

L'HÉRITAGE

Bulletin régional vol. 32, no. 2, éd. avril/mai 2012 - Région 90 - Nord-Ouest du Québec

**PARTAGES d'expériences dans les services
DEMANDÉS ... contacter bullreg@aa90.org**



DISTRICTS

Montréal-Nord (90-01)	Les Deux Rives (90-07)	Sainte-Rose (90-13)	Mont-Laurier (90-20)
Centre-Sud Laval (90-02)	Repentigny (90-08)	Duvernay-Terrebonne (90-14)	Sainte-Julienne (90-21)
Joliette (90-03)	Saint-Jérôme (90-09)	Sainte-Thérèse (90-15)	Gatineau (90-22)
Laurentides (90-04)	Nord-Ouest Montréal (90-10)	Laval-Ouest (90-16)	Les Basses Laurentides (90-24)
Ottawa-Hull-Aylmer (90-05)	De La Vérendrye (90-11)	Deux-Montagnes-Oka (90-17)	Les Cimes des Laurentides (90-25)
Abitibi-Témiscamingue (90-06)	Chomedey (90-12)	Charlemagne- (90-18)	De Lanaudière Nord (90-26)
		Le Gardeur-Lachenaie	Nunavik-Nunavut (90-27)

ÉDITORIAL



ans ce numéro, j'ai le privilège de vous présenter des RDR, *représentants de districts* ainsi qu'un RSG, *représentant de groupe*, des partages touchants, tout aussi stimulants à servir dans les **groupes**, les **districts** et avec bien sûr des partages des membres de notre table régionale, servir à la **Région**.

Le printemps se pointe à l'horizon et voilà qu'une nouvelle saison s'annonce. Avec la venue du printemps, les préparatifs se multiplient pour notre délégué. En effet, suite à la journée pré-conférence du mois de mars, et avec la compilation des réponses des membres, le délégué pourra transmettre à la 62^e *Conférence des services généraux*, en avril prochain, la voix de la conscience collective de la Région 90. Dans le prochain numéro, nous aurons le privilège de lire << **ce qu'il a vu, entendu et ressenti** >>.

Je vous invite à m'envoyer vos partages, vos témoignages, votre contribution en tant que serviteurs de groupes, de districts ou à la Région. Vos partages d'expériences contribuent à faire ressortir le bien-être spirituel qu'est le service dans notre association.

*Je remercie tous les collaborateurs qui ont contribué à cette édition,
vos partages sont l'essence même de ce bulletin.
Bonne lecture !*

Kathleen R., présidente
Comité du bulletin **L'HÉRITAGE**



SOMMAIRE

Un gars ben ordinaire	3
Ma vie va mieux ... je vis de très belles expériences	4
Le service ... outil de rétablissement !	5
Avoir des responsabilités dans AA	6
La Table Régionale	7
Comité des besoins spéciaux / accessibilité	11
Une option pour les membres francophones des AA	13
Activités régionales	14
Abonnement au bulletin régional	15
Services offerts	16

Le bulletin **L'HÉRITAGE** est une publication bimestrielle et est publié par le Comité du bulletin régional de la Région 90 en février, avril, juin, août, octobre et décembre de chaque année et ce depuis août 1983.

Sa mission est de promouvoir les services dans Alcooliques Anonymes et de communiquer toutes les informations s'y rattachant, à tous les membres de l'association des AA. Il se veut un outil de communication favorisant des partages d'expériences dans les services afin de mieux comprendre l'importance de l'implication et de la responsabilité de servir.

De plus, une foule de renseignements venant des comités de services, des groupes de travail et du Bureau des services généraux s'y retrouvent afin de stimuler davantage le goût de lire notre littérature et d'être informé des nouveautés de notre association.

UN GARS BEN ORDINAIRE

On dit souvent qu'il n'arrive rien pour rien. La vie se charge de nous le faire comprendre. Mon aventure a débuté le 21 août 2006. Sortant d'un séjour de onze jours à l'hôpital avec une jambe dans le plâtre, j'ai levé les yeux vers un ciel radieux et j'ai dit: Voici le jour un de ma nouvelle vie. Dieu se manifeste souvent par les êtres humains et un ami qui était venu me voir à l'hôpital m'a appelé et suggéré d'aller voir A.A..

On arrive comme on peut et le mardi suivant je faisais ma première réunion. J'ai aimé ça. J'ai eu un bel accueil et déjà j'ai senti que j'étais à ma place. Je venais de trouver une nouvelle famille, celle d'Alcooliques Anonymes.

Rarement avons nous vu faillir à la tâche celui qui s'est engagé à fond dans la même voie que nous. On m'a dit de m'asseoir et d'écouter. J'ai acheté le fait que m'impliquer pouvait être bon pour moi. Et oui, un peu fou peut-être, on m'a confié le café (la plus belle tâche) dans mon groupe d'attache et je l'ai gardé pendant six mois. Sans compter que dans mon village (St-Lin) il y avait trois autres réunions où là aussi je faisais du café.

Après seulement quatre mois d'abstinence on m'a confié la valise du secrétaire (\$\$\$\$) dans le groupe du jeudi et douze mois plus tard je prenais la fonction de RSG dans mon groupe d'attache. De là, j'ai commencé à comprendre ce que voulait dire: l'attrait plutôt que la réclame.

Octobre 2009, mon terme de RSG tire à sa fin et deux membres de la Région sont présents pour animer les élections. Dans un commentaire, je déplore le manque d'implication et eux de me répondre par une question: pourquoi tu ne t'impliques pas au district?

J'ai donc postulé pour le poste de RDRA et on m'a fait confiance. Dix mois plus tard, notre RDR a dû nous quitter et on m'a fait encore confiance pour la remplacer. Mon terme se terminait en décembre dernier et on m'a demandé si je voulais poursuivre. J'ai dit oui, car ce poste est bon pour moi car il me permet d'apprendre à mieux m'affirmer.

En décembre 2010, à Roberval, un membre de Gatineau me demandait pourquoi j'avais pris le poste de RDR dans mon district. De lui répondre: tu sais j'ai de la difficulté à dire NON car AA a sauvé ma vie. Dans ma fonction de RSG je suis allé aux réunions à la Région et j'y ai rencontré des gens différents, passionnés et amoureux du service.

Aujourd'hui je comprends de plus en plus ce qu'est l'Amour du service. C'est la vie avec ses joies et ses déceptions. C'est de parler avec le LANGAGE DU COEUR. D'être fier de soi, du travail accompli et non de se plaindre car vous, mes amis(es) à la Région, m'avez fait comprendre beaucoup de choses. Surtout que les résultats ne nous appartiennent pas. Que servir nous permet de ne pas focaliser sur nos petits problèmes et du fait même de nous tenir loin de notre premier verre. De plus en plus, je dois me référer à la première étape: je suis impuissant devant... mais grâce à vous et à ce que je comprends aujourd'hui, Je ne perdrai pas la maîtrise de ma vie.

J'ai pondu ce texte suite à une promesse faite à notre Présidente à l'Héritage. Après cinq ans je me devais de prêcher l'exemple. Et c'est hier soir au coucher que dans ma tête est apparu le mot ordinaire associé à la chanson de Robert Charlebois que je me suis permis de modifier avec mon langage du cœur.

*Je suis un gars ben ordinaire
Des fois j'ai pu l'goût de rien faire*

*J'aime mon prochain, j'aime mon district
Tout ce que je veux c'est que ça clique
J'me fous pas mal des critiques
Ce sont des membres sympathiques*

*Chus pas un rdr populaire
Je suis rien qu'un gars ben ordinaire
Qui a eu des moments précaires
Et qui maintenant a les deux pieds sur terre*

Amoureux de la vie,

Richard L., RDR District 90-21, Région 90

Ma vie va mieux depuis ... je vis de très belles expériences !

Salut mon nom est Pierre et je suis un alcoolique. Depuis bientôt 13 ans, je fréquente les réunions d'Alcooliques Anonymes et je ne me doutais pas qu'un jour je deviendrais un serviteur.

Tout a commencé en mai 1999, je me suis avoué vaincu par l'alcool, j'étais irresponsable. Ma conjointe ne me faisait plus confiance, depuis longtemps. Le groupe où j'allais m'a tout de suite proposé pour passer la *mop*, quelques mois plus tard on me proposa le poste de président. Devant ma réticence, mon parrain me rassure et me dit que Dieu se manifeste au travers les êtres humains et que si je suis proposé c'est que je suis prêt à accomplir la tâche d'aujourd'hui. Quand je doute encore, je me rappelle les paroles de mon parrain, parce que j'étais responsable on m'a donné le poste de secrétaire, même si je n'avais pas le temps d'abstinence nécessaire, on m'a réélu pour un deuxième mandat parce que j'ai fait une bonne *job*.

Ensuite, je deviens représentant de la Vigne. On m'encourage, pendant ce temps je ne bois pas et regagne confiance en moi.

Je me trouve un meilleur emploi et je deviens représentant de la 12^e Étapes. Je m'implique au travail comme délégué social et santé sécurité, moi qui me foutais de tout, j'essaie de contribuer dans la société et à la maison c'est mieux.

J'accumule les 24 heures, je débute des postes de RSG-adjoint et RSG, mais dû à mon travail je ne peux terminer le terme. Tout ce temps je ne bois pas, mais doucement dû à mon horaire de travail et mes occupations, je ne trouve plus le temps de m'impliquer. Je fais des réunions mais je n'ai plus de groupe d'attache. Le mal-être s'installe doucement, le

manque de jugement, des mauvaises décisions, je fais confiance aux mauvaises personnes, je constate que je dis oui alors que j'aurais dû dire non, à mon gâteau de 10 ans, je me sens vide.

Je prie et demande à Dieu de me guider. Durant six mois ça va mal, je finis par demander à Dieu de me faire signe et j'ai eu un éclair dans mes pensées, je me suis souvenu du temps où je m'impliquais. C'est devenu clair dans ma tête, lorsque j'avais assisté à ma première réunion en 1999 on m'avait proposé pour une tâche et après tout allait bien, je devais revenir à la base et me ré-impliquer dans le mouvement.

On avait besoin d'un RSG et je me suis proposé à la prochaine réunion d'affaires, j'ai été accepté et j'ai replongé dans les réunions de district. Je me suis intéressé à ce qu'on me proposait, j'ai assisté aux réunions de Comité régional, à la journée Pré-conférence, à la journée de Bienvenue.

J'ai été au Rassemblement provincial, ensuite au Forum territorial et j'ai aimé ça.

J'ai vibré à l'intérieur de moi, tous ces gens qui, par amour pour AA s'impliquent et s'occupent de faire fonctionner ces événements, ça m'a inspiré et quand on m'a offert le poste d'adjoint RDR, j'ai dit oui.

Ma vie va mieux depuis, j'ai le sentiment de redonner un peu ce que j'ai reçu à mes débuts et ça fait du bien. Je suis heureux de servir comme RDR. J'ai entendu quelqu'un dans une réunion dire : *“si tu veux avoir ce que t'as jamais eu fait ce que t'as jamais fait”* je peux vous dire que c'est vrai, je vis de très belles expériences et je côtoie et rencontre des personnes extraordinaires.

Merci.

Pierre D., RDR District 90-15, Région 90

Le service.... outil de rétablissement !

Bonjour à tous!

Mon prénom est Mario et je suis un alcoolique! J'arrive tout juste d'une fin de semaine très active au niveau des services : samedi, une assemblée de bienvenue accueillait un peu plus de 250 serviteurs de tous les districts et dimanche, nous avions une réunion régionale réunissant les RDR, présidents de comités ainsi que les membres du bureau, tout ce beau monde ramant dans la même direction pour aider l'alcoolique qui souffre encore!

Lors de sa présence au micro, la responsable du bulletin régional nous demandait d'écrire quelques lignes dans celui-ci pour vous dire l'importance et les répercussions qu'avaient les services sur notre rétablissement.

En reconnaissance pour son propre travail dans l'élaboration de ce bulletin et par gratitude envers le Mouvement... je plonge!!!!

Je suis arrivé chez AA en octobre 1985. J'ai connu mon premier parrain au travail; celui-ci n'avait pas un an de sobriété!

On lui avait dit : « Fais du *meeting* et aide un nouveau. »

Il a bien fait son travail... Tôt à mon arrivée dans mon premier groupe d'attache, il levait la main pour moi lorsque venait le temps de prendre une tâche! J'ai commencé par vider les cendriers (à cette époque, il y avait un écran de fumée devant soi...) , ramasser les chaises et laver le plancher. Étrangement, lors de la réunion d'affaires, plusieurs personnes s'étaient portées volontaires pour ce travail et je me retrouvais souvent seul pour effectuer celui-ci.

Je rageais intérieurement et le ressentiment suintait de chaque pore de ma peau!

Mon parrain me disait de ne pas m'en faire, que j'étais maintenant responsable et que ma sobriété serait plus belle que ceux qui avaient manqué à leur implication. J'apprenais ainsi le sens du devoir et de la gratitude envers ceux et celles qui me donnaient de leur temps et de leur amitié sans rien exiger en retour. Croyez-moi, on devient humble en grattant de la gomme à mâcher et en vidant les cendriers remplis jusqu'à ras-bord!!!

Plus tard, on m'a assigné le café. La veille, j'avais toutes les difficultés à m'endormir parce qu'un manque de confiance en mes moyens me paralysait ! Qu'à cela ne tienne, les membres m'ont affirmé qu'ils n'avaient jamais bu un café comme le mien... Non seulement j'ai encore pris mes responsabilités envers le groupe, mais le contact chaleureux avec ceux et celles qui échangeaient avec moi m'a permis de m'ouvrir aux autres, moi, un grand timide !

Un mois plus tard, je faisais l'accueil lorsque je faisais observer à mon parrain que personne ne venait à moi et que je vivais du rejet. Il me dit de ne pas attendre après les autres et de serrer la main à tous ceux qui étaient dans la salle! Encore une fois, j'ai écouté celui-ci et fait un effort, moi qui n'allais pas instinctivement vers les autres. Imaginez ma surprise lorsque, quelques semaines plus tard, un membre que je ne reconnaissais pas, me dit bonjour avec enthousiasme et s'assoit près de moi pour échanger! Il m'explique alors qu'il était nouveau et que quelques semaines plus tôt il faisait sa première réunion, mort de peur, intimidé et que j'étais le premier membre qu'il lui avait serré la main !

J'en avais des frissons... Il me remerciait chaleureusement pour mon approche d'alors. Mon parrain avait raison : *tu seras quelqu'un pour quelqu'un !*

J'ai tout fait aveuglément ce que ce parrain essayait de me transmettre, à savoir oublier mon égo pour ce que j'appelle aujourd'hui prendre des vacances de moi-même!

Au-delà du message de rétablissement des Douze Étapes, chaque service dans le Mouvement me prépare à vivre adéquatement en société. De plus la confiance en moi ainsi que l'estime de moi-même se sont développés de façon spectaculaire. Ma vie professionnelle a changé, mes patrons me donnant de nouvelles responsabilités ainsi qu'un meilleur salaire. Je peux ainsi faire face à toutes sortes de situations sans faire de crises d'anxiété, parce que chaque occasion de servir le Mouvement m'a donné l'expérience et la force qui me manquaient lors de mon arrivée!

Aujourd'hui, j'ai le privilège de servir mon district à titre de RDR. Ce n'est pas difficile, parce que je travaille avec une équipe extraordinaire qui me remplit d'amour.

Leur support et leur confiance me servent de moteur pour avancer un peu plus à chaque 24 heures! Je ne sais pas où ce périple se terminera, mais une chose est sûre, vous avez fait de moi un meilleur être humain, cela dit en toute humilité !

Merci et que Dieu vous garde!

Mario L, RDR District 90-04, Région 90

#####

AVOIR DES RESPONSABILITÉS DANS AA, C'EST UN PLUS POUR MOI, DE RESTER SOBRE ET ABSTINENT !

Bonjour, je m'appelle Réal, j'ai 57 ans et j'ai pris un gâteau et un jeton de deux ans, au mois de janvier 2012.

Je suis adjoint RSG dans un groupe le samedi soir et j'aime bien, une fois par mois, aller à la réunion des RSG. Je suis responsable pour ouvrir la salle de réunion AA, le samedi soir. Le concierge du groupe me fait confiance. J'ai les clés de la salle avec moi, ça me permet d'avoir confiance en moi et prendre mes responsabilités.

De plus, j'ouvre la salle, je fais le café et je suis polyvalent dans mon groupe du dimanche soir, depuis octobre 2011. Aussi, je suis responsable à l'accueil du nouveau, à ce groupe. Pour moi, accueillir un nouveau ou une nouvelle, un renouveau ou renouvellement, est un cadeau.

Je souhaite à tout le monde de s'impliquer et de trouver le bonheur un jour à la fois !

Réal B., RSG, Région 87

RAPPEL

Date limite pour les annuaires des AA

Les annuaires des AA fournissent des renseignements de contacts pour aider d'autres alcooliques à trouver une réunion dans une ville, qu'ils soient nouveaux ou en voyage.

Lorsqu'un groupe accepte d'être inscrit dans un annuaire, nous avons besoin du nom et du numéro de téléphone d'un contact.

Afin de pouvoir être inscrit dans un des annuaires territoriaux de 2012, les mises à jour des groupes faites par le Fellowship New Vision (FNV) doivent être complétées au plus tard le **11 mai 2012**.

Les mises à jour sur copies papier doivent parvenir au Service des dossiers du BSG au plus tard le **4 mai 2012** pour l'inscription dans un annuaire.

Les mises à jour des coordonnées de vos membres ou de vos groupes sont importantes, vous pouvez remplir les formulaires prévues sur le site web de la région 90, veuillez contacter votre RDR.

LA TABLE RÉGIONALE

Bonjour mes amis A.A.!

La Conférence s'en vient à grands pas, soit du 22 au 28 avril 2012. J'espère que vous avez eu le plaisir de participer à la journée pré-Conférence qui a eu lieu le 10 mars dernier. Pour moi, c'était une première comme délégué. Avec vos commentaires, j'irai représenter la région 90 à la 62e conférence à Rye, New-York. C'est avec votre participation que les Alcooliques anonymes continueront d'avancer et être présents pour les membres à venir.

J'ai hâte de vivre cette expérience de la conférence ; en même temps, j'ai un peu peur de ne pas être à la hauteur. Je sais que Dieu sera là pour m'aider ; je sais aussi que j'ai la confiance de plusieurs d'entre vous, mais le doute est humain. À l'instar des délégués qui m'ont précédé, je suis fier de représenter la région 90, je sais que nous sommes bien appréciés.

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 me souvienne de ce que les ravages de l'alcool ont eu sur moi, mes comportements qui ne sont pas encore corrigés mais en cheminement. Je n'aurais jamais pensé qu'en arrêtant de boire, je pourrais me rendre là où je suis et surtout être heureux.

Ce qui suit est tiré de la brochure Voici les A.A, page 13 : « Comment est-il possible de demeurer abstinents dans une association aussi peu structurée et encadrée ?

La réponse est simple : une fois abstinents, 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 %, 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.
Délégué panel 62, Région 90
del@aa90.org

#####

Bonjour à tous,

Dans quelques semaines, le délégué de la Région 90 participera à la 62ième Conférence des Services généraux. Au mois d'octobre prochain, nous aurons le rapport final de cette semaine et surtout des décisions, des rapports financiers, des rapports des comités de la Conférence. Comment se rend une demande d'un membre, d'un groupe à cette rencontre annuelle ?

La demande peut venir d'un membre qui apporte son point à son groupe lors d'une réunion d'affaire. Si les membres du groupe pensent que cette demande devrait faire l'objet d'une étude à la Conférence, le représentant auprès des Services généraux (RSG) apporte le point à sa réunion de district pour en discuter avec les autres RSG du district.

Si les RSG du district pensent que cette demande devrait faire l'objet d'une étude à la Conférence, le représentant du district auprès de la région (RDR) apporte le point à sa réunion du comité régional pour en discuter avec les autres RDR de la région.

Si les RDR de la région pensent que cette demande devrait faire l'objet d'une étude à la Conférence, le délégué apporte cette demande au comité de l'agenda de la Conférence.

Si cette demande est retenue, elle est apportée à la Conférence des Services généraux et les délégués en discutent. Ensuite, lorsqu'une décision est prise, le résultat de la décision fait le chemin contraire pour revenir jusqu'au membre.

Il y a 93 délégués à la Conférence qui représentent les 93 Régions des États-Unis et du Canada. Au Québec, nous avons quatre Régions : la région 87, Sud-ouest du Québec, la région 88, Sud-est du Québec, la région 89, Nord-est du Québec et la Région 90, Nord-ouest du Québec. Pour notre Région, nous avons 24 districts, six comités, quatre groupes de travail et six membres du bureau. Tous ces membres impliqués à ces tâches sont bénévoles, ils servent les membres pour aider le Mouvement à se faire connaître par ceux qui n'ont pas la chance de nous connaître encore. Ils sont là aussi pour protéger notre triple héritage que les deux fondateurs du mouvement nous ont légués, soient le Rétablissement, le Service et l'Unité.

Lors de l'Assemblée générale du 12 mai prochain, le délégué nous fera le rapport de la 62ième Conférence auquel il aura participé en tant que représentant de la Région 90. Il sera les yeux, les oreilles et la voix de tous les membres de la Région à cette rencontre annuelle. J'espère que ma brève explication vous aidera à comprendre un peu plus la structure du Mouvement et surtout l'importance de votre participation dans tout ce processus.

N'oubliez pas que tous ces responsables et les membres du comité régional de la Région sont là pour vous, pour vous aider, pour vous soutenir et pour vous servir ; donc n'ayez jamais peur de nous déranger en faisant appel à nous.

Merci à tous de votre présence et de votre implication dans les nombreuses salles de réunion à travers la Région pour accueillir l'alcoolique qui souffre encore.

L'Anonymat : notre responsabilité spirituelle à l'ère numérique.

Luc T.
Délégué-adjoint, Région 90

#####

Bonjour à vous tous, membres de notre merveilleuse région !

N'est-ce pas extraordinaire de faire partie de cette grande association qu'est Alcooliques anonymes ? Tous ces moments précieux que je peux vivre en votre présence! Je prends un moment de recul afin de savourer avec vous ces instants vécus lors de cette journée du 4 février, soit celle de « La Bienvenue ».

Bienvenue à vous tous, membres qui œuvrent dans différents services : Groupe, District et Région. Je vois au-travers mes lunettes d'observatrice, tous les gens en arrière-plan qui ont préparé de près ou de loin cette journée spéciale.

Je n'ai que de la gratitude pour tous les gens qui nous ont aidés à préparer le café, les gens au niveau de l'inscription... les tables et chaises placées bien avant que la journée débute :

- Tous les responsables de nos comités régionaux : Information Publique, Centre de Détention/, Comité du Traitement-Besoins Spéciaux-Accessibilité, Bulletin l'Héritage/, Publications, La Vigne AA, ainsi que les responsables des groupes de travail : Site Web, Archives, Communautés Éloignées, Session d'Information, étaient là afin de répondre aux personnes qui demandaient des renseignements au sujet de leurs tâches respectives.

Ainsi que les membres du bureau régional : délégué, délégué-adjoint, président, vice-président, secrétaire, trésorier.

- Ces jeunes et plus vieux membres qui ont pris la peine de se déplacer par un beau samedi dans le but de voir ce que notre région a à nous offrir.

J'ai adoré entendre les responsables de comité et groupes de travail. J'ai un peu plus appris en ce qui a trait à leur rôle au sein de notre région. Parfois, lorsque, dans un groupe, le RSG ou RSGA parle de « la Région », on ne comprend pas toujours ce qu'il essaie de dire.

Également lorsque les RDR/RDRA sont venus nous démystifier leur district... « C'est quoi un district ? » J'ai un peu plus compris au-travers ces personnes leurs responsabilités, leurs groupes, leurs territoires, leurs sous-comités. Aussi, j'ai été fascinée par la présentation du congrès l'qualuit.

Également, j'ai aimé entendre Donald C., administrateur de l'est du Canada, nous renseigner sur l'ensemble de notre fraternité.

En ce mois d'avril, notre délégué, Gilles F., s'envolera à New-York soit au Bureau des Services généraux pour la 62ième Conférence, afin de nous représenter nous, membres de la région 90. Merci à tous ceux et celles qui prennent notre région à cœur.

En bout de ligne tout cela dans le but d'aider l'alcoolique qui arrive ou nous arrivera sous peu. Merci de faire partie de ma vie!

Lise V.
Secrétaire, Région 90
secr@aa90.org

#####

Bonjour à tous,

La température s'adoucit, le soleil réchauffe, le nouveau arrive pour son premier *meeting*.

L'expérience démontre que plusieurs nouveaux arrivent à notre Mouvement le printemps, surtout après une longue période d'isolation hivernale.

En tant que membres, groupes, sommes nous prêts à les recevoir ? Nous allons probablement tous dire « Oui », moi inclus. Les questions que je demande souvent : sommes-nous vraiment prêts pour accueillir ce nouveau, cette nouvelle ?

Allons-nous l'accueillir avec une poignée de main ? Allons-nous prendre le temps de lui demander si il ou elle est nouveau, nouvelle, même avant qu'il ou elle prenne ou ne prenne pas son enveloppe du nouveau ?

Sommes-nous prêts à nous asseoir avec ces nouveaux et nouvelles avant, pendant et après la réunion, pour leur expliquer un peu le déroulement de la réunion, leur offrir de prendre un café avec lui ou elle après la réunion ? Leur offrir son numéro de téléphone ou même demander leur numéro afin de les appeler pour voir si il ou elle va bien et peut-être même offrir de les rencontrer à une deuxième ou troisième réunion ?

Bill W a écrit : « Tous les membres, ou presque, déclarent qu'ils n'ont jamais connu de satisfaction plus profonde ni de joie plus grande que par la douzième Étape bien faite. »

Réf. *Les Douze Étapes et les Douze Traditions*, page 125.

Plusieurs groupes ont un ou une membre qui nommé à la 12^e Étape, mais comme membres, nous avons tous une responsabilité envers cette 12^e Étape.

Amour et Service

Michael C.
Président, Région 90
pres@aa90.org

LA TABLE RÉGIONALE (suite)

Bonjour cher(s) membres,

Mon nom est Éric P. et je suis membre des Alcooliques anonymes. J'ai le privilège de vous servir comme vice-président de la Région 90, Nord-Ouest du Québec et de cela, je suis responsable.

Dans un premier temps, j'aimerais remercier chaque membre qui a assisté à l'Assemblée de bienvenue qui s'est tenue en février dernier. Grâce à votre présence et votre implication, cette journée a été une journée exceptionnelle avec beaucoup de spiritualité. Je vous remercie énormément!

Puis également, on a eu le privilège d'entendre de la part de chaque R.D.R de merveilleuses présentations de leur District respectif, accompagnés de tous ces membres qui les appuyaient avec tant d'enthousiasme. Vraiment, c'est une énergie qu'il faut vivre! Mais pour ma part, cela m'a vraiment permis d'en apprendre davantage sur chacun d'eux et de situer mieux chacun de nos Districts que couvre notre belle et grande Région. Félicitations à chaque R.D.R. Cela m'a vraiment bien apporté.

J'ai également apprécié apprendre sur chaque Comité de la région 90, le beau travail qu'ils accomplissent et les idées qu'ils ont pour transmettre le message d'Alcooliques anonymes. Vraiment merveilleux !

Je suis personnellement toujours très content de voir de nouveaux serviteurs de confiance qui assistent pour la première fois à ces Assemblées, de les voir par la suite dans leur groupe d'attache respectif et de les entendre avec si d'enthousiasme transmettre le message qu'il on reçu. Je vous remercie d'être là et de prendre la responsabilité de votre fonction à cœur. Merci également aux serviteurs d'expérience d'être là et d'être encore présents pour transmettre leur savoir.

On a aussi eu la chance d'avoir une allocution de notre Administrateur territorial de l'Est du Canada, Donald C. Félicitations pour ton travail exceptionnel et fabuleux ! Merci d'apporter toute ton expérience inestimable. Car c'est bien ce qui est mentionné dans le *Manuel de service* à la page S-65 :« ...Les Administrateurs territoriaux apportent aux discussions du Conseil un point de vue inestimable émanant de leur territoire. » Merci, Donald, d'être là.

Puis naturellement lorsque vous recevrez et lirez cette parution de notre merveilleux Bulletin l'Héritage, la journée pré-Conférence sera aussi passée. Je remercie chaque membre d'avoir pris la peine de se déplacer et ce, pour préparer notre Délégué, Gilles F., pour la 62^{ième} Conférence des Service généraux à porter la voix de la Conscience de la Région 90. Il sera très prêt à participer à la Conférence et grâce à votre présence et votre appui, il sera en mesure de mieux agir en notre nom, nous, chaque membre des Alcooliques de l'ensemble de notre belle Région 90.

Je vous invite tous, les membres des Alcooliques anonymes de la Région 90, Nord-Ouest du Québec, à assister à l'assemblée générale du 12 mai prochain pour le retour du Délégué et le rapport de la 62^{ième} Conférence des Services généraux. Nous aurons alors la chance de vivre ce qu'il a vu, entendu et ressenti durant la semaine de la Conférence. Grâce à cette journée, cela nous donne la chance de vivre une partie de la Conférence et de vivre de très belles émotions.

En terminant, je tiens à remercier chaque membre des Districts de la Région 90 qui nous accueillent dans leur réunion de Service. C'est toujours merveilleux de voir tant de travail, de temps et d'efforts qui se font du Nord et je dirais très Nord, dans notre cas, au Sud pour transmettre le message d'Alcooliques anonymes.

Merci à tous ces membres et tous beaucoup d'amis(es) pour votre amour pour A.A. Dans le *Manuel du Service*, page S-1, Bill W. cite : « Notre Douzième Étape – la transmission du message – constitue le service de base que rend l'association des A.A : c'est là notre objectif premier et notre principale raison d'être. Il y a donc plus, chez les A.A, qu'un ensemble de principes; il s'agit d'une association d'alcooliques engagés dans l'action.

Nous devons transmettre le message si nous ne voulons pas déperir nous-mêmes ni laisser mourir ceux qui n'ont pas connu la vérité. »

Alors je vous dis le bonjour et au plaisir de te lire dans un prochain numéro ou de te voir dans une réunion de Service.

Je suis responsable...

Si quelqu'un, quelque part, tend la main en quête d'aide, je veux que celle des A.A soit toujours là... et de cela, je suis responsable.

Amour et Service
Eric P.
Vice-président, Région 90

#####

Comité des besoins spéciaux/accessibilité

Ligne de conduite des AA au service des alcooliques ayant des besoins spéciaux

Les lignes de conduite sont le fruit de l'expérience de membres des AA engagés dans divers domaines de services des AA. Elles traduisent également l'orientation donnée par les Douze Traditions et la Conférence des Services généraux des États-Unis et du Canada. Conformément à notre Tradition d'autonomie, sauf sur les sujets affectant d'autres groupes ou le mouvement des AA dans son ensemble, la plupart des décisions sont prises par la conscience de groupe des membres concernés. Ces Lignes de conduite ont pour objectif de vous aider à atteindre une conscience de groupe éclairée.

Bien qu'il n'y ait pas de membres spéciaux chez les AA, plusieurs ont des besoins spéciaux. Dans les présentes lignes de conduite, sont considérés comme des membres ayant des besoins spéciaux les personnes aveugles ou malvoyantes, les personnes sourdes ou malentendantes, les personnes affectées de maladie chronique ou qui doivent garder le lit, les personnes présentant une maladie du développement et de nombreuses autres qui souffrent de handicaps moins visibles.

Les comités des besoins spéciaux/accessibilité

Certaines entités des AA tentent de répondre à ces besoins par la formation de comités des besoins spéciaux-accessibilité. Puisque l'objectif est de rendre le mouvement accessible, certains de ces comités s'appellent « comités d'accessibilité ». Dans certaines régions, ils prennent un nom qui tient compte du besoin particulier auquel ils s'adressent, par exemple « comité des malentendants ». Quand un groupe des AA compte un ou plusieurs membres ayant des besoins spéciaux (par exemple, des gens qui ont besoin d'un interprète en langage des signes ou d'un accès pour les fauteuils roulants, ou qui souffrent d'une maladie les empêchant de se rendre aux réunions), les membres du groupe tentent de voir à ce que ces besoins soient satisfaits. Les membres d'un comité des besoins spéciaux rechercheront, mettront au point et offriront des solutions qui rendent le message des AA et la participation à notre programme accessibles à quiconque tend la main. Le membre du personnel du BSG affecté aux Besoins spéciaux est disponible comme ressource et communique avec les Comités locaux des besoins spéciaux.

Pour favoriser la communication et la collaboration, on incite les Comités des Besoins spéciaux à informer leurs comités régionaux et leurs bureaux centraux/intergroupes de leurs activités. Il est aussi utile de travailler en étroite collaboration avec les comités qui s'occupent de l'Information publique et de la Collaboration avec les milieux professionnels afin de tenir informé le public et les agences concernées sur l'accessibilité des AA pour les alcooliques avec des besoins spéciaux.

Se procurer la documentation des AA pour les besoins spéciaux

La dernière section du catalogue des publications approuvées par la Conférence et autre documentation de service liste un grand éventail de publications et de matériel audiovisuel pour les alcooliques avec des besoins spéciaux. Pour les aveugles et les malvoyants, il y a des publications de rétablissement en Braille et en gros caractères, et aussi des cassettes audio et des CD. *Alcoholics Anonymous* et *Twelve Steps and Twelve Traditions* sont disponibles en langue des signes américains (ASL), sur DVD pour les sourds et les malentendants.

Publications faciles à lire

Certains alcooliques sont incapables de tirer profit de toutes les ressources d'aide et d'information que procurent les publications des AA. Si vous constatez chez un membre une difficulté de lecture, il existe différentes façons de lui venir en aide de façon discrète. Par exemple, quand la personne responsable des publications de votre groupe énumère les livres et brochures disponibles à la réunion, elle peut aussi mentionner les nombreux livres, brochures et articles de la revue *Grapevine* disponibles en format audio. Ou encore, si vous soupçonnez la présence d'un membre ayant des difficultés de lecture, vous pouvez organiser votre réunion sur les Étapes ou les Traditions, de manière à lire les Étapes ou les Traditions à voix haute au début de la réunion, ce qui profite à tout le monde !

Les services et la documentation pouvant aider des membres qui éprouvent des difficultés de lecture comprennent des CD et des DVD ; des publications illustrées, faciles à lire, telles que *Les AA sont-ils pour moi ?*, *Les Douze Étapes illustrées*, *Trop jeune ?*, *Jean... face à son problème*, *L'histoire de Nicole* et *Ça vaut mieux que de poireauter en prison*.

Directives générales pour accommoder tous les besoins spéciaux

Le respect de la dignité d'autrui doit être à la base de toutes les initiatives visant à transmettre le message aux alcooliques ayant des besoins spéciaux. L'accent sera alors mis sur ce que nous avons en commun plutôt que sur ce qui nous distingue. « Je ne suis qu'un alcoolique, commente un membre sourd, comme tous ceux qui sont ici.

Comme vous, j'éprouve le besoin d'être 'un travailleur parmi les travailleurs' et je ne tiens pas à être traité à part. Tout ce que je demande, c'est d'avoir accès au programme des AA ; je trouverai bien moyen de le mettre en pratique. »

Notre but est d'inclure tous les alcooliques dans la merveilleuse expérience d'appartenir à un groupe et de profiter de tous les avantages d'être membres.

Au-delà de l'aide que vous pouvez apporter dans votre groupe ou comité, vous pouvez aussi informer d'autres membres sur la possibilité de transmettre le message aux alcooliques ayant des besoins spéciaux au moyen d'ateliers et de présentation dans les rencontres AA, comme les assemblées régionales, les congrès, les conférences, les rassemblements et les Forums territoriaux.

Résumé

On peut lire, dans le Gros Livre : « Nous sommes des gens qui normalement, ne nous fréquenterions pas », ce qui est particulièrement vrai quand quelqu'un est un peu « différent » des autres. Mais il est extrêmement gratifiant de pouvoir rendre ce genre de service à un autre alcoolique ! La fraternité dans le groupe s'en trouve renforcée, la personne concernée est incluse dans les activités du groupe et considérée comme un membre à part entière, et chacun y gagne en sobriété. Quand nous nous retrouvons face à une personne ayant des besoins spéciaux, nous ferions bien de nous rappeler que : « 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. » N'hésitez pas à faire part au Bureau des Services généraux de vos expériences et de vos succès dans la transmission du message de rétablissement des AA aux alcooliques qu'un handicap particulier empêche de recevoir ce message. Le BSG, quant à lui, est prêt à partager votre expérience avec tout membre des AA cherchant à rejoindre les alcooliques ayant des besoins spéciaux.

Pour lire l'intégralité des lignes de conduite des AA au service des alcooliques ayant des besoins spéciaux :

http://aa.org/lang/fr/fr_pdfs/fmg-16_servingalcoholics.pdf

Une option pour les membres francophones des AA

Le groupe audio des AA francophones sur Internet, Vivre sans alcool, vient de marquer son cinquième anniversaire en ligne en février. Le groupe compte présentement plus de 70 membres francophones des AA d'une douzaine de pays dont la Belgique, le Canada, le Maroc, le Brésil, l'Inde, l'Australie et les États-Unis.

André L., de Québec, cofondateur du groupe, nous dit : « Les réunions en ligne sont un bon complément aux réunions des AA, mais elles ne remplacent pas une poignée de main, un sourire ou une étreinte. Nous ne cherchons pas à remplacer les réunions face à face, nous voulons simplement apporter plus d'aide, d'une façon différente avec des outils différents. »

La croissance de ce groupe a été régulière, mais a pris du temps. André a d'abord soumis l'idée d'incorporer l'Internet aux Services des AA au Forum territorial d'Alma, Québec, en 1995. En 1999, retenu à la maison par la maladie, il a découvert Voice Online Meetings. Bien qu'il y ait plusieurs réunions en anglais chaque jour, il n'y avait qu'une seule réunion en français par semaine et cette réunion a cessé d'exister en 2003.

En février 2006, André et un membre belge, Philippe W., ont lancé le groupe en ligne « Vivre sans alcool », et la page d'accueil du site Web du groupe a été créée le mois suivant, quand le groupe s'est aussi inscrit auprès du *Online Intergroup of A.A. (OIAA)* en tant que membre sans droit de vote de la section des réunions audio.

Au moment de son premier anniversaire, le groupe comptait 10 membres participants en ligne. À mesure que le groupe grandissait, la technologie

évoluait aussi et l'on a créé un « Salon Québec » sur « Paltalk » qui offrait une lecture en ligne ininterrompue des traductions françaises du Gros Livre et du Douze et Douze. Ceci a suscité des messages de plusieurs membres des AA du monde entier qui voulaient que leurs messages parlés soient retransmis en ligne.

En octobre 2007, le site Web officiel des AA en Belgique francophone a offert à Vivre sans alcool de mettre un lien sur son site pour attirer encore plus de monde. En décembre de cette année-là, on a installé un compteur sur le site Web du groupe ; au mois de juin suivant, on a pu établir que le site Web avait été visité par 2412 personnes différentes.

Le groupe a poursuivi sa croissance et en 2008, il a marqué son deuxième anniversaire avec dix membres ; en mai, on a ouvert deux autres réunions, les mardis et jeudis à 7h 30, heure normale de l'Est. Au moment du troisième anniversaire, il y avait vingt membres. En 2009, le trésorier a ouvert un compte Paypal au nom du groupe pour permettre de pratiquer la Septième Tradition.

En septembre 2009, la région 89, Nord-est du Québec, a confirmé qu'elle hébergerait le site Web du groupe en ligne et, depuis décembre de la même année, le groupe Vivre sans alcool a un représentant au *Online Intergroup of A.A.*

On peut rejoindre le site Web du groupe au :

<http://aa89.org/vivresansalcool/>

ACTIVITÉS RÉGIONALES 2012

6 avril à 19h - Présidents de comité / Groupes de travail / Membres du bureau / RDR, RDRL et autres invités.
282, rue de Villemure St-Jérôme

7 avril à 9h - Comité régional / Comités parallèles - Détention et Information publique
École Mère Térésa
2323 boulevard Daniel-Johnson, Laval

22 au 28 avril
62^e Conférence des services généraux à Rye, New-York

12 mai à 9h - Assemblée générale
Rapport de la Conférence
École Mère Térésa
2323 boulevard Daniel-Johnson, Laval

26 mai à 9h – Rassemblement Provincial
Région hôte 87
École secondaire le Carrefour
123, chemin du Petit-Bois,
Varenes, J3X 1P7

2 juin de 8h30 à 24h
Journée de Gratitude 90-01 Montréal-Nord
Centre des Loisirs de Montréal-Nord,
11 121, rue Salk, angle Charleroi, H1G 4Y3

2 juin à 9h – Comité régional / Comités parallèles – Publications et Traitement BSA
École Mère Térésa
2323 boulevard Daniel-Johnson, Laval

9 juin à 8h
34^e Congrès de Laval et banlieue
École Mère Térésa
2323 boulevard Daniel-Johnson, Laval

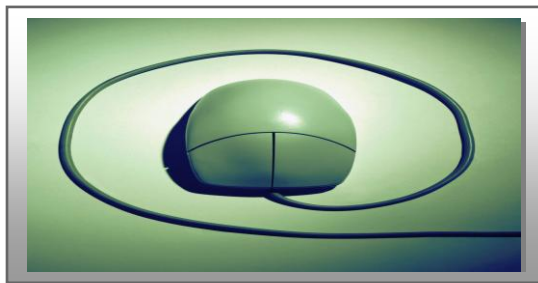
15 juin de 19h à 23h / 16 juin de 9h à 23h
Congrès de Joliette & Lanaudière
Districts 90-03 & 90-26
École Thérèse Martin
916. rue Ladouceur. Joliette J6E 3W7

16 juin de 9h30
Journée de Gratitude 90-24
Les Basses Laurentides
Chalet du Lac Bellevue
425 rue Gascon, Ste-Sophie J5J 2C4

22-23-24 juin 2012 - [34^e Congrès AA](#)
[District 90-11 La Vérendrye](#)
Polyvalente La Concorde
951 10^{ième} avenue, Senneterre J0Y 2M0

6 au 8 juillet à 9h - [Forum Territorial](#)
Holiday Inn & Suites, St. Catherine
Conference Center, St. Catherine's, Ontario
[Pour des informations sur les forums territoriaux](#)

Liens vers des sites d'Alcooliques Anonymes



Site provincial : www.aa-quebec.org

Site de la Région 90 : www.aa-quebec.org/region90

Site de la Région 89 : www.aa-quebec.org/region89

Site de la Région 88 : www.aa-quebec.org/region88

Site de la Région 87 : www.aa-quebec.org/region87

Bureau des services généraux : www.aa.org

Site des AA de la France : <http://www.alcooliques-anonymes.fr/aafrance/>

L'HÉRITAGE

BULLETIN RÉGIONAL DE LA RÉGION NORD-OUEST DU QUÉBEC (90)

FORMULAIRE D'ABONNEMENT

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 :		Prénom :	
Adresse :			
App. :		Ville :	
Province :		Code Postal :	
Téléphone :		Courriel :	
Nom du groupe :		District :	90-
Type d'abonnement			
INDIVIDUEL:		COLLECTIF ou de GROUPE, pour 10 exemplaires :	
1 an - 6\$		1 an - 30\$	
2 ans - 12\$		2 ans - 60\$	
3 ans - 18\$		3 ans - 90\$	
<u>Adressez le tout à :</u>	Bulletin régional / Région Nord Ouest du Québec (90) CP 361, Saint-Jérôme (Québec) J7Z 5V2		

BULLETIN L'HÉRITAGE : 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 a 6 parutions. Il 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) C.P. 361, Saint-Jérôme (Québec) J7Z 5V2

Ou via le site web de la région : www.aa90.org



Services offerts par la Région disponibles pour vos districts

Le RSG : un poste clé chez les AA. -

Cette séance d'information s'adresse à toutes les personnes qui ont accepté une fonction de RSG, de RSGA ou qui pensent le faire. Elle s'adresse également à tout membre AA intéressé par les services chez Alcooliques anonymes.



Le groupe des AA... là où tout commence. -

[Fonctionnement et formation d'un groupe]

Cette séance d'information s'adresse à toute personne qui est membre AA et qui est intéressée par le fonctionnement du groupe dans l'esprit d'Alcooliques anonymes.



Les Douze Traditions – Synthèse de l'Expérience des A.A.

« Nos traditions sont des guides vers de meilleurs façons de travailler et de vivre » Bill W.



Les Douze Concepts des services mondiaux...

Cette séance d'information nous aide à mieux comprendre le fonctionnement et la structure d'Alcooliques anonymes.



Les finances ! Où va l'argent ?

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.



Session d'information.

La mission est de faire connaître la structure A.A. 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 5^e tradition.



Pour plus d'information, contacter le président de la Région 90
Courriel : pres@aa90.org