une explication portant à réflexion. Ce sacrifice de quelques minutes avec un nouveau n'est jamais vain.

Une vie pourrait être sauvée et peut-être que notre sollicitude envers l'alcoolique qui souffre lui donnera l'espoir et le mettra sur la voie du programme AA. On peut aussi en déposer un exemplaire dans la salle d'attente de son médecin. Sait-on jamais ce qui pourrait arriver?

Un anniversaire d'abstinence en vue?

Chez les AA, il est d'usage de marquer son anniversaire d'abstinence en demandant à son parrain ou à sa marraine de nous présenter un gâteau dans notre groupe d'attache. Par le fait même, on démontre au plus nouveau qu'il est possible de rester abstinent pendant des années. C'est une façon de transmettre le message.

Certains membres, en plus de prendre un gâteau, ou à la place de celui-ci, soulignent leur

anniversaire d'abstinence en donnant au nouveau ou à la nouvelle dans la salle de réunion un *Gros Livre*, un exemplaire de *Vivre... sans alcool!* ou une autre publication.

S'il n'y avait pas de nouveau dans la réunion, alors le livre est remis au secrétaire pour qu'il puisse le remettre la prochaine fois qu'un nouveau se présentera. Quelle bonne façon de transmettre le message!

Responsable de sa foi.

Il existe un livre merveilleux écrit par des membres des AA comme vous et moi, et qui ne cesse d'étonner par la diversité des expériences spirituelles qui y sont rapportées. Dans ces temps difficiles où tout semble aller à la dérive, où bon nombre ne cherchent qu'à survivre, il y a l'expérience de la spiritualité. Chaque membre des AA est un miracle, un signe d'une force supérieure est là pour nous aider. Nous avons tous des problèmes, qu'ils soient d'ordre physique, la maladie, d'ordre affectif, comme la perte d'un être cher ou la difficulté de trouver un emploi, ou encore d'ordre spirituel, comme l'obsession de boire ou la difficulté d'apprendre à vivre en paix avec soi. Cette bouée de sauvetage qu'est le livre *Nous en sommes venus à croire* nous remet dans le présent, nous redonne l'espérance et nous guide en douceur vers une dimension spirituelle simple et rafraîchissante. C'est un livre à lire et à méditer.

Une visite guidée

Si vous n'avez pas eu l'occasion de visiter votre bureau des Services généraux à New-York, nous vous proposons un dépliant qui vous donnera un aperçu de l'installation physique des bureaux et des services rendus par le BSG. Ce dépliant s'intitule *Votre bureau des Services généraux des AA*. Il résume divers secteurs d'activités comme l'information publique, la coopération avec les milieux professionnels, les congrès internationaux, et autres. En lisant ce petit dépliant, on ne peut qu'éprouver de la reconnaissance pour tout ce qui se fait par le personnel du BSG afin que le mouvement des AA progresse et se multiplie, autant localement que dans les pays étrangers.

THÈME DE LA CONFÉRENCE

Notre engagement à transmettre le message A.A.

L'Enthousiasme et la Gratitude à l'oeuvre



COIN DE LA TRÉSORIÈRE

Bonjour à vous tous et toutes.

Cette année débutant dans une grande insécurité financière, certains seraient tentés d'augmenter leurs réserves prudentes. Je comprends que l'on puisse garder plus d'argent, mais n'est-ce pas aller à l'encontre de notre 7^{ième} Tradition.

Je me faisais cette réflexion en méditant sur la 7^{ième} Tradition intégrale, où **Bill fait mention** : « **De même, nous trouvons très inquiétant les trésoreries de certains groupes où continuent de s'accumuler des sommes qui dépassent leurs besoins justifiés et qui constituent plus qu'une réserve prudente.** » Donc est-ce que je fais ma part dans la redistribution de l'argent qui m'est confié? Est-ce que j'envoie suffisamment d'argent au B.S.G. afin d'aider l'alcoolique qui souffre? À ces questions, je peux répondre oui.

À tous les mois, lors des réunions de bureau, je fais toujours mes recommandations selon les dépenses connues à venir et j'essaie d'anticiper celles des Comités. Mais qu'en est-il des Districts et des Groupes? Je vous invite à faire la même réflexion avec vos trésoriers et vos R.S.G. N'oublions pas que si on ne fait pas notre part, certains services en souffriront grandement : comment faire connaître A.A. à l'extérieur du Mouvement sans l'Information Publique, si on n'a plus les moyens de subvenir à ses besoins ni à ceux des Centres de Détention ou de Traitements? Les services que vous nous demandez seraient-ils encore présents? Comme l'écrit Bill : « **Maintenant que nous sommes abstinents grâce aux AA., le mot « support » se rapporte au partage, aux personnes, au respect de soi, à la gratitude, et nous sommes privilégiés de donner - au lieu de prendre - matériellement.** »

Et c'est avec gratitude que je vous remercie pour la part que vous faites pour tendre la main à l'alcoolique qui souffre. Merci de me permettre de vous servir.

Jocelyne N.,
Trésorière Région 90



COIN DU SECRÉTAIRE

Le 8 février 2009

Bonjour, mes amis AA,

Aujourd'hui, je me sens comme un millionnaire à la loterie magique de l'implication et de la participation. Vous m'avez permis, hier, de vivre un peu la visite à Walt Disney comme l'a vécue notre délégué au BSG il y a une semaine à peine.

Comment rester insensible à tout ce qui s'est passé hier, à la journée de bienvenue? Comment ne pas apprécier la participation enthousiaste des plus de 230 membres présents, dont les mains se sont levées sans hésitation à chaque question posée par les animateurs que nous étions devenus pour l'occasion? Comment ne pas vibrer en voyant Jacqueline, Maryse et Martin savourer dans les pleurs de joie le résultat de leur travail accompli avec tant d'enthousiasme et de cœur, au point ou même les gens qui ne parlent pas leur langage ont compris leur message?

N'est-ce pas là la réalisation bien vivante du thème de la prochaine conférence : **« notre engagement à transmettre le message des AA – l'enthousiasme et la gratitude à l'œuvre »**? C'est ce que je ressens aujourd'hui suite à ce que j'ai vécu hier, et je suis convaincu que la plupart d'entre vous se sentent un peu comme moi ce matin.

J'ai reçu hier la seule rémunération qui compte après, comme tous mes acolytes du bureau, et tous les présidents de comité, avoir mis du temps et de l'enthousiasme à préparer cette journée très spéciale.

Acceptez toute ma gratitude pour m'avoir permis de vivre ces moments et avoir rehaussé mon enthousiasme à poursuivre le travail dont j'ai pris la responsabilité.

Amour et service,

Yvon L.,
Secrétaire, Région Nord-Ouest du Québec (90)



PARTAGE D'UN NOUVEAU R.S.G

Bonjour, je suis RSG au district 90-05 depuis quatre mois. À mes débuts, j'ai entendu un membre dire que de placer la salle et de faire le café serait bon pour ma sobriété et j'ai pensé qu'il voulait me manipuler.

Alors je me suis renseigné à mon groupe d'appartenance et aux membres qui m'on répété la même chose.

Dès mes premiers meetings, j'ai commencé à faire le café et maintenant, je le dis moi-même que faire le café est bon pour la sobriété, ceci m'a sauvé la vie.

Je me disais dans le temps que je n'avais jamais le temps. Mon parrain m'a suggéré que c'était moi qui gérait mon temps et que c'est à moi de prendre du temps pour les A.A.

Depuis que je suis R.S.G., je suis fier de mon groupe ainsi que de ma sobriété.

Je trouve qu'il n'y a pas assez de mots pour décrire l'expérience que j'ai reçue des « vieux » membres.

La littérature qui m'a aidé le plus est le livre intitulé : « Le groupe d'appartenance ».

N'oubliez pas : le café, le café et encore le café vous garde abstiné.

Merci A.A.,

David L.

ACTIVITÉS À LA RÉGION

ASSEMBLÉE GÉNÉRALE

Samedi, 16 mai 2009
Ramada Hôtel – Blainville
1136, boul. Curé Labelle.
Blainville, Qc.
9 h 00

COMITÉ INTERRÉGIONAL

Vendredi, 29 mai 2009
Drummondville, Qc.
19 h 30

RASSEMBLEMENT PROVINCIAL,

Samedi 30 mai 2009
Organisé par la Région 88
Université de Sherbrooke
9 h 00

MEMBRES DU BUREAU, PRÉSIDENTS DE COMITÉS, RDR ET AUTRES MEMBRES INTÉRESSÉS

Vendredi, 5 juin 2009
Local de la région
282, de Villemure,
Saint-Jérôme, QC.
19 h30

COMITÉ RÉGIONAL

Samedi, 6 juin 2009
Ramada Hôtel – Blainville
1136, boul. Curé Labelle
Blainville, Qc.
9 h 00

invitation

CONGRÈS AA DES LAURENTIDES

Les 24-25-26 avril 2009
Le Grand Lodge du Mont-Tremblant
2396, rue Labelle
Mont-Tremblant, Qc.
Réserv. Chambre : 1-800-567-6763
THÈME : Finie la survie... Bienvenue la vie
Admission : 10,00 \$
Info : 819-686-9873

35^e ANNIVERSAIRE – MINI-CONGRÈS

Samedi, le 16 mai 2009
De 9 h à 22 h.
Salle Chevaliers de Colomb
272, avenue du Bord de l'eau ouest
La Sarre, Qc.
THÈME : Heureux d'être libre
Entrée et souper : contribution volontaire
Info : 819-333-0668

JOURNÉE DE GRATITUDE

Samedi, 6 juin 2009
Chalet du Lac Bellevue
425, rue Gascon
Ste-Sophie, Qc.
THÈME : Un Cœur Rempli de Gratitude
Info : 450-302-0220 ou 1-800-233-2024
Nous mangerons ce que vous apporterez.

CONGRÈS RÉGIONS 90 ET 90-16

Les 12 et 13 juin 2009
C.E.G.E.P. de Joliette
Au 20, St-Charles Borromée
Joliette
Participation : Al-Anon
THÈME : Rayon de Spiritualité.

31^e CONGRÈS LAVAL ET BANLIEUE

Les 12 et 13 juin 2009
À l'école Sir Wilfrid Laurier /Mère Teresa
Entrée : 9,00 \$
Participation : Al-Anon et Alateen, Centres
de détention.
Service de traiteur su place le samedi
THÈME : Heureux, Libre et Joyeux

31^e CONGRÈS DU DISTRICT 90-11

Les 26-27-28 juin 2009
À l'hôtel Forestel
1001, 3^e avenue est
Val d'Or, Qc.
Participation Al-Anon
THÈME : A.A. Nouvelle vie – Nouveau
Bonheur
Réser. Forestel : 1-800-567-6599
Escale : 1-800-567-6572
Comfort Inn : 1-800-465-6116
Info : congresvaldor-2009@hotmail.com



Est-il trop tard pour envoyer mon article?

Bien sûr que non! Si votre article est reçu un mois avant la date de parution, il paraîtra normalement dans le bulletin suivant. L'Héritage paraît le 1^{er} des mois de février, avril, juin, août, octobre et décembre. Faites parvenir votre article par la poste à l'adresse suivante :

**Bulletin régional, Région Nord-Ouest du Québec (90),
CP361, Saint-Jérôme (Québec) J7Z-5V2**

Ou via le site web de la région : <http://www.aa-quebec.org/region90/>

Pour recevoir L'Héritage chez vous, voici la façon de vous abonner. Vous n'avez qu'à compléter ce coupon et y joindre un chèque ou un mandat à l'ordre de : Région Nord Ouest du Québec (90). Choisissez la période pour laquelle vous désirez être abonné(e).

Nom.....Téléphone...(.....).....

Adresse.....App.

Ville.....Province.....Code Postal.....

Nom du groupe d'attache :..... District

ABONNEMENT:

Individuel pour une période de : 1 an (6\$)...f 2 ans (12\$)...f 3 ans (18\$)...f

Collectif ou de groupe pour 10 exemplaires :

1 an (30\$)...f 2 ans (60\$)...f 3 ans (90\$)...f

Adressez le tout à : **Bulletin régional, Région Nord Ouest du Québec (90) –
CP 361, Saint-Jérôme (Québec) J7Z 5V2**

Si quelqu'un quelque part, tend la main en quête d'aide, je veux que celle des AA soit toujours là. Et de cela, JE SUIS RESPONSABLE.

LISTE DE CONTRÔLE DES TRADITIONS (Suite...)

(Tirée du : A.A. Grapevine)

Ces questions ont été publiées à l'origine dans la revue AA Grapevine, parallèlement à une série d'articles sur les Douze Traditions, dont la publication a débuté en novembre 1969 et s'est poursuivie jusqu'en septembre 1971. Bien que ces questions aient été destinées surtout aux membres, de nombreux groupes des AA les ont déjà utilisées pour élargir leurs discussions de groupe.

METTRE EN PRATIQUE CES PRINCIPES

Neuvième Tradition

- **Comme mouvement, les Alcooliques anonymes ne devraient jamais avoir de structure formelle, mais nous pouvons constituer des conseils ou des comités de service directement responsables envers ceux qu'ils servent.**
1. Est-ce que j'essaie encore de mener dans AA ?
 2. Est-ce que je m'oppose à toute formalité dans AA par crainte de l'autorité ?
 3. Suis-je assez adulte pour comprendre et utiliser tous les éléments du mode de vie des AA – même si personne ne m'y oblige – en me sentant personnellement responsable ?
 4. Est-ce que je fais preuve de patience et d'humilité dans toute fonction que je prends dans AA ?
 5. Suis-je conscient de tous ceux et celles envers qui je suis responsable dans toute tâche AA ?
 6. Pourquoi chaque groupe AA n'a-t-il pas besoin de statuts et règlements ?
 7. Est-ce que j'ai appris à me retirer avec élégance – et pour mon plus grand bien – de toute fonction AA, le moment venu ?
 8. Quel rapport y a-t-il entre la rotation dans les services et l'anonymat ? Quel rapport y a-t-il entre la rotation et l'humilité ?

Dixième Tradition

- **Le mouvement des Alcooliques n'exprime aucune opinion sur des sujets étrangers ; le nom des AA ne devrait donc jamais être mêlé à des controverses publiques.**
1. Est-ce qu'il m'arrive de donner l'impression qu'AA exprime, effectivement, une opinion sur des sujets comme l'Antabuse, les tranquillisants ? les médecins ? les psychiatres ? la religion ? les hôpitaux ? les prisons ? l'alcool ? le gouvernement ? la légalisation de la marijuana ? les vitamines ? Al-Anon ? Alateen ?

2. Suis-je capable de parler honnêtement de mon expérience personnelle sur l'un ou l'autre de ces sujets sans donner l'impression que j'exprime l'opinion d'AA ?
3. Qu'est-ce qui a donné naissance, dans l'histoire d'AA, à la Dixième Tradition ?
4. Ai-je eu le même genre d'expérience, personnellement, dans AA ?
5. Que deviendrait AA sans cette Tradition ? et où serais-je, moi ?
6. Est-ce que je manque à cette Tradition ou à toute autre Tradition qui s'y rapporte, de manière subtile, peut-être inconsciente ?
7. Comment puis-je appliquer l'esprit de cette Tradition dans ma vie personnelle, à l'extérieur d'AA ou à l'intérieur du mouvement ?

Onzième Tradition

- **La politique de nos relations publiques est basée sur l'attrait plutôt que sur la réclame; nous devons toujours garder l'anonymat personnel dans la presse écrite et parlée de même qu'au cinéma.**

LISTE DE CONTRÔLE DES TRADITIONS

1. Est-ce qu'il m'arrive de faire la promotion d'AA de façon si fanatique que le mouvement finit par ne plus avoir l'air si attrayant ?
2. Est-ce que je prends toujours bien soin de garder pour moi les confidences qui m'ont été faites à titre de membre AA ?
3. Est-ce que je fais attention de ne pas répandre les noms de membres AA, même à l'intérieur du mouvement ?
4. Est-ce que j'ai honte d'être un alcoolique rétabli – ou en voie de rétablissement ?
5. À quoi ressemblerait AA, si nous n'étions pas guidés par les principes contenus dans la Onzième Tradition ? Où serais-je moi ?

Douzième Tradition

- **L'anonymat est la base spirituelle de toutes nos Traditions et nous rappelle sans cesse de placer les principes au-dessus des personnalités.**

1. Pourquoi ai-je intérêt à placer le bien-être commun de tous les membres AA au-dessus du rétablissement personnel ? Que m'arriverait-il, à moi, si le mouvement disparaissait ?

2. Si je ne fais pas confiance aux serviteurs actuels d'AA, qui, selon moi, devrait avoir l'autorité de les remettre à leur place ?
3. M'arrive-t-il, dans mes idées ou remarques au sujet d'autres membres, d'exprimer des conditions autres que le désir de rester sobre pour être membre ?
4. Est-ce que j'essaie parfois d'amener un groupe AA à se conformer à mes critères à moi, plutôt qu'aux siens ?
5. Ai-je la responsabilité, personnellement, d'aider un groupe AA à atteindre son but premier ? Quel est mon rôle à moi ?
6. Mon comportement personnel est-il le reflet de la Sixième Tradition ? Ou au contraire, en donne-t-il une fausse impression ?
7. Est-ce que je fais tout mon possible pour soutenir AA financièrement ? À quand remonte la dernière fois ou j'ai, de façon anonyme, abonné quelqu'un à La Vigne ?
8. Est-ce que je me plains du comportement de certains membres AA – surtout celles et ceux qui sont des employés rémunérés d'AA ? Qu'est-ce qui me permet, moi, de me montrer *si* intelligent ?
9. Est-ce que je remplis toutes mes responsabilités AA, de manière à être content de moi, en mon âme et conscience ? Est-ce bien le cas ?
10. Mes paroles reflètent-elles toujours la Dixième Tradition, ou bien est-ce que je donne des armes à ceux qui dénigrent AA ?
11. Devrais-je taire mon appartenance à AA, ou la révéler en privé, quand cela peut aider un autre alcoolique (et donc moi-même) ? Ma manière de vivre AA est-elle attrayante au point d'en donner le goût à d'autres alcooliques ?
12. Quelle est mon importance réelle, à moi, parmi les centaines de milliers d'autres membres AA ?

NE DEMANDEZ PAS CE QUE AA PEUT FAIRE POUR VOUS, MAIS CE QUE VOUS POUVEZ FAIRE POUR AA



L'ORIGINE DU FLAMBEAU ET DU SLOGAN

Voici, en quelques mots, comment a pris naissance l'idée du flambeau et du slogan : ***Transmettons le message/Carry on the torch.*** C'était à l'automne 1969, peu avant le Congrès au Reine Élisabeth, à la période des mises en candidatures pour les différentes fonctions des Services généraux du Québec. Un des candidats sollicités, un plus jeune membre, a demandé conseil à Dave, à savoir s'il ne devrait pas briguer les suffrages et endosser la responsabilité de la présidence. Dave l'encouragea en lui disant, avec tout le sérieux et le calme qu'on lui connaissait «*I think it belongs to the young generation to carry on the torch!* Je pense qu'il appartient à la jeune génération de continuer à **porter le flambeau**».

Peu de temps après, le président et les membres du Comité des services généraux du Québec, adoptèrent la résolution de disposer, dans les locaux des services, une photographie de Dave B., fondateur des AA au Québec, et un flambeau, symbole vivant de la mission à poursuivre.

Joint à cette anecdote, le texte qui suit, tiré d'une publication locale non rééditée, *La littérature, une aide essentielle*, qui illustre bien toute la profondeur du message à transmettre : «...Cette flamme qui brille dans la nuit réchauffe le cœur à cause de la mission qu'elle représente, c'est-à-dire la transmission du message des AA qui a pris naissance un jour à Akron, Ohio, et qui ne doit jamais s'éteindre, dans aucune nuit d'aucun temps. Ce message, s'il est parvenu jusqu'à nous, c'est grâce à l'enthousiasme des membres qui ont bien voulu donner le meilleur d'eux-mêmes en assumant fidèlement et avec un sens profond des responsabilités leur rôle d'instrument. Oui, instruments de paix et messagers d'espoir au service d'âmes effrayées esseulées, errant dans les bas-fonds obscurs de l'alcoolisme. Celles-ci à leur tour reprennent le flambeau dispensateur d'espoir et le remettent entre les mains d'autres qui s'acquitteront de la tâche pour laquelle ils ont été choisis».

Ayons un cœur reconnaissant et souvenons-nous que c'est également le message que Dave nous a laissés.

Bernard R.

Saviez-vous que c'est un ivrogne nommé Mort J. devenu abstinant en 1939, qui après son déménagement à Los Angeles en 1940 a été le premier à lire *Notre Méthode* au début des réunions. Il louait une salle de l'hôtel Cecil à ses frais pour tenir les réunions et il insistait pour lire un extrait du Chapitre 5. !

Référence : Box 459 Vol.34, No 5 octobre-novembre 2001 !



GROUPE DE TRAVAIL DES ARCHIVES

ÉNONCÉ :

Dans notre mouvement, il y a une vérité non démontrable qui dit que «vous ne pouvez pas garder quelque chose à moins de le transmettre à quelqu'un d'autre».

Dès notre entrée dans les AA, nous éprouvons la vérité de cet énoncé quand, tout en restant sobre, nous sentons notre sobriété se raffermir si nous la «transmettons» à un nouveau. (Réf : *Manuel des archives*, page 11)

COMITÉ D'ARCHIVES :

La Conférence des Services généraux de 1998 a approuvé la création de ce comité comme affectation secondaire pour étudier des questions de pratique et d'orientation pour les archives AA. (Réf : *Manuel du Service*, page S57).

En 2001, AA World Services Inc. a publié les lignes de conduite des AA concernant les archives ainsi qu'un manuel des archives pour guider les comités et groupes de travail sur les archives.

TÂCHES PRINCIPALES :

L'une des tâches principales du comité des archives consiste à fixer des paramètres pour la sélection du matériel à collectionner. L'archiviste se guidera sur ces paramètres pour compiler le matériel à archiver, et il n'y aura pas de gaspillage de temps et d'espace à conserver du matériel dépourvu d'intérêt. (Réf : *Manuel des archives*, page 12).

COMITÉ D'ARCHIVES DE NOTRE RÉGION :

Un comité ad hoc d'archives a été formé en 2008, tel que suggéré dans le *Manuel des archives* (page 11) et dans les lignes de conduite; il est composé de cinq membres, soit deux ex-délégués, Donald C., du panel 54, qui remplace Robert P., démissionnaire en janvier 2009 et Lynda B., du panel 56, de Richard B., notre délégué adjoint, de Jules H., ex-RDR du district 90-24 et de l'archiviste.

NOTRE MISSION :

Stimuler l'intérêt des membres lors de congrès et autres activités de la région et trouver une façon de stimuler les membres à prendre connaissance des archives de la région 90.

Déterminer les priorités de présentation des archives de la région.

Faire des recommandations afin de considérer des archives ne concernant pas la région, sur une base de cas par cas.

Préparer un PPS avec 50% dédié à l'histoire de notre région (90) «Les faits marquants de la région» et l'autre 50% dédié à l'histoire de notre Mouvement».

Depuis notre première rencontre, le 9 avril 2008, nous avons eu six rencontres et nous avons présenté pour acceptation le projet du comité ad hoc aux RDR au comité régional du 7 juin 2008. À ce même comité régional et à celui du 2 août 2008, nous avons demandé aux RDR de retourner à la base afin d'avoir l'opinion des membres concernant ce qui les intéresserait aux archives. Certains districts ont consulté leurs consciences de groupes et nous ont fait part de leurs propositions au comité régional du 6 décembre 2008; nous en avons pris connaissances et nous allons en tenir compte à nos prochaines réunions du comité ad hoc des archives.

Je vous remercie de votre écoute
Et je vous souhaite une bonne journée.

Amour et Service
Yvon H.,
Archiviste
Région 90

PENSER MÉDITER PENSER



COIN DES CENTRES DE TRAITEMENTS



Bonjour à tous,

Je me nomme Francine, je suis alcoolique et je suis présidente du Comité des centres de traitement.

Le but du comité des centres de traitement est de coordonner le travail des membres et les groupes des AA qui s'intéressent à la transmission de notre message de rétablissement aux alcooliques dans les centres de traitement et autres milieux non-correctionnels et de mettre en place les moyens de **favoriser le rapprochement** entre l'établissement et le programme des Alcooliques anonymes.

Milieu non correctionnel : Hôpital public ou privé, les CLSC, centres de désintoxication et de réhabilitation, maisons de transition et d'hébergement, car notre but premier est de transmettre le message des AA à l'alcoolique qui souffre encore.

Favoriser le rapprochement : C'est la formation d'un programme de contact temporaire, une personne qui aura fait la demande à sa sortie du centre de traitement sera jumelée temporairement à un ou une membre afin de l'accompagner à sa première réunion AA.

Le programme contact temporaire : Initier le nouveau ou la nouvelle au mouvement AA

- L'accompagner à différentes réunions AA
- Lui présenter des membres
- S'assurer qu'il (elle) a des numéros de téléphone
- Parler de sa propre expérience
- Les dividendes d'avoir un groupe d'attache
- L'importance d'avoir un parrain ou une marraine
- Maximum 3 mois

Critères :

- Sobre depuis au moins 1 an
- Ponctuel
- Bien mis

Notre rôle est d'amener un nouveau ou une nouvelle à devenir un membre AA et à adopter le mode de vie AA. Il est donc important pour le nouveau et la nouvelle qu'il(elle) soient guidé(e) par un gagnant(e).

D'après un sondage en 1998, **plus de 34 %** de nos membres viennent d'un centre de traitement.

Merci de me permettre de vous servir.

Francine M.
Présidente du comité des centres de traitement



Rapport : Communautés Éloignées Gimli, Manitoba– Nov. 28-30, 2008

Le 2 Décembre 2008

Une réunion des représentants des Communautés Éloignées a eu lieu à Gimli, Manitoba les 28-30 Novembre 2008. Les Délégués et membres responsables pour ce Groupe de Travail avaient été invités pour partager leurs expériences sur ce qui se fait dans leurs Régions respectives. La réunion a débuté le vendredi soir avec une participation d'environ 30 membres et de 40-45 le samedi. Présents pour la Région 90 étaient Sylvain L., Délégué, Gilles F., Président, ainsi que le soussigné.

Il y a eu plusieurs présentations de membres des différentes Régions. La plupart des présentations ont été suivies par une période de questions. Plusieurs discussions concernaient l'interprétation du terme « Communautés Éloignées »

NB : Des copies des présentations seront attachées au rapport final de la fin de semaine à une date ultérieure.

Nous avons eu le privilège d'avoir la présence de JoAnne L., Administratrice universelle pour le Canada avec nous. Elle a fait une excellente présentation sur des voyages qu'elle a dû effectuer à travers le monde.

La session de fin de semaine s'est terminée par un vote pris le dimanche pour former un comité ad hoc, dont la responsabilité serait de cueillir les informations disponibles sur les Communautés Éloignées des différentes Régions du Canada et de l'Alaska pour ensuite les placer en ordre chronologique et retourner le tout aux Régions avec suggestions si, oui ou non, il devrait y avoir un comité de direction de formé pour coordonner les activités des Communautés Éloignées au Canada et en Alaska. Ceci dans le but de s'assurer que toutes les Régions aient les informations sur le fonctionnement de ce groupe de travail ici au Canada. Sandy S., de la Région 83, ainsi que Irma, de la Région 79, ont accepté la fonction temporairement et devront faire le rapport pour la Conférence d'Avril 2009.

Les procès verbaux de la fin de semaine seront préparés et envoyés aux participants.

Robert P.,
Membre, Groupe de Travail



REPORT : REMOTE COMMUNITIES GIMLI, MANITOBA – NOV. 28-30, 2008

(TRADUCTION ANGLAISE DU RAPPORT DES COMMUNAUTÉS ÉLOIGNÉES)

December 2, 2008

A Remote Communities meeting was held in Gimli, Manitoba from Nov, 28 to 30th, 2008. Delegates and members of remote communities from across Canada were invited to come and share their experience on what is being done in their respective areas.

Approximately 30 members were present on Friday night and about 40-45 on Saturday.

Representatives for Area 90 were Sylvain L., Delegate, Gilles F., Chair and Bob P., member of the Remote Communities Work Group.

There were presentations from different representatives in different Areas. Most of the presentations were then followed by open question and answers and discussions. The main topic was to clarify the term used for remote communities.

Note: Copies of the reports will be attached to the final report that will be forwarded at a later date.

We were fortunate to have a presentation from the Trustee At Large Canada, on her role in representing our North American Conference in other countries.

The weekend session ended with a vote taken on Sunday morning to form a Focus group whose responsibility would be to gather whatever information is available from the Canadian Areas on remote communities – to place it in a chronological order and return to all the Canadian Areas. The suggestion will be on whether or not, or what Area is in agreement to establish a Canadian Steering Committee group to coordinate whatever information becomes available. This is to ensure that all Areas are aware of what is going in remote communities in Canada. Sandy S. and Irma have accepted this responsibility and will render a report by Conference week in April 2009.

Minutes of the weekend are being prepared and will be sent out when finished.

Bob P.,
Remote Community member.



L'importance du Service pour mon rétablissement personnel !

Bonjour à tous!

Il y a longtemps que je voulais écrire dans le bulletin L'Héritage, mais j'hésitais, je « temporisais » et finalement, je ne passais jamais à l'action! Lors de la réunion du Comité Régional au mois de février dernier, j'ai compris l'importance de vous faire parvenir mon message, le voici donc!

Je m'appelle Manon, je suis alcoolique. Je suis secrétaire au District 90-04 (district des Laurentides) depuis janvier 2008 et j'adore cette tâche. Je travaille fort pour Alcooliques anonymes, mais je ne considère pas ça comme du travail. Ce que je fais, c'est pour être au service d'Alcooliques anonymes, là où on a besoin de moi, là où je sais que je suis la plus utile au Mouvement.

J'ai un parcours un peu chaotique dans AA si je regarde mon rétablissement personnel depuis que j'ai connu le Mouvement en janvier 1990. J'ai adhéré au Mouvement après avoir atteint un bas fond terrible et j'ai aimé Alcooliques anonymes dès mes débuts dans les réunions. J'ai fait deux ans dans le Mouvement et beaucoup de réunions et puis, j'ai fait une rechute « d'un soir » juste pour voir..., mais ce fut horrible!

Le lendemain de cette rechute, en 1992, je repris mon jeton du nouveau et je repartais avec l'espoir que, cette fois, ce serait la bonne. Je me suis impliquée dans les groupes pendant plusieurs années et j'ai fait plusieurs tâches (café, littérature, 12^{ième} étape, secrétaire, animatrice, RSG). Pendant 8 ans, j'avais un groupe d'attache et un réel sentiment d'appartenance au Mouvement.

Dans ma vie personnelle, les choses n'allaient pas bien du tout et j'ai commencé à aller de plus en plus mal. J'ai décidé d'aller faire une thérapie de 3 semaines à la Maisonnée de Laval. Je n'avais pas consommé, mais j'avais la mort dans l'âme. Après ma thérapie, j'ai refait des réunions AA pendant environ 6 mois et j'ai délaissé AA de plus en plus. Je ne trouvais plus ma place dans AA, je ne m'y sentais plus à

l'aise, j'avais perdu « la flamme AA ». Résultat : après 9 ans et demi sans consommer, j'ai fait une rechute monumentale! J'étais tout près de mon gâteau de 10 ans et cette rechute m'a complètement anéantie!

Ensuite, j'ai été « in and out » dans le Mouvement pendant quelques années. Je ne trouvais plus ce sentiment d'appartenance au Mouvement comme je l'avais déjà ressenti plusieurs années auparavant. De janvier à juillet 2004, ce fut un bas fond terrible qui a fait que je me suis mise à genoux et que j'ai demandé de l'aide.

Comment j'ai fait pour retrouver ce fameux sentiment d'appartenance à AA??? En m'impliquant à fond dans les SERVICES! Au début de l'année 2006, après 1 an et 6 mois d'abstinence, le District m'a acceptée en tant que Responsable du sous-comité de l'Information Publique. Je me suis donnée à fond dans cette tâche et j'ai enfin retrouvé « la flamme » d'Alcooliques anonymes. Je me sentais utile au Mouvement, je savais que ce sentiment de servir AA était ce qui manquait à mon rétablissement personnel. J'ai aussi recommencé à faire des réunions AA avec cette même flamme et avec beaucoup d'enthousiasme et d'espoir.

Je me suis ensuite présentée au poste de secrétaire au District 90-04 afin de continuer de servir AA là où on avait le plus besoin de moi. En janvier 2008, j'ai commencé cette tâche qui est ardue, mais combien agréable! Je me sens à l'aise, je me sens utile, je me sens respectée de tous et j'ai des contacts avec une foule de membres AA! Que demander de plus?

Mon rétablissement personnel ne s'en porte que mieux depuis ce temps. Un collègue de travail me faisait mention que j'étais « métamorphosée » depuis quelques années! Je ne croyais pas que c'était si évident! Je me sens mieux, je vais mieux, j'ai atteint un bel équilibre dans tous les domaines de ma vie et je suis abstinente et heureuse! Si Dieu le veut toujours, je prendrai un beau gâteau de 5 ans en juillet 2009!

Si j'ai un message à passer aux membres AA qui croient que les « SERVICES », ce n'est pas pour eux, eh bien, ESSAYEZ pour voir! C'est tellement gratifiant, tellement enrichissant que ça vaut la peine d'essayer!

En tout cas, pour moi, c'est clair, j'ai trouvé ma voie, j'ai trouvé mon chemin, celui de servir AA tant que Dieu me prêtera l'énergie et la santé pour accomplir ce que le Mouvement attend de moi. Je ne suis qu'un humble serviteur et je le fais avec tout mon cœur!

Merci de m'avoir lue et à bientôt!

Manon L., alcoolique
Secrétaire District 90-04, Ste-Agathe-des-Monts



COIN DES CENTRES DE DÉTENTION

La mission du Comité des centres de détention est principalement d'apporter de l'aide et du support aux sous-comités dans les districts par des contacts fréquents et des rencontres régulières.

Lorsque la demande lui est faite par le district, le comité peut :

- aider à former, à réorganiser ou à restructurer un sous-comité des centres de détention;
- Organiser le congrès des centres de détention en formant un comité de congrès;
- Coordonner les contacts avant libération.

Il est suggéré que le président prenne connaissance des propositions de notre région, particulièrement en ce qui concerne les comités de service et le comité des centres de détention.

Le président du comité et son adjoint doivent assister aux assemblées générales, aux réunions du comité régional, aux réunions des présidents de comité et aux réunions du comité des centres de détention.

Le président du comité doit faire un rapport aux comités régionaux et aux réunions des présidents de comité.

La vocation du comité :

Transmettre le message dans les Centres de détention : voilà notre premier but. Le responsable devrait inclure dans le *Manuel des établissements pénitentiaires* **la brochure « AA DANS LES CENTRES DE DÉTENTION »**, afin de les aider dans leurs responsabilités et de mieux éclairer notre conscience de groupe.

RESPONSABLE DU S.C.C.D. ET ADJOINT **

Selon l'expérience des AA, un bon responsable du S.C.C.D. devrait :

1. avoir une vaste expérience dans les services;
2. avoir une abstinence continue de 4 ans et un terme complet de parrain;
3. avoir le temps et l'énergie pour bien servir le S.C.C.D.;
4. organiser et animer des assemblées mensuelles d'échanges de points de vue avec les parrains du S.C.C.D.;
5. assister aux réunions du comité des centres de détention de la région 90 et transmettre les informations reçues aux parrains;
6. présenter un rapport à l'assemblée générale du district à tous les mois sur les activités et les besoins de son sous-comité;
7. s'assurer d'établir et de garder un contact constant avec les représentants sociaux des centres de détention;
8. connaître et utiliser adéquatement l'éthique de la table des R.S.G. (éthique du district et du sous-comité) et les lignes de conduite sur les établissements pénitentiaires;
9. voir au respect des lois et règlements qui régissent les centres de détention par les parrains et les membres qui partagent en ces lieux.

Les références ont été prises dans le Manuel du Service, édition 2006-2007, dans le Manuel des Centres de détention et dans la brochure AA dans les Centres de détention.

Comment servir dans les centres de détention

Pourquoi les AA transmettent le message derrière les murs

De nombreux membres des AA ignorent l'importance du travail des Comités des centres de détention. Ceux qui sont impliqués savent cependant que le travail en centre de détention est l'occasion de transmettre le message des AA à l'alcoolique en prison qui ne veut pas boire, un jour à la fois. On rejoint l'alcoolique qui, autrement, pourrait ne jamais connaître le programme des AA, par l'entremise des comités des centres de détention qui collaborent avec le personnel de ces centres.

Un comité des centres de détention actif est un lien vital avec les différents établissements correctionnels, donnant aux professionnels et aux autres employés de ces établissements de l'information sur les AA, des publications et des lignes de conduite pour former des groupes AA à l'intérieur des murs.

Le premier Comité des centres de détention a été formé en 1977 lorsque le comité des institutions de la Conférence des Services généraux a été dissout et remplacé par deux comités : Centres de détention et Centre de traitement. Des comités locaux de centres de détention ont été établis au fil des ans, la plupart avec la collaboration des intergroupes et des bureaux de service locaux, et dans le cadre de la structure organisationnelle des comités d'institution locaux.

Pour plus d'information, vous pouvez consulter le site web des centres de détention : www.aa-quebec.org/region90

Jean-Claude R.
Président du comité



COIN DE L'INFORMATION PUBLIQUE

Ce que le service m'a donné

À mes premières réunions AA, les vieux membres m'ont dit : « Si tu veux t'en sortir, il va falloir que tu t'impliques ». J'ai accepté ce fait, j'ai pris la tâche de préparer la salle, le café. Comme j'étais un homme très timide, cela m'a permis de rencontrer des membres. Si j'avais eu une semaine difficile, je pouvais en parler et je me sentais enfin libéré d'un gros fardeau. Avec le temps, j'ai pris le poste de secrétaire, animation, rsg adjoint, rsg. J'ai pris goût à servir le groupe. J'ai fait partie du comité des Centres de traitement et, après trois ans, on me demanda de présider le comité. Qu'il est gratifiant de voir un nouveau dans une réunion, de le revoir au bout d'un mois, de voir la transformation qui s'est faite!

Je devais deux fois par année assister aux réunions à la région. Je dois vous avouer que je trouvais cela pénible au début. Avec un esprit ouvert, je suis parvenu à voir la grandeur du Mouvement, l'amour inconditionnel, l'information qui nous est transmise gratuitement.

J'ai pris le poste de responsable du comité des Centres de traitement à la région. Ce qui m'a permis de pratiquer l'humilité, d'avoir confiance en moi, de servir dans l'amour et le respect des autres.

Après avoir assisté à deux forums territoriaux, les partages que nous ont donnés les membres du BSG m'ont permis de vaincre les peurs de ne pas être capable de faire certaines fonctions.

Lorsque l'on m'a approché pour occuper le poste de responsable à l'information publique, je ne pouvais pas refuser, j'ai donc posé ma candidature qui fut entérinée par les RDR.

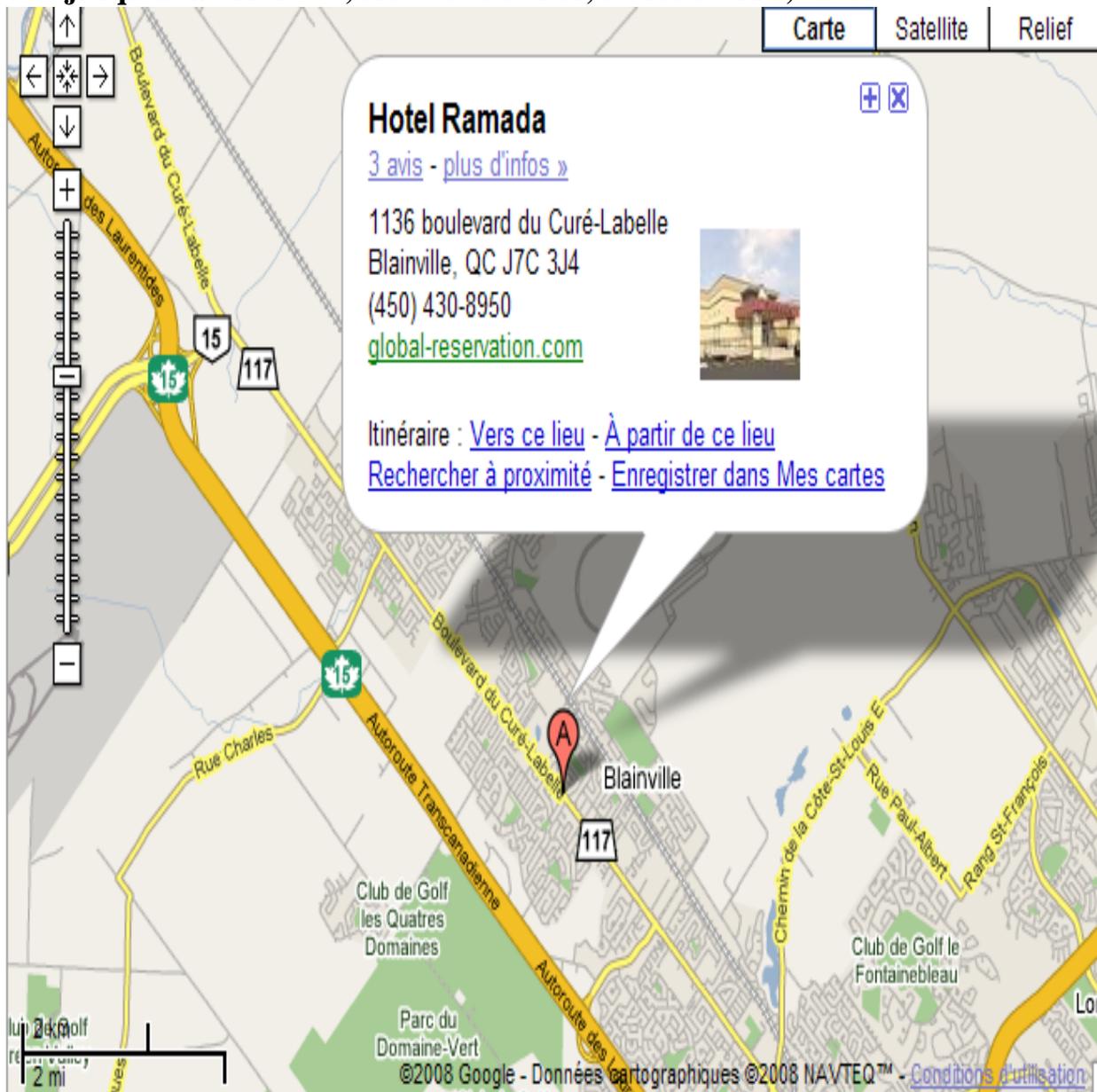
Merci à tous les membres AA de m'avoir accepté tel que je suis, de m'aider dans mes fonctions et de me permettre de servir dans l'amour.

Je ne suis qu'un alcoolique qui transmet le message à un autre alcoolique.

Avec amour et service
Claude D.
PRÉSIDENT DU COMITÉ

CHANGEMENT! CHANGEMENT! CHANGEMENT!

Pour ceux qui viennent du Nord de Saint-Jérôme : continuez sur l'autoroute 15 Sud jusqu'à la sortie 31, tournez à gauche sur la rue Charles, faites environ 1.5 Km jusqu'à la route 117, tournez à droite, direction sud, faites environ 4 Km.



Pour ceux provenant du Sud de Blainville : autoroute 15 Nord, sortie 25, boul. De La Seigneurie O. Tournez à gauche sur la route 117, direction Nord; faites moins de 2 km.

