

# *L'Héritage*

*Joyeux temps des fêtes  
Heureux, joyeux et libre!*



|                             |                 |  |                 |
|-----------------------------|-----------------|--|-----------------|
| <b>Editorial</b>            | <b>p. 2</b>     | <b>RDR 90-21</b>                             | <b>p. 18-19</b> |
| <b>Président</b>            | <b>p. 3à5</b>   | <b>RDR 90-13</b>                             | <b>p. 19-20</b> |
| <b>Délégué-adjoint</b>      | <b>p. 5-6</b>   | <b>RDR 90-05</b>                             | <b>p. 20-21</b> |
| <b>Vice-président</b>       | <b>p. 7</b>     | <b>RDRA 90-03</b>                            | <b>P. 21à24</b> |
| <b>Trésorier</b>            | <b>p. 8-9</b>   | <b>Trésorière 90-22</b>                      | <b>p. 25à29</b> |
| <b>Secrétaire</b>           | <b>p. 9-10</b>  | <b>RDRA 90-13</b>                            | <b>p. 30</b>    |
| <b>Jacline S. 90-16</b>     | <b>p. 10</b>    | <b>Saviez-vous que...</b>                    | <b>p. 31</b>    |
| <b>Information Publique</b> | <b>p. 11-12</b> | <b>Activités de la Région</b>                | <b>p. 32</b>    |
| <b>Publications</b>         | <b>p. 13-14</b> | <b>ASTECAA</b>                               | <b>p. 33</b>    |
| <b>Nancy S. 90-21</b>       | <b>p. 14-15</b> | <b>Lettre de Michele G.</b>                  | <b>p. 34</b>    |
| <b>La Vigne</b>             | <b>p. 15-16</b> | <b>12 recettes de sobriété<br/>pour Noël</b> | <b>p. 35</b>    |
| <b>Centres de détention</b> | <b>p. 16-17</b> | <b>Services offerts Région</b>               | <b>p. 36</b>    |



Bonjour, mes amis (es) AA, mon nom est Luc S. et je suis un alcoolique.

Dans cette édition, vous lirez tout d'abord, le mot de bienvenue que notre président de la Région nous a livré lors de l'assemblée générale, du 20 octobre dernier, devant plus de 160 membres. Cette journée-là, Michèle Grinberg, la présidente des Services généraux, Administratrice classe A, non-alcoolique, nous a décrit le cheminement complet de son vécu très intéressant et émouvant à la fois. Son allocution a duré une bonne trentaine de minutes, a été édifiante, à cause de ses relèvements, tout au long de sa vie. Je suis toujours surpris d'entendre des témoignages de serviteurs AA non alcooliques. Ils et elles sont tellement reconnaissants (es) envers AA, que nous sommes plus motivés encore à servir notre mouvement, et ce, du mieux que l'on peut.

Ce mois-ci plusieurs articles racontent les bienfaits du Forum de L'Est du Canada, qui s'est déroulé à Victoriaville, avec une douzaine de personnes, du Bureau des Services Généraux de New York. Un échange très stimulant entre

les membres de groupe et le personnel du BSG. Il y a eu des périodes de questions, tout au long de la fin de semaine, et qui nous ont éclairées, sur certains problèmes que vivent des groupes, et les gens du BSG ont répondu avec transparence.

Les services AA nous apprennent à devenir des gens reconnaissants, remplis de joie. Nous devenons de plus en plus heureux et nous sommes capables, d'aider les serviteurs qui commencent à découvrir la grandeur des Alcooliques Anonymes.

Je profite de l'occasion pour vous souhaiter un joyeux temps des Fêtes, qui remplira vos cœurs de joie et de paix une journée à la fois !

Luc S.

Président du bulletin L'Héritage





## Président

### **Mot de bienvenue du président à l'assemblée générale du 20 octobre 2018.**

Bonjour à tous, membres, amis, serviteurs et futurs serviteurs de la région 90. Mon nom est Sylvain L., et je suis un alcoolique et j'ai la responsabilité de vous servir comme président de la Région.

De l'est à l'ouest, de Berthier à l'Ontario, du nord au sud de l'autoroute 40 au Nunavut, la région 90 demeure la région avec la plus grande étendue de territoire à couvrir de toute notre conférence.

En mon nom, celui des membres du bureau et de tous les responsables de comité et de groupes de travail, nous tenons à vous dire merci, merci d'être présents malgré la distance, merci pour votre temps, merci de participer à cette assemblée générale, qui est en fait, une extraordinaire activité de 12<sup>e</sup> Étape.....S'informer pour mieux servir.

Mes amis (es), souhaitons que cette journée soit à la hauteur de vos attentes et qu'elle puisse faire vibrer en vous ce sentiment d'appartenance et d'unité. Que cette journée vous permette de voir plus grand que votre groupe et votre district. Chers (es) amis (es), nous vous souhaitons le plus beau des voyages, à bord de cette magnifique machine, que l'on appelle le Service. Aujourd'hui, nous vous souhaitons des découvertes et des rencontres extraordinaires. Aujourd'hui, nous vous souhaitons : DE DIRE BONJOUR... Gens de Val-D'Or, gens de l'Abitibi, de Gatineau, de Laval et de partout. Aujourd'hui, mes amis(es), nous vous souhaitons, de poser beaucoup de questions, et d'obtenir beaucoup de réponses. Aujourd'hui mes amis, nous vous souhaitons de vivre cette expérience proposée par notre méthode, une association d'hommes et de femmes qui partagent entre eux leur force et leur espoir.

Bien sûr, nous connaissons tous la destination de cette journée, vous savez, cet endroit, où nous aurons à faire la rencontre d'un nouveau d'une nouvelle ayant besoin d'aide. Voilà pourquoi nous ferons tout, aujourd'hui, et les jours qui suivront, pour que cet alcoolique ait droit au même accueil et service que nous avons eu la chance d'avoir.

Pourquoi cette journée ? Je laisse aux soins de Bill, l'un de nos fondateurs, de vous répondre : « Nous devons nous préoccuper de tous ceux qui sont encore malades, et qui viendront un jour chez les AA, lorsqu'ils essaieront de revenir à la foi et à la vie. Nous voulons qu'ils découvrent dans le mouvement des AA, tout ce que nous y avons trouvé, et même plus si possible. Aucun soin, aucune précaution, aucun effort en vue de conserver au mouvement son efficacité et sa puissance spirituelle ne seront trop grands, si nous voulons être prêts à les accueillir le jour de leur arrivée. » Ce texte est un extrait qui provient d'un discours de 1959.

Le nouveau, l'essence même de la continuité et de la perpétuelle renaissance, bien sûr l'alcoolique qui souffre encore. En ce moment, ici et maintenant, j'aimerais prendre un moment pour souhaiter la bienvenue à un autre type de nouveau, tout aussi important, le nouveau serviteur. J'aimerais savoir, qui aujourd'hui, en est à sa première activité régionale ou à ses premiers pas dans les services. Levez-vous, s'il vous plaît, mes amis (es), merci de nous assurer d'une relève. Que cette journée soit faite selon sa volonté, et nous garde dans son amour, tel que vous le concevez. Je termine ce mot de bienvenue par un dernier écrit laissé par Bill : « Chers amis, depuis 1938, j'ai consacré la plus grande partie de ma vie

à organiser et à assurer la solvabilité et l'efficacité des services mondiaux des AA. Le bureau a permis à notre organisme de fonctionner dans le monde entier comme un tout uni.

Il n'est pas exagéré de dire que sous le mandat des membres du bureau ces services importants ont, dans une large mesure, contribué à donner à l'ensemble de notre mouvement son importance et son efficacité.

Le bureau des services généraux est de loin le plus grand diffuseur du message des AA dans le monde perturbé où nous vivons. Il a fait connaître notre mouvement partout. Les services mondiaux des AA sont prêts à répondre aux besoins de n'importe quel groupe ou des membres isolés quelque soit la distance et la langue, l'expérience accumulée au cours des années est mise à la disposition de tous.

Les membres du conseil des services généraux des AA, nos fiduciaires seront, à l'avenir, nos principaux leaders dans toutes nos affaires, au niveau mondial.

Cette lourde responsabilité leur a été déléguée depuis longtemps déjà, ils sont les successeurs du DR Bob et de moi-même, et ils sont directement comptables de leur gestion au mouvement des AA tout entier.

C'est la responsabilité des services généraux que les anciens qui disparaissent, vous lèguent en héritage à vous, les AA d'aujourd'hui, et de

demain. Nous savons que vous conserverez, maintiendrez et aimerez cet héritage mondial qui est, la plus grande responsabilité collective que les AA assument, ou, ne pourrons jamais assumer.

En toute confiance et affection, Bill. »

Mes amis (es), aujourd'hui nous avons l'honneur de conjuguer le passé et le présent, la vision de Bill et du Dr Bob...C'est avec beaucoup de reconnaissance et de gratitude que je vous présente notre invitée : L'honorable, Michèle Grinberg, administratrice classe A et présidente du conseil des services généraux.

Mes amis (es), tous ensemble et comme nous savons si bien le faire, veuillez accueillir avec moi, notre invitée !

Bonne journée à tous !



## Délégué-adjoint

Bonjour à tous.

Je m'appelle France F. et je suis une alcoolique. J'ai le privilège de vous servir à la Région 90, Nord-Ouest du Québec, en tant que Délégué-adjoint et de cela, je suis responsable.

Voici la période où certains serveurs terminent leur terme et d'autres le commencent. Je veux souligner l'effort et le bon travail, que chacun de vous avez fait pendant votre terme. C'est souvent exigeant et contraignant au niveau familial, mais vous y êtes parvenus. Tout ce travail, toutes ces réunions et ces déplacements un peu partout...Voilà, c'est déjà fini. Nous pouvons maintenant confirmer qu'un mandat de deux ans passe vite quand on aime ce que l'on fait. Vous êtes maintenant prêts pour une autre

implication qui sollicitera vos habiletés et vos talents. Faites, tout simplement, ce qui est recommandé pour servir : Si vous avez l'intérêt, la capacité et la disponibilité pour le poste, donnez votre nom et Dieu (votre Puissance Supérieure) fera le reste. Ça a fonctionné pour moi et pour beaucoup de membres.

Merci, à tous les présidents de comité qui terminent leur terme et qui ont fait un travail colossal. Merci aux RDR sortants et bienvenue à ceux qui commencent. Si vous avez peur, tant mieux, car, contrairement à ce que je pensais au début, il est sain d'avoir peur. J'ai eu peur et il m'arrive encore souvent, d'avoir peur. Plusieurs serviteurs avec qui j'ai eu le plaisir de servir au long de ces années ont aussi eu peur, cependant, ils sont parvenus à faire un excellent travail avec l'aide de leur parrain de service et leur Puissance Supérieure. Mon parrain de service est, pour moi, une excellente source d'aide, sans lui, je n'y parviendrais pas. Encore une preuve, que c'est à la première personne du pluriel que se conjugue la sobriété et le service dans Alcooliques Anonymes. Au fil du temps, j'ai appris que le seul antidote à la peur est la foi, donc plus j'ai peur et plus je me rapproche de ma Puissance Supérieure.

La période des fêtes arrive à grands pas et, au moment où vous lirez ce bulletin, elle sera déjà à votre porte. Je voudrais en profiter, pour vous rappeler d'être très prudent, car peu importe le temps d'abstinence que nous avons, nous ne sommes toujours qu'à un bras de notre premier verre. Les tentations peuvent être fortes pendant cette période de réjouissances, alors soyons aux aguets

et méfions-nous des pièges de l'alcool, qui est puissant, **SOURNOIS** et déroutant. Les réunions régulières ou de services se poursuivent dans le temps des fêtes, car l'alcool ne prend pas de vacances. Donc, soyez prudents, car je veux vous retrouver sobre et en santé l'an prochain.

Merci à tous ceux avec qui j'ai le privilège de servir, vous me permettez de grandir et d'apprendre à vos côtés. Bienvenue aux nouveaux serviteurs, nous aurons la chance de nous côtoyer pour les prochaines années et de grandir ensemble.

Passez de belles fêtes dans la sobriété et l'amour. Au plaisir de se retrouver l'an prochain pour la suite de ce merveilleux mandat de service.

Merci de me permettre de servir.

France F., votre délégué-adjoint,  
Région 90.





## Vice-président

Bonjour, mon ami serveur AA.

La fin d'une année et le début d'une autre année amènent des changements de serveurs dans plusieurs districts et dans plusieurs groupes.

Traditionnellement, la rotation fait en sorte que les postes de service, comme tout le reste chez les AA, sont accessibles à tous et à toutes. Plusieurs fonctions comportent des substituts qui peuvent prendre la relève du titulaire le cas échéant.

Laisser un poste que nous aimons chez les AA peut s'avérer difficile. Si nous avons fait du bon travail, si nous croyons sincèrement que personne n'est disponible, qualifié, ou, ait le temps de s'en occuper, et si nos amis sont d'accord avec nous, cela peut s'avérer particulièrement difficile. Par contre, cela peut nous aider à grandir – un geste d'humilité qui est, pour certaines personnes, l'essence spirituelle de l'anonymat. En fin de mandat de service, plusieurs personnes prennent beaucoup de satisfaction à partager leur expérience avec leur successeur. La rotation nous apporte des bienfaits spirituels beaucoup plus durables que la célébrité. S'il n'y a pas de prestige AA en jeu, il ne nous est pas nécessaire de courir après les titres ou les louanges –

nous sommes totalement libres de servir là, où l'on a besoin de nous.

Beaucoup de membres ont le goût et le besoin de servir, de remettre ce qu'ils ont reçu gratuitement. Plusieurs d'entre eux vont même hésiter, douter de leurs capacités pour cette tâche. Rappelez-vous, lors de vos premiers pas dans le mouvement, vous avez fait le café et en plus je gage, que plusieurs membres vous ont dit qu'il était bon ! Ensuite, on vous a sûrement demandé d'animer une réunion AA pour une toute première fois.

Tout ça, pour dire que nous ne sommes jamais seuls pour accomplir notre tâche. Dieu nous guide, ainsi que d'autres membres d'expérience, qui nous aident et nous encouragent. Pour continuer d'avoir de bons serveurs, que ce soit pour ouvrir une salle, pour une réunion, jusqu'au poste de délégué à la Conférence, tous ont besoin d'être soutenus et encouragés dans leur tâche.

Je termine avec un bout de la douzième tradition version intégrale qui dit, en parlant de l'anonymat :

« Il nous rappelle que nous devons placer les principes au-dessus des personnalités et de pratiquer une humilité véritable. Ceci, pour que les grâces reçues ne nous gâtent jamais, et pour que nous puissions vivre pour toujours dans la plus profonde gratitude envers Celui qui est le maître de nos destinées ».

Merci de me permettre de servir.

Sylvain D.

Vice-président région 90



## Trésorier

Bonjour à tous, mon nom est Gilles et je suis un alcoolique. J'ai le privilège de vous servir comme trésorier à la Région 90.

Pour débiter, je voudrais vous remercier pour vos généreuses contributions.



La période des fêtes est arrivée et, en même temps, l'année se termine. Pour certains d'entre vous, c'est la fin d'un mandat. En mon nom, je vous remercie d'avoir donné ce temps pour l'alcoolique qui souffre encore. Pour les autres qui commencent, je vous souhaite ce que j'ai reçu, l'Amour des services ! « Être quelqu'un pour quelqu'un d'autre », le sentiment d'appartenance, n'être plus jamais seul où que vous alliez.

Pour tous, je souhaite aussi, pour l'année qui s'en vient, de parrainer quelqu'un. Quel beau cadeau ! Ou,

d'être parrainé si vous débutez dans une nouvelle fonction. Il ne faut pas oublier que l'alcool ne prend pas de vacances. Soyez prudent pendant cette période des fêtes.

*Voir la solitude disparaître.*

*Presque sans exception, les alcooliques sont torturés par la solitude. Même avant le temps où l'alcool a dominé nos vies et où les gens ont commencé à nous délaisser, nous avons presque tous souffert à la pensée que nous nous sentions rejetés par la société. La vie prend un nouveau sens dans A.A. Voir des gens se réhabiliter, en aider d'autres, voir la solitude disparaître, voir une fraternité croître autour de soi, avoir une multitude d'amis, voilà une expérience à ne pas manquer.*

*Extrait des réflexions de Bill.*

Vous devriez avoir eu la chance de lire le rapport de la Conférence, j'aimerais attirer votre attention sur une erreur commise à la page 119. Dans les contributions de la région faites au nom de tous les groupes de la région, c'est-à-dire la colonne spéciale, c'est indiqué que nous avons envoyé 132 225.65 \$ US, ce qui représente 173 279.15 \$, canadiens, avec le taux de change. Or, dans le rapport financier de la région au 31 décembre 2017, c'est indiqué que nous avons envoyé 94 000.00 \$ canadiens. Donc, une différence d'environ 80 000.00 \$.

Une demande de vérification a été faite au BSG de la part de notre délégué Éric pour connaître la raison de cette différence. Au moment d'écrire mon article à la fin octobre 2018, nous n'avions pas encore eu de réponse.

Même après la correction, nous demeurons une région très généreuse pour l'alcoolique qui souffre, pour cela je vous en remercie.

**Je vais continuer dans l'optique du dernier bulletin en vous parlant de :  
« Où va l'argent ? »**

Nous étions rendus à un moment de réflexion :

**Réflexion :**

Si nous continuons d'utiliser les profits sur les publications pour financer en partie les services, devrions-nous imposer une limite ?

Si nous imposons une limite, comment devrions-nous poursuivre le financement des services si les contributions diminuent ?

**Tiré du rapport de la conférence 2009 (Finances)**

«Nos groupes, nos régions et le mouvement tout entier ne pourront pas fonctionner s'il manque des services ou si nous n'assumons pas leurs coûts. »

**Tiré du dépliant message à un trésorier de groupe**

Si vous voulez avoir dans votre district, la présentation sur : « Où va l'argent ? », parlez-en à votre district et le RDR en fera la demande au président de la région. C'est un des nombreux services que la région offre aux membres. La liste complète se retrouve à l'endos du bulletin.

Merci  
Gilles F.

Trésorier Région 90



## Secrétaire

### LA ROTATION, UN PRINCIPE PRIMORDIAL, À NOTRE SURVIE.

Je voudrais remercier tous les serveurs qui terminent leur terme et tous ceux qui ont accepté de servir notre Mouvement, que ce soit à l'accueil au groupe, ouvrir la salle, RSG, représentant de comité, café, bref toutes les fonctions qui permettent au groupe de fonctionner, engendrant ainsi de nouveaux serveurs, au niveau du district et de la Région Nord-Ouest du Québec (90).

Comme nos fondateurs et tous ceux qui ont suivi, depuis 1935, nous ne faisons que paver un autre bout du chemin, pour ensuite en laisser d'autres, paver leurs petits bouts. J'ai appris que rien ne m'appartient dans AA, sauf la manière dont je chemine personnellement. Il n'y a aucune tristesse à faire la rotation, car c'est effectivement ce principe qui assure la survie des AA.

Ça prend beaucoup d'humilité pour lâcher prise et passer le flambeau de quelque chose qui nous a tenu à cœur. Assez d'humilité pour réaliser que rien ne nous appartient dans AA, et que de ne pas lâcher prise et laisser les nouveaux serviteurs vivre leurs expériences est une forme de contrôle et d'orgueil assumant, que seule notre manière de faire est la bonne. L'humilité, c'est de passer dans l'ombre ou dans un autre service, sans pour cela refuser d'aider lorsque la demande nous est faite. N'est-ce pas ce que Bill et Bob ont fait ?

Imaginez, si Bill et Bob avaient tenté de toujours contrôler indirectement la Conférence ! Ils ont fait confiance en la structure du Mouvement, à son Processus et nous ont laissé nos Trois Legs Rétablissement (Étapes) – Unité (Traditions) - le Service (Concepts). Le miracle, c'est que malgré nos peurs, nos incertitudes, nos erreurs et nos différences, ça marche depuis 83 ans. Le plus drôle, c'est que je n'y ai pas été pendant 83 ans, alors qui suis-je pour croire que je suis indispensable au bon fonctionnement du Mouvement ?

Pour terminer je vous souhaite de joyeuses fêtes avec vos familles, amis et peut-être même en cadeau un nouveau (elle) qui en est à son premier Noël abstinent.

Lynda B. Secrétaire Région 90.



## L'amour des Services

À la mi-décembre, 2017, un ami de longue date, me demanda de partager à son groupe, un soir, à St-Jean de Matha. J'accepte toujours de partager, mais pas le soir. J'ai maintenant de la difficulté à conduire à la noirceur.

Mon ami me répond : « Il n'y a pas de problème ; on ira te chercher. Sa conjointe Céline C. est venue à Ste-Dorothée, Laval, en après-midi, pour m'amener à St-Jean de Matha. Ce couple dévoué, m'a gardé à souper et m'a prêté un lit pour la nuit. Le lendemain matin, Hubert est venu me reconduire chez moi, à Laval. Chaque déplacement, prenait 90 minutes.

Tout ça, a été fait par amour pour les Alcooliques Anonymes.

Jacline S. 90-16

## Atelier : Information publique



Le MANUEL  
de l'Information  
publique

**Assemblée générale du 20 octobre 2019, Région 90  
2323 Daniel Johnson, Laval**

Comme vous le savez, samedi dernier, a eu lieu notre assemblée générale. C'est avec une grande joie et beaucoup de reconnaissance que nous y avons accueilli plusieurs serviteurs qui en étaient à leur première participation. Certains m'ont confié qu'ils avaient été impressionnés par la grandeur de notre association à travers cette rencontre. C'est vraiment un beau moment pour faire connaissance avec d'autres serviteurs des différents districts et les ajouter à notre sentiment de « n'être plus jamais seul ». Afin de rejoindre le plus grand nombre de membres possibles, il a été suggéré de vous faire un résumé de nos ateliers.

Voici la présentation des questions et les commentaires reçus :

À la suite de la lecture d'un document provenant du BSG de New York, j'ai cru bon, de m'inspirer des mêmes pistes de réflexion, au sujet de la communication du message AA à l'alcoolique qui souffre encore et, de rechercher vos réponses, vos idées ou encore, certaines autres réflexions à ce sujet. Mes propres réflexions ont commencé ainsi : comment se fait-il que nous semblions limités à environ 2 000 000 de membres depuis si longtemps ?

1. En cette ère de communications électroniques, croyons-nous qu'AA, à partir du Bureau des services généraux jusqu'à nous, faisons tout ce que nous pouvons pour rejoindre l'alcoolique qui souffre, là où il est ?
  - Non. Les gens ont la vision que les alcooliques sont des gens qui souffrent et ne sont pas en rétablissement, donc c'est une vision négative.
  - Les gens ne voient pas la structure. Les messages télévisés ne devraient pas seulement montrer que la déchéance, mais aussi les changements positifs du rétablissement.
  - Plus de messages télévisés (ça peut coûter cher) et surtout y démontrer plus d'espoir.
  - Les réseaux sociaux stigmatisent l'anonymat ; les membres sont anonymes, mais le mouvement ne l'est pas. On perd le contact humain avec l'évolution des réseaux sociaux, mais c'est une réalité, il faut s'y faire.
  - Il est important de se rendre visible sur les réseaux pour rejoindre les jeunes.

- La façon de s'identifier est importante pour le public par exemple : un alcoolique *en rétablissement*.
  - La publicité étant très dispendieuse, comment rejoindre l'alcoolique, en étant plus visible ?
  - En ayant plus de fraternités basées sur les étapes, ça fractionne le nombre de membres ; les jeunes ne consomment pas que de l'alcool.
  - Il est important aussi de prendre le temps de voir à tout ça, pour bien installer les informations sur les réseaux.
  - Aussi, lorsqu'une personne se rend dans une de nos réunions, sachons l'accueillir, prendre le temps d'aller lui parler et peut-être la retenir avec nous.
2. Que manque-t-il dans nos efforts pour transmettre le message de rétablissement du programme AA ?
- De la visibilité. Il serait intéressant, par exemple, de faire annoncer les congrès qui sont là pour promouvoir le mouvement. C'est de l'information publique pour faire connaître AA.
  - Aussi, avoir un comité d'information publique dans les districts, ça aide à promouvoir AA (son existence, ce que c'est, ce que ce n'est pas et où nous trouver).
  - Les secrétaires de groupes passent rapidement sur les Congrès à venir ; une mauvaise habitude que nous avons prise. Tout doit aller vite, vite !
  - Notre maladie est encore stigmatisée. Nous avons à « faire connaître (IP) et à accueillir » (12e)
3. Sommes-nous devenus trop anonymes ?
4. Que pensez-vous de l'anonymat en ligne ?  
(Ces deux questions ont été traitées ensemble)
- L'honnêteté est importante...même chez les assureurs.
  - Les membres sont anonymes, mais pas le mouvement.
  - Faire connaître AA par les réseaux sociaux sans nommer qui que ce soit ; nous n'aurons pas le choix.
  - Une porte à la fois, nous ferons connaître AA.

Mot de la fin : merci d'avoir choisi de passer ce temps avec nous et d'avoir généreusement participé. N'oubliez pas que deux fois par année, nous tenons une réunion d'Information publique en parallèle aux comités régionaux d'avril et décembre. La prochaine se tiendra le 1<sup>er</sup> décembre 2018. Belle occasion d'en connaître plus à ce sujet. Bienvenue à tous les membres, au plaisir de vous revoir.

Agathe F.

Présidente du comité régional à l'Information publique

## Publications

Bonjour,

Mon nom est Benoît V. et je suis un alcoolique.

Je suis le président du beau comité des Publications de la Région 90.

Depuis le tout début de l'histoire des Alcooliques Anonymes, les besoins d'écrire sur l'alcoolisme et de transmettre aux millions d'alcooliques qui souffrent dans le monde, notre solution a été présente.

Bill W. a écrit le livre **"Les Alcooliques Anonymes"** communément appelé : **"Gros Livre"**, en 1939.

À partir de ce moment, la nécessité d'écrire sur ce sujet ne s'est jamais arrêtée.

En plus des livres, nous retrouvons maintenant diverses brochures, CD, DVD, feuillets et site web dans nos Publications.

Nous pouvons transmettre le message via les Publications.

Aujourd'hui, tout comme aux premiers temps du Mouvement des Alcooliques Anonymes, le message de rétablissement de l'alcoolisme se transmet d'un alcoolique à un autre.

Cependant, depuis la parution du Gros Livre en 1939, les Publications jouent également un rôle important dans la diffusion du message AA et du programme de rétablissement en Douze Étapes.

Bill W., cofondateur des AA, bien qu'il ait toujours été d'avis que l'influence des groupes AA dans le rétablissement d'un alcoolique était incalculable, il était conscient de l'importance des écrits AA.

Voici un extrait d'un écrit publié dans le **Grapevine** en mai 1964 :

**"Supposons par exemple, que le mouvement n'ait rien publié ces 25 dernières années, ni livres, ni brochures. Il ne faut pas beaucoup d'imagination pour voir que notre message serait aujourd'hui irrémédiablement déformé.**

**Nos rapports avec le monde médical et religieux seraient un fouillis total.**

**Les alcooliques ne nous prendraient pas au sérieux et nous serions une énigme pour le public. Sans les Publications, les AA se seraient sûrement enlisés dans un borborygme de controverses et de désunions."**

Je vous invite à prendre connaissance de cet article dans **"Le langage du cœur"**, à la page 367. Les paroles de Bill W. sont toujours aussi vraies.

Très tôt, le Mouvement des AA a pris la décision d'être son propre éditeur.

Cette mesure a largement contribué à l'unité, au développement et à la bonne santé du Mouvement.

En étant son propre éditeur, le Mouvement s'assure que son programme de rétablissement ne sera jamais altéré par des gens bien intentionnés, mais mal informés.

Le Mouvement édite tous ses livres et brochures, de même que son magazine.

En plus de la traduction usuelle de la plupart des Publications AA en français et en espagnol, certaines sont également traduites en plusieurs autres langues ainsi qu'en braille.

L'ensemble des traductions est fait par des traducteurs professionnels.

Quand la traduction est faite à l'étranger, AAWS la soumet également pour vérifications auprès de traducteurs professionnels.

Elles sont toutes protégées par copyright et AAWS en détient tous les droits.

Il ne nous reste qu'à nous, membres des Alcooliques Anonymes, de lire, d'écouter et de visionner ces Publications, qui sont à notre portée, pour notre plus grand bien.

Bonne lecture !

Votre serviteur,

Benoît V.,

Président du comité des Publications

Région 90



## Je parle avec mon cœur...

Cette fin de semaine, à Victoriaville, c'est la première fois que j'assiste à un Forum Territorial. Un très beau cadeau de la vie, en plus d'être accompagnée de la RDR de mon district. C'est là, que mon aventure commence pour trois jours.

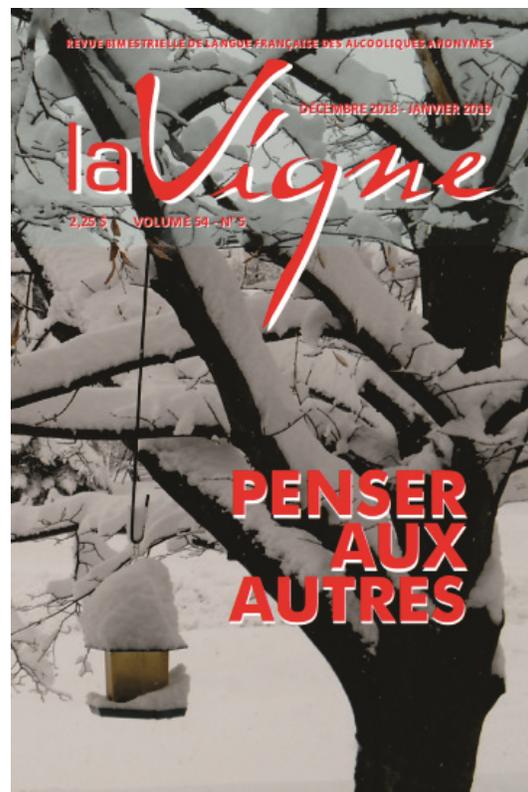
Dans la confiance et l'Amour des Services, le partage entre les personnes prend tout son sens, dans ma vie, ainsi que dans mon cheminement dans AA. Même le mélange des langues ne fait qu'un : Le Langage du Cœur. Durant cette fin de semaine, mes rêves peuvent se réaliser. Ça me fait découvrir, que j'aime la femme que je suis devenue, grâce à l'association des Alcooliques Anonymes. Mes huit années dans AA n'ont pas été toujours faciles, mais l'amour que j'ai pour aider un alcoolique qui souffre, est plus fort d'année en année. Un peu comme lorsque j'ai présidé le 8h de Noël, dans mon district. Le fait de voir briller des yeux, lors de cette soirée et l'amour dégagé m'a fait oublier le côté négatif de cette entreprise. Mes quatre années dans les services comme RSG m'ont donné l'Amour des services, et de découvrir



notre belle Région 90. Cela m'a aussi permis de me dépasser dans les difficultés que j'ai en moi. Mais au-delà de cet Amour, que j'ai d'apprendre, les partages et les vraies choses, sont au-dessus du prestige et des titres. Nous devons tous marcher dans la voie de Dieu (tel que tu le conçois) et du programme des Alcooliques Anonymes. Faire connaître aux personnes plus fragiles ; dans la rue, en prison, et même dans les établissements en santé mentale. J'ai pris conscience qu'AA allait encore plus loin afin que tous ces gens retrouvent le chemin qu'ils avaient perdu par la consommation.

Cette fin de semaine m'a donné les clés du bonheur, en partageant chacun dans notre langue, sans tabou ni jugement, dans toutes les régions de l'Est du Canada (français, anglais, inuit) et même avec des gens de Cuba. AA est une grande famille par la joie, la paix et la richesse de ses membres actifs. Partager mon expérience ainsi, que celle de ces deux hommes (Bill et Bob), qui se sont relevés, m'a donné la voie et la force que j'avais perdues. Ce Forum m'a donné ce que je n'avais pas encore trouvé : ma confiance en moi et une force que personne maintenant ne pourra changer. Le souhait de servir dans mon district peut maintenant se réaliser parce que j'ai les clés de ma vie en mains et que je peux la transmettre à ceux qui vont croiser mon chemin. Je suis très reconnaissante d'avoir pu vivre ce Forum Territorial de l'Est du Canada en 2018.

Nancy S. district 90-21. En Amour avec les Services



## La Vigne

Bonjour mes frères et sœurs, je suis Alain L. et j'ai le privilège de servir la Région 90 comme président du comité de La Vigne.

Lors de notre dernière assemblée générale, les membres du bureau Régional, avaient demandé aux présidents de comité et groupe de travail de présenter un atelier. Quelques peurs, quoi faire ? Quoi dire ? Comment préparer un atelier sur La Vigne ? C'est avec ma Puissance supérieure qui m'aide à me calmer, et le matériel qu'un bon membre m'a envoyé que j'ai réussi à me préparer du mieux que je pouvais. Je partageais un local avec Benoit V., le président du comité des publications.

Benoit a été le premier à présenter son atelier, qui s'est très bien déroulé (merci, Benoit).

Je vais vous faire un petit résumé de ce qui s'est passé dans l'atelier sur La Vigne. Tout d'abord, j'avais préparé quelques questions. Est-ce qu'on parle assez de La Vigne dans nos groupes ? De quelle façon en parle-t-on ? On en parle à quelle fréquence ? Une fois par mois ou quand la nouvelle parution arrive. De l'avis des membres présents, on n'en parle pas assez et l'on ne prend pas le temps de se préparer pour faire une courte présentation. C'est beaucoup plus efficace si quelqu'un fait le tour de la salle avant l'assemblée pour l'offrir aux membres, plutôt que le secrétaire annonce que la nouvelle parution est arrivée, et pour ceux qui veulent se la procurer en allant le voir à la pause. Pas besoin d'être abstinent depuis longtemps pour être représentant de La Vigne, il suffit de la lire pour savoir en parler.

Nous avons aussi jeté un coup d'œil sur le manuel de présentation de La Vigne, un membre m'a informé que c'était la première fois qu'il voyait ce petit livret, pourtant chaque groupe est supposé en avoir un ou deux, j'en ai remis un à tous ceux présents à l'atelier.

Ensuite, j'ai fait une présentation avec power point sur La Vigne. Pour la dernière partie, j'ai demandé à ceux qui étaient intéressés d'écrire un article pour une prochaine parution, et pendant que certains écrivaient, j'ai poursuivi la discussion avec les autres. Un ancien délégué présent m'informait qu'il y avait déjà eu des journées portes ouvertes à La Vigne. Est-ce que ça

pourrait être intéressant de refaire cette expérience ? Je vais apporter la suggestion au prochain CA.

Merci à vous, présents à cet atelier, d'avoir démontré votre intérêt pour notre revue, merci à ceux qui m'ont remis un article, merci de me permettre de servir, de grandir et de prendre confiance en moi. J'étais très nerveux et vous m'avez aidé à ce que cet atelier se déroule bien.

Amour et service

Alain L

Président comité de La Vigne



## Centres de détention

Bonjour, mes amis AA, mon nom est Claude et je suis alcoolique.

J'ai le plaisir de vous servir comme adjoint au Comité des centres de détention à la région 90.

Cette année, en plus d'avoir le plaisir de vous rencontrer, lors des congrès auxquels nous avons été demandés pour représenter les centres de détention, ainsi que dans nos assemblées régionales ou générales, il y a certaines choses qui m'ont marqué. J'ai aussi animé ma 3<sup>e</sup> parallèle des

centres de détention au mois d'avril, assisté au Rassemblement provincial à Shawinigan, au Forum territorial à Victoriaville et à la régionale à Val-d'Or, où l'on a reçu un accueil fantastique. Je peux vous dire que pour moi, que ce soit une journée ou une fin de semaine complète, ça m'aide beaucoup pour continuer mon engagement dans le mouvement et dans ma fonction.

Lors de nos parallèles, je suis extrêmement content de rencontrer les marraines et les parrains qui œuvrent dans les centres de détention. Ils parlent de leur groupe, des bonnes choses qu'ils ont vécues et des problèmes qu'ils rencontrent. Ensemble, nous partageons notre expérience et ça aide à trouver des solutions ou à appliquer des idées déjà expérimentées. Nous y donnons aussi de l'information venant de la région et du BSG. Ces rencontres sont ouvertes à tous ceux qui ont un désir d'en connaître plus sur les centres de détention.

Maintenant, tous les comités ont leur parallèle le même jour, soit le jour du comité régional. Les 2 prochaines parallèles auront lieu le 1<sup>er</sup> décembre 2018 et le 6 avril 2019. Si vous avez des questions sur ce que font les comités de la région, venez vous renseigner, il nous fera plaisir de vous y rencontrer.

Au Rassemblement provincial, il y avait un atelier sur les centres de détention et c'était très enrichissant de discuter avec les serviteurs des trois autres régions du Québec. J'en ai appris un peu plus, sur le fonctionnement des autres régions et de leurs centres de détention. Nous avons aussi discuté des problèmes que

chacun vivait dans sa région et des solutions possibles à apporter.

Au Forum territorial, ça été magique, j'ai rencontré plusieurs personnes du BSG, dont Diana qui est la coordonnatrice du Correctionnel, ainsi que des gens des autres régions de l'Est du Canada. Nous avons eu une très bonne présentation de la part du BSG, et mieux comprendre, qui fait quoi dans tous les services. J'ai assisté à deux ateliers sur les centres de détention : le premier portait sur la correspondance avec les détenus et le deuxième, sur comment démarrer et maintenir des services locaux dans le domaine correctionnel. J'y ai vécu de très beaux moments et j'ai constaté que notre région est privilégiée d'avoir de bons rapports avec nos centres de détention.

Au moment où j'écris ces lignes, nous en sommes à nos derniers préparatifs pour le Congrès des centres de détention de notre région qui se tiendra le 10 novembre. Je vous en donnerai des nouvelles dans la prochaine parution du bulletin L'Héritage.

Merci de me permettre de vous servir.

Claude L.

Adjoint, Comité des centres de détention



## RDR 90-21

### Ma présence au Forum territorial de l'est du Canada de Victoriaville 2018

Je vous livre mon expérience de ce premier forum territorial auquel j'ai assisté, du vendredi au dimanche. J'étais bien allée faire un tour à celui de Laval en 2014, mais je ne m'étais pas laissée le temps de découvrir l'évènement. C'est solennel comme endroit : une grande salle de bal, avec une scène avant remplie d'anglophones, des chaises à n'en plus finir occupées par des membres avec des écouteurs sur les oreilles, plusieurs stations de micros numérotés. Je ne connaissais presque personne à l'époque. Le tout, se déroulait en anglais, en grande majorité, et presque tout le monde, portait le fameux casque traducteur, qui a un canal pour traduire en anglais et un pour traduire en français.

Cette fois, je connais beaucoup plus de monde. C'est d'ailleurs ce qui me réjouit le plus de ces rassemblements ; retrouver des passionnés comme moi, dans les services et des passionnés dans la vie.

J'y suis arrivée le vendredi soir en Winnebago. Je me suis inscrite et n'ai pas manqué de m'offrir le : «Ice cream party», du samedi soir. Apparemment, c'est un incontournable !

Samedi, la journée s'annonçait chargée. C'est de 9 h à 22 h ! Les délégués nous ont présenté des exposés sur des thèmes. J'ai déjà assisté au contenu de certains, au rassemblement provincial, de Shawinigan. C'est donc, le moment pour moi, d'aller prendre un café au campeur avec une membre/amie. Plus

jamais seule, me direz-vous. Plus que ça ! Ce sont des relations vraies et des échanges profonds, que je partage avec ces membres.

Des représentants du BSG de New York sont là et nous présentent leur fonction et leurs réalisations. Il y a l'administratrice de l'Est du Canada, Diane, Craig, Michele, Diana, Tom et David. Des noms que j'ai déjà entendus. Des noms qui prennent maintenant place dans mes souvenirs avec un visage.

En soirée, j'ai assisté à un atelier où nous avons expérimenté d'écrire à un détenu. Ce n'était qu'une simulation pour amorcer la démarche et se rendre compte que c'est assez facile et naturel de communiquer avec un autre alcoolique. J'ai alors fait la rencontre de Juliette. On était les deux seules femmes alors, j'ai compris que nos lettres avaient été interchangées. Je n'ai pas réalisé sur le coup que c'était «La» Juliette nouvellement engagée au BSG pour la traduction française. C'est en discutant, à la pause, que j'en ai su plus sur elle. Elle habite New York ! Mais oui!!!

Finalement, ce fut le moment de la crème glacée. Ce sont plus, les échanges qui se sont déroulés autour des bols de sucreries qui m'ont nourrie ! Des anciens délégués nous ont raconté, des moments touchants, de leur rétablissement, dans des contrées éloignées. Ce sont de bons orateurs. On avait les poils dressés sur les bras, les larmes aux yeux...

Dimanche matin, c'était le moment de partager ma première expérience, de forum territorial, au micro. La gratitude

s'entendait dans la voix émotive de la plupart des participants. C'était la clôture. Nous avons été bien reçus à Victoriaville !

Les « au revoir » traditionnels se sont faits, en souhaitant bonne route à tous.

J'ai partagé le tout avec une membre, qui vivait aussi son premier forum territorial. Nous nous retrouvions pour discuter aux repas, au coucher, dans le trajet. Ce fut enrichissant de côtoyer une autre passionnée des services qui s'épanouit au contact des mêmes richesses que moi.

Si vous avez la chance de vous rendre dans un Forum territorial, je vous invite à ne pas vous laisser impressionner par l'allure solennelle. Chaque alcoolique que j'y ai entendu s'est senti à sa place et appartenir véritablement à l'évènement. Pourquoi ne pas « Remplir le char ! » pour reprendre une phrase rendue célèbre par Éric P. notre délégué ☺

Mélanie C. RDR 90-21



## « Pourquoi se rendre à une assemblée régionale ? »



### RDR 90-13

Bonjour, chers membres des Alcooliques Anonymes.

Voici une opinion très personnelle que je partage avec vous...

... J'aimerais vous dire en quoi cette journée est importante pour tout membre des alcooliques anonymes, et particulièrement, pour le RSG. Quand on lit la définition du RSG, à la page S21, du Manuel du Service, on lit ceci : *« Représentant auprès des Services généraux. C'est le contact du groupe auprès du Bureau des Services généraux. Un membre votant à l'assemblée régionale. »*

Chez les AA, c'est la structure même qui fait office de gouvernement (la structure à l'envers puisque les Groupes sont en haut et les administrateurs en bas). Et pour Bill W. *« Maintenir l'équilibre entre l'autorité ultime et la responsabilité, et le fonctionnement quotidien de nos services mondiaux signifie qu'il doit y avoir une communication constante entre tous les éléments de la structure »* page S17.

Voilà à quelle invitation vous répondez, vous, RSG, quand vous vous présentez à l'assemblée générale de votre région. Vous permettez que la communication ne soit pas rompue entre le BSG, votre groupe et ses membres. Dans notre région 90, vous avez trois occasions par année : (L'Assemblée de Bienvenue et deux Assemblées générales) pour vous prévaloir, au nom de votre groupe, de votre droit de parole, votre droit de participation, votre droit de décision et votre droit d'appel tels qu'ils sont décrits dans les 12 Concepts. J'ajouterais que ce sont là, trois occasions pour les membres de rencontrer ceux qui sont à leur service à la Région, et particulièrement le délégué que vous avez élu et qui parle en votre nom, à la Conférence annuelle. Tous les membres devraient être informés, et que sans cette communication constante et même imparfaite entre chaque palier de la structure AA, notre survie est en danger.

À partir, de votre expérience individuelle, ne faites qu'imaginer un instant qu'il n'y ait plus de BSG, plus de structure pour sauvegarder l'unité, que chaque groupe est laissé à lui-même, pouvant créer ses propres règles et tout ce qui s'en suit.... et observer le chaos!!

Vous êtes donc, vous RSG, bien plus que des représentants auprès de votre district, vous êtes le maillon le plus important puisque vous représentez les membres de groupe qui ont le vrai pouvoir dans AA. Bill W. a écrit dans le premier concept : *« Aujourd'hui, les groupes des AA détiennent la responsabilité suprême et l'autorité finale de nos services mondiaux... »* Page S15.

Venez à une assemblée régionale et vous pourrez vous prévaloir de tous vos droits : votre droit de vote puisqu'une année sur deux il y a élection, votre droit de parole tout au long de la journée et votre droit de participation. Venez vivre une démocratie authentique !

Au plaisir de vous y rencontrer !

Carole M. Ste-Thérèse

## RDR 90-05

Mon expérience dans les services et leurs bienfaits dans ma vie est un peu difficile à exprimer en mots.

Aujourd'hui, j'offre mes services dans le mouvement, non pas par vertu, mais pour le bien de ma sobriété, comme l'explique si bien notre programme de rétablissement.

Durant la période active de mon alcoolisme, j'étais plutôt du genre très égoïste, n'ayant aucune espèce de considération, envers qui ou, quoi que ce soit. Étant une personne très réservée, solitaire, n'ayant pas confiance en moi, les services dans le mouvement des AA m'ont appris le respect, à avoir de la considération, à devenir une meilleure personne, à être disponible, responsable, fiable, efficace et serviable, et ce, à tous les niveaux.

Ma Puissance supérieure a bien pris soin de moi, car, dès mes débuts dans le mouvement AA, j'ai été initié aux services. J'ai commencé par servir dans mon groupe, puis dans les activités du District, tels que Noël, Jour de l'An, Pâques, Congrès, etc. Par la suite, au

niveau du District en tant que ; RSGA, RSG et RDRA. Aujourd'hui, les services continuent de me guider dans le mouvement AA, en tant que ; RDR.

Ma sobriété, aujourd'hui, passe par ma Puissance supérieure, l'assiduité aux réunions, mes lectures quotidiennes, le partage avec d'autres membres, nouveaux ou moins nouveaux, et, finalement, le service dans mon groupe et dans mon District. Si je veux continuer à savourer pleinement les bienfaits de ma sobriété ; je dois la partager avec les autres membres, afin qu'eux aussi puissent en bénéficier pleinement. Pour ma part, cela signifie, de redonner gratuitement ce que ma Puissance supérieure, le mouvement et ses membres m'ont si généreusement donné sans compter.

Pour être et devenir un serviteur de confiance, peu importe qui j'étais ou n'étais pas, je ne dois pas attendre d'être parfait pour offrir mes services. Justement, les services m'ont appris, et m'apprennent encore, que je ne suis pas et ne serai jamais parfait. Cependant, les services m'ont aidé et m'aident encore à devenir responsable, fiable, disponible, honnête. J'essaie d'appliquer ces qualités dans tous les aspects de mon quotidien, que ce soit à la maison ou au boulot et dans mes relations. Il y aura toujours une place dans le mouvement pour offrir mes services.

Pour ma part, je ne serais pas la personne que je suis aujourd'hui sans ma Puissance supérieure, sans le mouvement et ses membres, sans les services, j'en suis convaincu. Le mouvement en est un, d'action, donc, je

passe à l'action. Je dois tout à ma Puissance supérieure et au mouvement AA, car, sans eux, je retournerais dans ma poubelle, c'est certain. Dans mon cas, ce n'est pas une question de vertu, mais plutôt une question de vie ou de mort...

Accroche-toi, ça marche, ça marche vraiment !

Bon 24 heures !

Jacques C.

Représentant du District à la Région (RDR) – District 05 (Hull-Ottawa-Aylmer)

## RDRA 90-03

### FORUM TERRITORIAL DE L'EST DU CANADA, 20-22 JUILLET 2018

C'est avec beaucoup d'émotion et de bonheur que je veux vous partager, ce que j'ai vécu et ressenti lors de mon premier forum territorial.

Déjà, lors de mon arrivée, vendredi après-midi vers 15 h, il y avait plusieurs personnes sur place pour nous accueillir et nous faire sentir chez nous ! Je suis allé à l'inscription et comme j'étais déjà pré inscrit, mon nom m'attendait sur un petit carton et parce que c'était mon premier forum territorial, on avait rajouté sur mon petit carton, une petite étoile!! J'ai ensuite rencontré plein de gens de partout au Québec et de l'Ontario !! On m'a par la suite, demandé de servir AA, en distribuant des documents du forum pour les arrivants, ce qui m'a permis de faire la

rencontre inattendue de Michèle Grinberg, Administratrice classe A (non-alcoolique), sans vraiment savoir qui elle était. C'est plus tard, lorsqu'elle a pris la parole au micro et que j'ai compris avec qui je venais d'échanger !! J'ai ensuite fait la connaissance de Diana, du bureau des services généraux, une femme extraordinaire qui est responsable du comité correctionnel. Wow ! Quelle expérience, de voir la gentillesse et la simplicité de ces gens !

Il était maintenant l'heure de commencer. Il est 19 h et Jane L., Administratrice territoriale pour l'Est du Canada, ouvre le forum avec un mot de bienvenue, suivi par la suite de, Michèle Grinberg, Administratrice de classe A, présidente du conseil des services généraux qui nous explique que le forum est un moyen d'échanger entre le BSG et le mouvement!! Par la suite, on nous a présenté la table des services généraux qui va comme suit, 21 administrateurs ; 7 de classe A (non – alcoolique) et 14 de classe B (membres AA). Voici, pour donner une idée, quelques-uns, des administrateurs classe A, qui nous représentent. Mme Grinberg, qui est l'actuelle présidente du conseil des services généraux, est une avocate de métier. Nous avons Mme Christine Carpenter, qui maintenant à la retraite, a été juge, pendant plus de 20 ans. Nous avons aussi un juge de la Cour suprême, aussi en poste, et je termine avec Mr David Morris qui ne parle pas l'anglais ...ni le français, mais le langage des chiffres !!! Notre trésorier du BSG est un éminent membre de la communauté financière de New York.

Il y a eu par la suite, une présentation des anciens administrateurs classe B, dont quelques-uns étaient présents, en autre, notre administrateur sortant, pour l'Est du Canada Richard B., pour ne nommer que lui.

Par la suite, on nous a présenté, Tom A, qui est Directeur de A.A.W.S Inc., un homme vraiment extraordinaire avec qui, j'ai eu la chance, d'échanger un peu. J'ai, par la suite, été très étonné des chiffres que l'on nous a présentés, concernant l'achalandage web, d'A.A.org ; plus de 36 000 visiteurs en moyenne par jour!!

Voici aussi d'autres faits intéressants présentés le vendredi soir : création d'un poste de vérification interne, qui a pour objectif principal de réviser les projets actuels et futurs.

Voici quelques chiffres, concernant les finances du Grapevine;

Pour le budget annuel de 2017 (projection en perte), 113 959 \$

2017 budgets finals, + 126 128 \$

Maintenant, je vais vous parler d'une femme extraordinaire, du nom de Diana, qui est responsable de la coordination du service de correspondance pour les détenus, un emploi à temps plein!! Hé, oui ! Les postes de travail au BSG, sont des emplois à temps plein rémunérés !! C'est plus ou moins, 600 lettres par mois qui doivent être traitées et, une fois par semaine, les demandes de correspondance des détenus sont associées à des volontaires pour continuer à transmettre le message, à ceux qui le demandent. Depuis les 5

dernières années, aux États-Unis, c'est plus de 268 volontaires qui se sont joints au service de correspondance pour détenus, et seulement 45 en 5 ans au Canada. Je crois sincèrement, que ce n'est que le début, et que, d'ici encore quelques années, les détenus au Canada auront plus facilement accès au service de correspondance. VOILÀ qui termine ma journée de ce vendredi...

Samedi matin, dure nuit, avec très peu de sommeil, mais pas question de se reposer, car je suis responsable et que je veux surtout ne rien manquer !!

J'ai particulièrement aimé la présentation de Dale S, délégué panel 68, de la région 86, de l'Ouest de l'Ontario, qui a pour but, d'encourager les services. Plusieurs idées ont été mises de l'avant ; comment les services peuvent-ils améliorer notre abstinence, en faisant participer les nouveaux aux réunions d'affaires, leur donner une voix, leur donner la chance de redonner par gratitude, et surtout leur donner le plaisir de servir AA !

Une autre présentation très intéressante a été celle de Lucien J., délégué du groupe 68, région 87, Sud-Ouest du Québec ; « La technologie et les AA : quand l'innovation rencontre les traditions ». Il y a été question des réseaux sociaux et du bris d'anonymat, de l'utilisation des cellulaires dans les meetings, les tablettes, etc. Une autre belle présentation !

Ensuite, c'était l'atelier principal du forum sous le thème ; l'alcoolique d'aujourd'hui, inclusion plutôt que l'exclusion. C'est là que la première séance au micro a commencé, avec 2 minutes de droit de parole, à ceux qui le

désiraient. Il y a été question d'exclusion par endroits géographiques, d'exclusion pour double dépendance, le jugement des sexes et l'apparence ethnique, les tatouages et les piercings, etc.. Pour ma part, je suis allé parler au micro et je me suis exprimé sur l'identification par double dépendance (je suis alcoolique toxicomane, etc.). J'ai parlé, de ce que mon groupe d'attache vit fréquemment, dû au fait, que c'est une maison thérapie et qu'il est normal, lors de leurs séjours, de ne pas s'identifier correctement, d'être tolérant et que lorsqu'ils reviennent par la suite après leur sortie, de les informer correctement sur la façon de s'identifier. Par la suite, plein d'autres idées ont été partagées, en autre, un groupe qui s'est déplacé dans une maison pour personnes âgées afin qu'ils puissent avoir un meeting ! Il y en a eu d'autres, mais je n'ai pas eu le temps de toutes les écrire !

Maintenant, parlons finances. Hé ! Oui, c'est toujours un sujet difficile à discuter dans le mouvement des Alcooliques anonymes, mais c'est essentiel à notre survie. Notre administrateur de classe A ; David Morris, qui parle seulement le langage des chiffres (et laissez-moi vous dire qu'il en connaît long). Je tiens à vous rappeler, que tous nos administrateurs de classe A, sont totalement bénévoles, ils ne reçoivent aucun salaire et ils ont tous des vies très bien remplies. David est un membre éminent de la communauté financière de New York, et il est notre trésorier au BSG. Je crois que nous sommes entre de très bonnes mains!! Je ne vous parlerai pas trop de chiffres, car j'ai son rapport avec moi et il est disponible, pour qui

veut bien le consulter. Je dirai une chose, la 7<sup>e</sup> tradition a été exceptionnelle cette année, et a couvert pour 82 % du budget total des dépenses d'AA (Canada et États-Unis). Il y donc un manque à gagner de 18% qui s'est fait par le biais des ventes de notre littérature. Il y a encore place à amélioration de la part de chacun de nous, et peut-être qu'un jour, AA, réussira à être 100 %, autofinancée par la 7<sup>e</sup> tradition.

Maintenant, je suis rendu aux ateliers du samedi soir, plusieurs étaient très invitants, mais j'ai choisi d'assister à : « Le leadership, une question essentielle pour les AA », animé par Mario L. président de la région 88, Sud-Ouest du Québec. J'ai décidé d'écouter et d'ouvrir mon cœur, entendre tous ces gens s'exprimer sur : comment ils ont été emportés dans l'amour du service, par des leaders exceptionnels, qui ont su, être des gens d'attrait plutôt que de réclame. C'est alors que j'ai, moi aussi, réalisé que l'on m'avait, graduellement transmis la passion de servir AA, par cette passion et l'amour profond, pour Alcooliques anonymes. J'ai moi aussi, désiré ce qu'il dégageait, alors, oui le leadership dans AA, est essentiel et contribue grandement à former de nouveaux serviteurs de confiance!!  
MERCI, Sylvain !

Là, ce fut l'heure du social ice cream! Pour un petit 10\$ tu te bourres la face de crème glacée et surtout, tu socialises avec les membres!!

Dimanche matin, déjà la dernière journée, un week-end extraordinaire qui déjà s'achevait. Il y a eu une longue séance de partage pour les membres qui

en étaient à leur premier forum territorial. Hé, oui ! Je suis allé m'exprimer au micro. Que de la gratitude et de l'amour. J'ai beaucoup d'émotions et je suis très reconnaissant envers ma conscience de groupe, pour l'occasion unique qui m'a donné la chance de vivre ce week-end. Un grand merci!!

Il y a eu ensuite, 10 minutes de partage de trois anciens administrateurs. Le week-end ne pouvait pas mieux se terminer. Écouter ces membres parler avec autant de passion de leurs expériences dans les services d'Alcooliques anonymes, m'a donné un boost énorme pour terminer mon mandat de RSG. J'espère, sincèrement, que mon rapport vous a permis de vivre un peu, ce que moi, j'ai vécu ce week-end, et qui sait, peut-être même, vous avoir donné le goût d'assister au prochain forum territorial de l'Est du Canada, du 13 au 15 novembre 2020 au Marriott Hôtel, Ottawa Ontario.

Décompte final, 512 personnes, dont 301, étaient à leur premier Forum!!

Martin L., RDRA élu 90-03,

## FORUM TERRITORIAL de l'EST du CANADA 2018

**HOTEL LE VICTORIN**

19 Arthabaska Blvd. East

Victoriaville, Québec

Canada G6T 0S4

(877) 845-5344

20 - 22 juillet 2018

Vendredi: 18 h 30 - 22 h Samedi: 9 - 21 h 45 Dimanche: 9 - midi

## Trésorière 90-22

Bonjour ! mon nom est Karin B. et je suis alcoolique, j'ai le privilège et la responsabilité de vous servir comme trésorière.

Premièrement, j'aimerais vous remercier tout un chacun de la merveilleuse opportunité que vous m'avez donnée de vivre au Forum territorial, de Victoriaville du 20 au 22 juillet dernier. Je vous en suis très reconnaissante. Aucun mot ne pourrait exprimer ma gratitude, suite à cette expérience.

Voici ce que j'ai vu, entendu et ressenti lors du forum territorial.

Vendredi 20 juillet 2018

C'est le départ. Ce n'est pas mon premier forum, mais cela a quelque chose d'impressionnant de savoir que je vais avoir l'opportunité de rencontrer nos serviteurs de confiance, du BSG. On peut avoir l'impression qu'ils sont loin et plutôt inaccessibles, mais c'est tellement faux ! Que de gratitude pour ce que je m'appête à vivre.

Je me suis demandée, moi, la p'tite trésorière du 22, ce que j'allais faire là ! En bonne alcoolique, je veux être parfaite, je veux tout voir, tout entendre pour revenir avec plein d'informations, au district.

Arrivée à Victoriaville vers 13 h, la chambre est déjà prête, je m'installe et voilà, l'aventure du forum commence ! Je ramasse ma cocarde à la table d'inscription, l'accueil est super. Des gens passionnés avec des sourires

contagieux. Je me suis sentie chez moi, à ma place.

Avant même l'ouverture, j'ai la chance de parler avec Ive Lisse, affectueusement appelée Ive. Elle en est à son 144e forum. Quelle dédicace et, en plus, elle n'est pas membre AA. J'échange avec Steve S. responsable des forums territoriaux du Conseil et de la Conférence.

C'est l'ouverture. Jan, nouvelle Administratrice de l'Est du Canada, classe B, nous souhaite la bienvenue. Elle en est à son premier forum dans sa nouvelle tâche. Quel moment spécial pour elle, mais, aussi pour nous, car c'est un privilège de pouvoir partager ces instants avec elle.

La soirée, se poursuit avec Michele Grinberg, Administratrice, classe A, qui nous souhaite la bienvenue et prononce le discours d'ouverture. Pour moi, ce fut un moment fort en émotions, frissons garantis, surtout lorsqu'elle mentionne les raisons qui la poussent à s'impliquer et à nous servir avec autant de motivation, nous, les alcooliques.

Voici ses mots :

*« On me dit souvent : « Je sais pourquoi je suis là, mais toi, qu'est-ce que tu fais ici ? ».*

*Il y a deux réponses. La première est facile à exprimer : je suis là où ma Puissance supérieure m'a voulue. Et maintenant, c'est à moi de faire tout mon possible pour servir au mieux AA dans son ensemble.*

*Il est plus dur de trouver des mots pour la seconde : j'ai observé des gens que j'aime – famille, amis, collègues – descendre dans la folie de l'alcoolisme et de la toxicomanie, souvent pour rencontrer la mort. En tant qu'amie ou famille, j'ai connu la douleur de l'observateur. Mais, j'ai aussi pu voir des gens que j'aime trouver les AA, et se rétablir, grandir en spiritualité et mûrir émotionnellement. En tant qu'amie et membre de la famille d'alcooliques, je connais la gratitude et le respect qu'on éprouve pour les AA, devant une telle transformation. Ma Puissance supérieure m'a confié le don et la responsabilité au nom de tous les amis et tous les membres de la famille de ceux qui ont trouvé une vie d'abstinence ; j'ai l'honneur de pouvoir aider les AA – et de dire merci – en me mettant à votre service ».*

Ces mots n'ont fait que renforcer mon désir de servir AA. Je me suis dit que si une personne telle que Michele, qui n'est pas alcoolique, et dont sa vie ne dépend pas de nos trois legs, peut donner autant de son temps, je ne verrais pas pourquoi je ne pourrais pas en faire autant !

S'en suit des présentations sur le Conseil des services généraux, deux administratrices, classe A et une classe B, viennent nous expliquer leur rôle et responsabilités. On nous explique aussi les deux différentes corporations, soit AAWS et Grapevine. Bien qu'elles soient deux entités à part entière, ces deux corporations se rapportent aux Conseils des services généraux qui se rapportent aux délégués de la Conférence.

La soirée n'est pas terminée et mon cerveau déborde d'informations !

On passe, maintenant au service de correspondance avec les détenus, quoique plus populaire aux E-U, le service est aussi existant au Canada. Le principe est simple, la transmission du message, à l'intérieur des murs, en correspondant avec un détenu qui a préalablement fait la demande au BSG. Pour ce qui est de la procédure, un formulaire est disponible sur le site aa.org. Dès que vous aurez soumis votre formulaire, le BSG pourra vous jumeler avec un/une détenu (e). Il est important de noter que l'anonymat et la sécurité sont des éléments importants de ce service. Pour ce faire, le BSG vous jumelle avec un détenu dans une prison localisée dans un état ou province différente de la vôtre. Étant dans l'ignorance, avant cette présentation, je dois admettre que c'était un service qui m'intéressait plus ou moins, ce que la peur et le jugement peuvent faire parfois. Il ne faut pas, que j'oublie que, peu importe où nous sommes, je suis responsable, si quelqu'un quelque part, tant la main, en quête d'aide...

Impossible d'aller se coucher immédiatement après tout ça ! Un forum, c'est, aussi, créer des liens avec les membres qui y sont présents ! Après avoir échangé avec quelques membres, je ne vois pas l'heure passer, et voilà, il est tout près de 23 heures, lorsque je me rends à la chambre.

Samedi 21 juillet

Il est 6 :15, une autre journée de service commence. Le café est bienvenu ! Je me prépare, je prends un petit déjeuner et voilà, il est déjà temps de retourner aux

présentations. Vous savez, AA, c'est sérieux, mais ce n'est pas triste ! Avant le début des présentations, je vais me chercher un café, je prépare le tout, je prends place dans la salle et là... je réalise qu'au lieu du sucre dans le sucrier c'était du sel, heu ! Pas du tout ce à quoi, je m'attendais !! J'écoute les présentations, un membre me rapporte un nouveau café, et... oui, oui... encore du sel !! Cela m'a pris quelque temps, avant de reprendre un café cette journée-là !!

Un peu de sérieux, ce matin, nous avons des présentations, de la part, des délégués, sur plusieurs sujets, dont : - encourager les services, - technologies et les AA, - votre triangle est-il équilibré et la conscience de groupe.

Pour ma part, ces sujets, portent à une réflexion personnelle, mais aussi collective.

1-Comment peut-on, encourager le service ? Voici ce qui a été mentionné durant la présentation : en étant un exemple, l'attire. Nous devons partager notre expérience. L'importance que les membres assistent aux réunions, pour leur montrer le chemin. Mettre de l'emphase sur la première tradition et vivre selon les 3 legs à l'intérieur comme à l'extérieur du mouvement.

2-La technologie, et les AA – Innovation vs tradition ? Il y a plusieurs sites web, non AA, qui parlent au nom du mouvement actuellement sur le Net. Le BSG travaille actuellement à revampier le site actuel afin d'être plus à jour. Avec les nouvelles technologies, nous ne sommes plus à l'abri des bris d'anonymat. Voici un exemple :

Inscrit sur Facebook : « Je célèbre mes deux ans à « X place », vous êtes invités à venir célébrer » en tant que tel, cette phrase ne brise pas votre anonymat, seulement vos contacts, membres des AA, en comprendront la signification.

Votre ami non membre vous répond : « Félicitations pour tes deux ans ! Depuis que tu es dans AA, tu as beaucoup changé ! » Voilà une phrase qui vient briser l'anonymat.

3- Mon triangle est-il équilibré ? Unité – Service – Rétablissement. Le délégué nous parle du fait qu'il n'est pas toujours facile de conserver l'équilibre. Par exemple, lorsque tu es rendu à un certain niveau de service, tu peux avoir l'impression de délaisser ton groupe d'attache... Son parrain lui disait que : « même si je ne sers pas mon groupe autant qu'avant, je le sers à un niveau différent ».

4- La conscience de groupe : la force qui nous guide. La conscience de groupe est la base même de l'unité des AA. C'est la force directrice et spirituelle de notre Mouvement. C'est la 5e tradition en action. Le concept 1 nous rappelle que : « La responsabilité finale et l'autorité suprême des services mondiaux des AA devraient toujours relever de la conscience collective de notre association tout entière. »

La journée se poursuit avec des présentations sur différents sujets : - Grapevine, - Conseil des services généraux, - BSG et bien sûr - les finances.

Newton P, Administrateur universel, nous donne une description de la tâche. Par exemple, il doit assister à la réunion

mondiale du service (RMS au 2 ans), ainsi qu'à la REDELA (réunion des Amériques). L'ampleur de la tâche est exceptionnelle, et le tout se fait bénévolement.

J'apprends, dans les différentes présentations, que :

- Le gros livre (version anglophone) s'est vendu à plus de 37 millions d'exemplaires, à ce jour.
- La dernière traduction disponible est en Navajo et le livre est seulement disponible en format audio, puisqu'il s'agit d'une langue qui ne s'écrit pas. Vous pouvez trouver plus d'informations à ce sujet dans votre BOX 459. Un extrait des 12 étapes est aussi disponible au site suivant : <http://area03.org/Area-03-Committees/Remote-Communities/The-12-Steps-translated-to-Navajo-audio-video> . Vous pouvez vous référer au dernier BOX 4-5-9 pour en connaître davantage sur l'histoire de cette traduction.
- La valeur d'un dollar en 1935 équivaut à 18.04 \$, en 2018.
- 82.3 % des services sont soutenus par la 7e tradition
- En 2017, il en coûte 7.40 \$ US annuellement, par membre au BSG. En 2016, 7.27 \$ US.
- Le site web aa.org est présentement en

« reconstruction » et nos serviteurs travaillent à la création d'une application.

- Nos serviteurs travaillent actuellement sur un projet concernant AA dans le monde. Celui-ci commence à prendre forme et est présentement montré dans les forums, afin d'obtenir le pouls des membres.
- Il y a actuellement 63 Conférences des services généraux à travers le monde, incluant la nôtre.
- 
- Le personnel du BSG est soumis à la même rotation que les membres serviteurs, c'est-à-dire qu'aux deux ans, ils changent d'affectation. Ils servent aussi à titre de secrétaires sur un comité de la Conférence. Ils ont le droit de vote, à la Conférence, par contre, ils ne peuvent voter dans le comité où ils servent.

Après une journée aussi bien remplie, rien de tel que l'« Ice Cream Social » pour échanger avec les membres présents, des sujets discutés durant la journée, mais aussi tisser de nouveaux liens. J'ai eu la chance d'échanger avec Dave (ancien délégué de la 81 et responsable de l'ASTECAA 2017). Un autre membre me raconte que c'est sa conjointe, maintenant décédée, qui lui a présenté, le mouvement, et c'est la raison pour laquelle, il sert AA, pour honorer sa mémoire.

Dimanche 22 juillet

Dernière journée du forum, mais quelle journée ! On entend le partage des membres, assistant à leur premier forum. D'ailleurs, ils étaient 301 membres, qui en étaient à leur première expérience, sur un total de 512 participants. Je vous résume en quelques mots leurs impressions :

Pour la plupart, le forum leur a permis de découvrir la grandeur d'AA. Certains se demandaient ce qu'ils iraient chercher dans ce forum. Maintenant, ils sont convaincus de la nécessité de véhiculer l'information reçue. D'autres mentionnent l'importance de servir, mais surtout la grande majorité est remplie de gratitude du fait que nos serviteurs du BSG viennent à notre rencontre pour parler avec nous. Ils sentent leur sentiment d'appartenance aux AA renforcé.

Vient ensuite les questions du « ask-it basket », une en particulier m'a fait, un peu lever de ma chaise ! Devrait-on adapter les écritures du gros livre pour refléter la réalité de 2018 ? Par exemple, on mentionne la femme ménagère... La réponse offerte aux membres est la suivante : on peut faire la demande pour que la question soit débattue à la Conférence afin d'adapter le gros livre. Bien sûr, la procédure pourra prendre quelque temps et cela exigerait une nouvelle édition, soit la 5e.

Comme mentionné, j'ai voulu confirmer que l'on ne pouvait changer les écrits de Bill, car, de ma compréhension, c'est, ce que l'on demandait ici. Effectivement, la demande avait déjà été faite dans le passé et la résolution était que nous ne pouvions changer les écrits des 11

premiers chapitres, sans l'approbation du 2/3 des membres au niveau mondial.

Le moment fort de cette journée, pour moi, a été le partage d'expérience de trois anciens administrateurs, classe B, qui a clôturé le Forum. Quels magnifiques partages et quelle motivation pour continuer de servir AA.

L'un de ces partages, m'a vraiment touché et démontre à quel point la fraternité sauve des vies et ce, peu importe où vous vous trouvez dans le monde et peu importe le langage dans le pays où vous vous trouvez. De là, l'importance de continuer à transmettre le message, mais surtout que tous les membres AA parlent la même langue, soit le langage du cœur.

Si vous me demandez à quoi sert le forum, je vous répondrai ceci :

« Les forums territoriaux transmettent le message d'amour et de service des AA, en améliorant la communication à tous les niveaux de notre Mouvement ». Vous trouverez la description complète à la page S71 de votre manuel de service.

Amour et service

Karin B.



## RDRA 90-13

### L'implication dérange

Bonjour à tous (tes), c'est avec plaisir que je vous écris ma passion pour les services et c'est avec dévouement que j'essaie de mon mieux de transmettre celle-ci à d'autres. J'ai commencé à servir en étant responsable des publications. J'allais, une fois par mois à la réunion mensuelle. Ce fut en même temps, une formation pour moi, car j'ai appris à être en gang. Ensuite, on m'a élue RSGA. J'ai assisté à différentes réunions, pour moi ce n'était pas demandant, car j'aimais ça. Cela m'a permis de me montrer, cela dit en toute humilité, et de voir d'autres membres, dont j'ai fait la connaissance. Après les 2 ans comme RSGA, j'ai été élue RSG, c'est un poste que j'ai adoré faire en y participant tous les mois. Ma passion grandissait, même si parfois ce n'était pas facile, car il y a des choses qui dérangent et qui demandent beaucoup de patience et de tolérance. Je trouvais que ça n'allait pas assez vite à mon goût. Pourquoi prendre tant de temps à donner une réponse ? On me disait qu'il n'y a rien qui presse dans AA. En assistant à la réunion mensuelle, je me disais que je voulais un jour, être au bout de la table, pour pouvoir animer une réunion, je me voyais là ! J'ai eu cette chance, il y a presque 2 ans, lorsque l'on m'a demandé, si j'étais intéressée à être RDRA. J'ai dit oui, tout de suite. Mais quelques mois plus tard, une tuile m'est tombée sur la tête. Je me suis remise en question, je me demandais, si je voulais toujours servir, le goût était manifestement disparu. Après mûre réflexion et après en

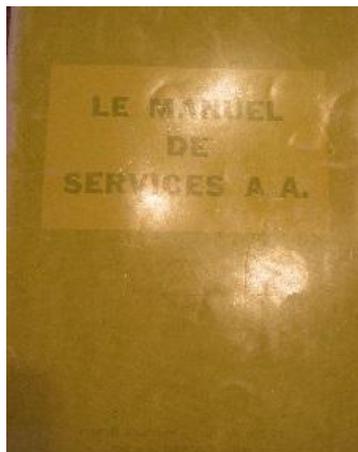
avoir parlé, j'ai décidé de plonger. Aujourd'hui, je n'ai aucun regret, ce fut une belle aventure d'avoir été RDRA et celle-ci, se termine en décembre. En octobre, je me suis présentée comme RDR et j'ai été élue. J'ai vraiment hâte d'aborder cet autre défi. Beaucoup d'eau a coulé sous le pont depuis mes débuts dans AA, cela n'a pas toujours été facile. Je me suis battue contre moi-même, et après quelques années, j'ai persisté. C'est très important, d'avoir une marraine ou parrain de rétablissement, et aussi d'avoir un parrain ou une marraine de services, car seule je n'y arriverais pas. C'est vraiment ensemble que cela fait une différence. Tous les vendredis, j'assiste à la réunion sur le manuel de services qu'on lit et l'on pose des questions si on ne comprend pas certaines phrases ou termes qui sont écrits dans le livre. C'est très enrichissant. Présentement on vient d'avoir le rapport de la conférence et c'est ce qu'on lit pour quelques vendredis. Je souhaite à d'autres d'avoir la piquûre des services, car l'implication nous fait avancer beaucoup plus que si on restait assis sur une chaise. Le changement qui s'est opéré en moi est tellement grand depuis que je suis dans AA. Je suis convaincue que cela va continuer en ce sens si je fais ce que j'ai à faire pour mon bien-être et celui des autres.

Amour et service

Jocelyne F. RDRA 90-13.



## Saviez-vous que ...



Cette édition révisée en 1975 du Manuel de Services A.A. contient des témoignages personnels et des opinions sur la fonction de R.S.G. Nous les retrouvons dans les pages 36 et 37, voici quelques impressions que l'on peut lire.

- *Je suis reconnaissant envers mon groupe, d'avoir attendu que j'aie passé du sable au roc avant de m'élire R.S.G., d'avoir attendu que je devienne intéressé, sincère et dévoué pour rendre ce je-ne-sais-quoi mystérieux qui m'avait été si généreusement donné. (R.S.G. en Arizona)*
- *Vous m'avez élu R.S.G. pour découvrir l'expression de la conscience du groupe et pour vous en faire rapport à la Conférence des Services généraux A.A. Vous m'avez dit, que je devais servir de lien entre notre groupe et le monde A.A.*

*Pour y arriver, j'aurai besoin d'un peu de votre temps au cours des réunions, après les réunions ou à l'occasion de réunions spéciales. J'ai beaucoup et j'aurai encore plus, à vous dire sur ce que A.A. fait dans les autres groupes, les autres états et provinces de même qu'au centre mondial des services A.A. à New-York. Mon travail s'est avéré intéressant, même passionnant. Il en sera ainsi pour vous au fur et à mesure que vous vous familiariserez avec les Services généraux A.A. Ainsi, lorsque je fais appel à votre contribution, au programme d'une réunion, je vous prie de vous rappeler qu'elle fait partie de nos trois Héritages vitaux, Rétablissement, Unité, Services.*

- *Le R.S.G. peut ouvrir la porte à la grandeur du monde A.A. pour permettre à son groupe de bénéficier du Mouvement tout entier.*
- *Un R.S.G., actif et dévoué, accomplissant de son mieux les devoirs de sa charge, constitue la clef du succès pour la structure de la Conférence et l'unité d'A.A. tout entier.*

*Joyeuses fêtes dans l'amour et la sérénité !*

*Lise O.*

## Activités de la Région

### **Adresse École Laval Junior :**

2323 Boul Daniel Johnson, Laval, QC.,  
H7T 1H8.

### **Adresse bureau de la Région :**

282 rue De Villemure, St-Jérôme, QC.,  
J7Z 6B9.

### **Assemblée de Bienvenue**

**Samedi 2 février 2019**

**Heure : 9:00**

**Où :** École Laval Junior,

### **RÉUNION de présidents de comité, groupes de travail, membres de bureau, visiteurs**

**Quand :** Le 1er février 2019

**Heure :** 19:00

**Où :** Bureau de la région :

### **Partage RDR, RDRA**

**Vendredi 1 février 2019**

**Heure :** 19:00

**Où :** École Laval Junior.

### **Comité régional**

**Dimanche 3 février 2019**

**Heure :** 9:00

**Où :** École Laval Junior,



## **ACTIVITÉS DES FÊTES**

### **8 heures de Noël**

**Quand :** le 24 décembre 2018

**Lieu :** Salle Opale 510 Rue St-Isidore  
St Lin Laurentides, J5M 2V2

Ouverture à 19h. Partage 19h30

Danse, Buffet,  
Contributions volontaires

Nous mangerons ce que vous  
apporterez.





L'ASTECAA est l'assemblée de service territoriale de l'Est du Canada des alcooliques anonymes. Cet événement a débuté en 2013, à Montréal, donc c'est avec un grand privilège que la Région 90 est l'hôte de la quatrième édition de cet événement. Nous accueillerons tous les membres de chacune des dix régions de notre territoire de l'Est du Canada, en nous rassemblant comme une seule entité pour discuter des sujets actuels concernant AA, dans son ensemble et de notre futur.

Notre principale préoccupation inclura des présentations, des panels et des ateliers orientés vers le thème de la 69<sup>e</sup> Conférence des Services généraux - : « Notre Gros livre-80 ans, 71 langues. » Ce sera l'occasion pour notre Fraternité de mieux se connaître l'un et l'autre et, de connaître les éléments de l'ordre du jour qui seront présentés à la Conférence 2019. Plus important encore, cela donnera à tous les membres AA, l'occasion de devenir partie prenante du processus, en faisant entendre leur voix, à travers les discussions, les questions et les réponses. Après tout, nous, les membres, sommes des Alcooliques

Anonymes. Des services de traduction seront disponibles pendant tout le week-end pour tous les événements qui se tiendront dans la salle de bal principale. Il y aura aussi des ateliers et des panels séparés en français et en anglais.

Le comité de l'ASTECAA 2019 se veut aussi inclusif que possible à tous les niveaux de la structure de service AA. Pour soutenir cet engagement, nous exhortons tous ceux et celles qui s'inscriront à indiquer le numéro de leur région, leur fonction de service et, très important, s'ils consentent à participer à l'une ou l'autre des présentations en tant que ; présentateur/présentatrice, lecteur/lectrice ou modérateur/modératrice. C'est votre événement et nous aurons besoin de votre implication pour en faire un succès.

Venez nous rejoindre, au Sheraton Laval, du 22 au 24 février 2019, pour participer à cet événement. N'oubliez pas qu'il y a des frais d'inscription de 30 \$ reliés à cette réunion, car celle-ci est organisée par les 10 régions de l'Est du Canada. Nous vous invitons donc, à vous inscrire en grand nombre sur le site [ceraasa.org](http://ceraasa.org)

Luc T.  
Président de l'ASTECAA 2019



LETTRE DE REMERCIEMENT DE MICHELE GRINBERG,  
PRÉSIDENTE DU CONSEIL DES SERVICES GÉNÉRAUX,  
ADRESSÉE À TOUS LES MEMBRES DE LA RÉGION 90



Dear Eric, Lynda and the Area 90 Fellowship,  
Thanks so much for making my trip to Area 90 one that I will always remember. The warmth and friendship extended to my husband Jim and me was very special and demonstrated the A.A. principle of love and tolerance.  
Thanks also for my gifts. My globe sets proudly in my bookcase. The thoughts written in my card and book are treasured.  
Be well, one day at a time, and thanks for your service to this Fellowship we all love,  
Michele

The phrase is simple  
and the words are few,  
but behind them  
is a whole lot  
of appreciation and gratitude!

Michele Grinberg  
Class A Trustee  
General Service Board Chair

*Un Gros Merci*

*Cher Éric, Lynda et tous les membres de la Région 90,*

*Un gros merci d'avoir fait de mon séjour dans la Région 90 un que je vais toujours garder en mémoire. La chaleur et l'amitié offerts à mon mari Jim et à moi-même étaient très spéciaux et démontraient les principes d'amour et de tolérance des AA. Merci également pour mon cadeau. Mon globe terrestre siège avec fierté dans ma bibliothèque. Les pensées inscrites dans ma carte et mon livre me sont très précieuses.*

*Portez-vous bien, une journée à la fois, et merci de servir cette fraternité que nous aimons tous.*

*Michele*

*La phrase est simple  
et il y a peu de mots,  
mais ils sous-entendent  
beaucoup d'appréciation et de gratitude!*

*Michele Grinberg  
Administrateur classe A  
Présidente du Conseil d'administration des Services Généraux*

## Douze recettes pour vous assurer des Fêtes sobres et joyeuses

Les réceptions des fêtes sans alcool peuvent encore sembler redoutables aux nouveaux membres. Mais beaucoup d'entre nous ont connu les plus belles Fêtes de leur vie sans consommer d'alcool, chose que nous n'aurions jamais imaginée, souhaitée ou crue possible au temps où nous buvions. Voici quelques recettes qui nous permettront d'être joyeux et sobres.



**1** Projetez plus d'activités AA pendant la saison des Fêtes. Amenez des nouveaux aux réunions. Offrez-vous pour répondre au téléphone dans un club ou dans un bureau central, transmettez le message, aidez dans la cuisine ou visitez l'aile réservée aux alcooliques dans un hôpital.



**2** Recevez des amis AA, particulièrement des nouveaux. Si vous n'avez pas l'espace voulu pour accueillir un groupe, n'invitez qu'une personne à dîner et recevez les autres au moment de prendre le café.



**3** Gardez à portée de la main votre liste téléphonique des membres des AA. Si l'angoisse ou l'obsession de boire vous assaille, cessez toute activité jusqu'à ce que vous ayez téléphoné à un membre.



**4** Renseignez-vous sur les réceptions, réunions et autres rassemblements projetés pour le temps des Fêtes par les groupes de votre région et allez-y. Si vous êtes timide, amenez un plus nouveau que vous.



**5** N'assistez à aucune réception des Fêtes qui vous perturbe. Vous souvenez-vous de votre habileté à trouver des excuses quand vous buviez ? Il est maintenant temps de mettre ce talent à profit. Aucune réception de bureau ne vaut votre bien-être.



**6** Si vous devez aller à une réception où il y a de l'alcool et qu'il est impossible d'être accompagné d'un membre, ayez des bonbons à votre portée.



**7** Vous n'êtes pas obligé de prolonger votre soirée. Prenez à l'avance un «engagement important» que vous devrez respecter.



**8** Allez à l'église, n'importe laquelle.



**9** Ne restez pas inactif, à broyer du noir. Rattrapez le temps perdu: lisez, visitez des musées, marchez, écrivez à vos amis.



**10** Ne commencez pas maintenant à vous préoccuper de ces tentations des Fêtes. N'oubliez pas - 'un jour à la fois'



**11** Profitez de la vraie beauté des Fêtes, l'amour et la joie. Peut-être vous est-il difficile d'offrir des cadeaux tangibles, mais cette année, vous pouvez offrir de l'amour



**12** « Après avoir connu... » Inutile de répéter la Douzième Étape puisque vous la connaissez déjà..

## Services offerts par la Région 90 et disponibles pour vos districts.

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

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