

L'Héritage



Editorial	p. 2	Luc S.	p. 12
Secrétaire	p. 3	Délégué-Adjoint	p. 13
Serge B.	p. 4	Normand P.	p. 15
Centres de Détention	p. 5	Archives	p. 17
Publications	p. 5	Activités de la Région	p. 19
Délégué	p. 6	Annonce des Congrès	p. 20
Président	p. 10	Services offerts à la Région	p. 21

ÉDITORIAL



Bonjour mes amis(es) AA, mon nom est Micheline R. et je suis une alcoolique.

Je commence mon article en vous exprimant toute ma gratitude qui fait vibrer l'être que je suis. Être Éditrice de ce Bulletin me fait sentir bien petite devant toute cette grandeur, face à la vaste étendue d'expérience de vie qui est presque palpable quand je sais être à l'écoute de cette autre personne, celle qui est hors de moi... c'est-à-dire toi!

Je me sens débordante d'énergie et le fait d'être responsable de cette fonction écrite, m'amène à me sentir pleinement consciente de toute l'ampleur du travail effectué jusqu'à ce jour, mais toute aussi consciente du travail qui nous attend.

Ce qui fait que personnellement, pouvoir chérir le poste que j'occupe fait RESSORTIR le meilleur de moi, fait RESSORTIR toute ma bonne volonté et surtout fait REMONTER en moi tout le maximum que je suis prête à offrir, afin de me sentir pleinement heureuse et épanouie pour une fonction que je ne ferai probablement qu'une seule fois dans ma vie!

Quand j'occupe une fonction, je me pose toujours la question à savoir, qu'est-ce que je peux apporter comme contribution au niveau de la qualité de mes expériences acquises en tant que Serviteur que je suis? Que puis-je faire pour me surpasser, pour me surprendre, pour oser, pour faire réveiller en moi ce qui dort encore, pour faire revivre je ne sais quoi et surtout, question de faire une différence dans le cœur de l'autre. Que vais-je me souvenir de chaque fonction que j'aurai occupé? Qu'est-ce qui me fera sourire quand je me rappellerai chacune d'elle? Et que dire de ce beau Bulletin, auquel je ne compte plus les heures et qui m'emplit de joie!

Peu de temps s'est écoulé entre la dernière parution et celle-ci, mais sachez qu'il fait partie de moi. Peu importe la fonction que j'ai occupé dans le Mouvement, je l'ai toujours considéré comme un mariage. La fonction fait partie intégrante de moi. Je me lève le matin avec le Bulletin et je me couche le soir avec le Bulletin ou la fonction à laquelle j'occupe si vous préférez.

L'engagement est une des essences avec laquelle je me sens en parfaite harmonie, ce n'est pas quelque chose que je fuis. C'est quelque chose qui m'interpelle plus que jamais. Je suis habité par quelque chose de beaucoup plus fort que moi et je suis aussi habité par tout ce que vous êtes et que je ne suis pas, c'est-à-dire tout ce que vous me faites voir et que je ne vois pas encore ou tout ce que je ne sais pas de moi sans même savoir que je le sais, que j'aie et que je possède. La lecture de vos textes, dont le respect est mon sceau, met en lumière cette partie encore inexplorée de moi et qui m'encourage à m'épanouir un peu plus chaque jour!

Micheline R.
Présidente de l'Héritage

bullreg@aa90.org

SECRÉTAIRE



Bonjour à tous, mon nom est Michelle D. et je suis une alcoolique.

Je commence mon article par l'extrait tiré des Réflexions Quotidiennes en date du 30 Juin que voici :

SACRIFICE = UNITÉ = SURVIE

L'unité, l'efficacité et même la survie des AA dépendront toujours de notre volonté constante de renoncer à nos ambitions et à nos désirs personnels pour assurer la sauvegarde et le bien être communs. Si le sacrifice assure la survie individuelle de l'alcoolique, il garantit tout autant l'unité et la survie du groupe et de toute l'association des AA. Réflexions de Bill. P. 220

Réflexions Quotidienne page 190

Ce passage m'apprend que je dois mettre de côté certains traits de ma personnalité, pour le bien-être commun de tous. Selon mon parrain de service, cela m'apportera des récompenses. Collaborer sans s'affilier se révèle parfois décevant.

Je crois qu'en demeurant libre de tous intérêts extérieurs, je demeure libre de laisser ce Mouvement évoluer pour les générations futures. Encore aujourd'hui, il m'arrive de trouver difficile d'être au service.

Au fil des années, m'impliquer m'a fait sortir de ma zone de confort. Je participais à un meeting en sirotant mon café et je n'avais qu'à me soucier de ma personne. Je prenais des taches et cela était facile au début comme prendre le café, l'accueil, puis le jour est venu où on m'a demandé, si le poste du RSGA m'intéressait et j'ai dit oui. Peu de temps après, j'ai remplacé le RSG, les services fut pour moi une grande école où chacun avait des opinions différentes et parfois les réunions étaient houleuses. Plusieurs questionnements sur le comment moi je pouvais faire en sorte de faire ma part pour améliorer l'unité et j'ai appris que je devais mettre de côté mes ambitions et me rallier à la majorité, je n'étais que la transmission du message.

Après ce terme, je croyais enfin retourner dans ma zone de confort, mais non, la vie en a décidé autrement et on m'a demandé si le poste de RDRA m'intéressait et encore une fois, j'ai été confronté à des divergences d'opinions. À la fin de ce terme, je croyais encore une fois retourner dans cette fameuse zone, mais encore là, la vie en a décidé autrement. Je crois sincèrement que le fait de m'être détaché de mon désir d'être confortable à tout prix, m'a fait grandir intérieurement.

Est-ce qu'il y a eu des moments où j'étais en désaccord où est-ce qu'il y a eu, pour ma part, des remises en questions? Bien sûr que oui! Mais le plus beau dans toute cette aventure, c'est que je fais partie d'un tout. Cette zone de confort pour moi où je n'avais qu'à me prendre une chaise et siroter mon café est maintenant bien loin derrière moi, car je suis convaincue que je dois redonner et laisser de côté certaines idées. Je dois servir avec humilité et ne pas laisser mon égo décider.

Me rappeler que Dieu a tracé ce chemin de service pour moi et que je dois être reconnaissante, car cela m'a permis de faire des rencontres extraordinaires qui n'auraient jamais eu lieu si je n'avais pas dit oui. Je dois aussi être reconnaissante au fait que je suis devenue une personne différente.

Encore aujourd'hui, il peut y avoir des moments plus difficiles, je peux essayer des critiques, mon opinion peut différer, mon égo peut assurément faire surface etc. Mais plus je descends dans cette structure, plus j'apprends à mettre de côté mes émotions et demeurer au service des autres. Il y aura, tout au long de ce chemin d'autres périodes houleuses, d'où l'importance de ne pas faire ce voyage seul et de trouver la bonne personne pour vous accompagner. Avec le temps, tout cela est devenu pour moi une passion. Je ne connais pas l'avenir, mais malgré certaines périodes plus difficiles et l'ampleur de la tâche à accomplir, il n'y a rien que je changerais à cette route.

Michelle D.
Secrétaire Région 90
sec@aa90.org



GRATITUDE AUPRÈS DES SERVICES!

Bonjour à vous tous, mon nom est Serge B., membre des AA depuis le 9 Mai 1999.

Je suis reconnaissant auprès de la fraternité des AA pour toute la structure qui se trouve à l'intérieur du Mouvement.

J'étais de nature timide et renfermée, mon implication dans les Services AA m'a permis de grandir positivement et ce, dans plusieurs domaines de ma vie.

Le meilleur exemple qui me vient en tête, est lorsque j'ai pris le poste à l'Information Publique dans 2 Districts.

J'ai dû aller vers les membres pour leur demander de l'aide pour pouvoir mener à bien ma tâche. J'ai dû aussi passer par-dessus ma gêne et ma timidité.

Pourtant quand j'étais actif, c'est-à-dire en dehors d'AA, je n'avais jamais besoin de personne.

Quand je me suis impliqué au Congrès comme Président, encore là, je devais tempérer les ardeurs des membres assis autour de la table.

Vous savez comme moi que ce n'est pas toujours évident une «gang» d'alcooliques en rétablissement, mais j'ai su passer au travers.

Je me suis beaucoup amélioré intérieurement et spirituellement et ça, je le dois en bonne partie grâce au merveilleux Mouvement des Alcooliques Anonymes.

Je serai reconnaissant pour le restant de ma vie.

Merci à vous tous et longue vie au Mouvement!

Serge B.

CENTRES DE DÉTENTION



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

Au moment d'écrire ces lignes, tous les Centres de Détention de notre Région sont fermés aux bénévoles, et ce, depuis le début de la pandémie.

Je m'occupe d'un groupe à l'intérieur des murs où nous faisons l'étude des Étapes et le contact des membres de l'intérieur me manque. Au début du confinement, j'ai contacté une ressource du socio culturel de l'institution et je lui ai demandé si je pouvais écrire une lettre qu'elle transmettrait aux membres du groupe des Douze Étapes et elle a accepté. J'en envoie une par semaine depuis le début de la pandémie.

L'institution où je vais habituellement est le CFF à Laval (boulevard Lévesque) et ils l'ont eue dure pendant un bon moment. Il est à noter que c'est le Pénitencier Fédéral qui a été le plus durement touché à travers le Pays par la COVID-19. Pendant le plus fort de la crise, les détenus étaient dans leur cellule 24/24 sauf ½ heure par jour.

Nous avons reçu une correspondance de Correctionnel Canada qui nous dit que pour les détenus assistant à la réunion, les bénévoles sont importants. Il y aura une reprise graduelle des activités, mais on ne sait pas quand. Il semble y avoir une ouverture pour le virtuel, c'est à suivre.

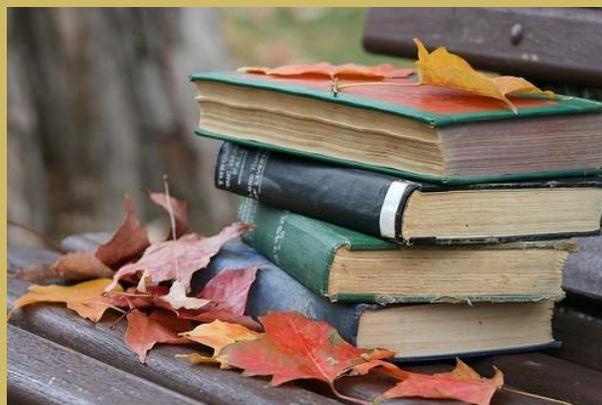
Dans la Société, qu'on me demande de me laver les mains, porter un masque et de garder les 2 mètres de distance, c'est vraiment, rien car je n'ai qu'à penser tout ce qu'on dû endurer mes amis à l'intérieur des murs et aux mesures extrêmes qui leur ont été imposées.

Je sais aussi que ça n'a pas été facile pour d'autres personnes à l'extérieur qui ont été confinées dans leur logement ou dans leur chambre, une pensée pour eux m'accompagne.

Bonne journée à tous dans la patience et l'acceptation.

Claude L.
Président, Comité des Centres de Détention
cdet@aa90.org

PUBLICATIONS



Bonjour mes amis, je suis Alain L. alcoolique et j'ai le privilège de vous servir comme Président du Comité des Publications de notre belle Région 90.

Tout d'abord, le BSG est heureux de nous annoncer que du 1^{er} Juillet au 30 Septembre, un spécial nous est offert. Célébrons le Gros Livre, notre livre Alcooliques Anonymes sous tous ses formats et dans toutes les langues, bénéficie d'un rabais de 10% sur le prix du catalogue. Aussi, j'ai reçu un courriel m'avisant que le BSG voudrait savoir si vous avez des nouveaux Responsables en tant que Comité des Publications autant dans vos Districts, Bureaux Centraux /Intergroupes et Groupes, si oui, un formulaire est à remplir. Pour les intéressés à ce formulaire, m'en faire la demande sur le site Web Régional au Comité des Publications (publ@aa90.org) et je vais vous le faire parvenir.

Alors... en ces temps particuliers... comment allez-vous? J'espère que tout se passe bien pour vous et vu que nous sommes plus souvent à la maison, pourquoi ne pas en profitez pour lire ou relire certains bouquins de nos Publications. Vous savez comme moi que ce n'est pas le choix qui manque! Cette suggestion s'applique tout d'abord à moi, approfondir mon savoir sur notre programme des 12 Étapes, des 12 Traditions et des 12 Concepts. En apprendre un peu plus sur nos Fondateurs et l'histoire de notre Mouvement. Comme vous, je suis en apprentissage et c'est par nos Publications que j'apprends le plus. Alors à moi d'en profiter!

Merci à tous ceux qui ont organisé ces réunions par vidéo conférence, excellent moyen de garder contact avec les membres et le Mouvement des AA qui pour moi est primordial.

Alain L.
Président Comité des Publications
publ@aa90.org

DÉLÉGUÉ



Bonjour mes amis AA

Je me prénomme France F., je suis une alcoolique et j'ai le goût de vous parler de moi un peu plus dans cet article.

Nous voici rendu en plein cœur de l'été, qui se veut extrêmement chaude cette année. Je suis très reconnaissante d'avoir tout ce qu'il me faut pour me rafraichir... ce qui n'aurait jamais été le cas sans Alcooliques Anonymes. J'ai donc décidé de rédiger un article un peu plus personnel, en fait, de faire un genre de partage de service, afin de vous permettre de mieux me connaître.

À mon arrivée à AA, ne pas boire fut mon premier défi. Mais rapidement, le défi suivant s'est manifesté... dont celui de rester abstinente. C'est à ce moment que j'ai discuté avec mon parrain, ma marraine ainsi que certains autres membres d'expériences qui m'ont aidé à demeurer sobre. Une des premières suggestions qu'on m'a faites, (car connaissant les dégâts qui peuvent en découler, il n'est jamais souhaitable de dire quoi faire à un autre alcoolique) a été les publications et d'embarquer dans ce simple programme.

D'accord, mais comment fait-on cela? Deuxième suggestion... les Étapes. Bien entendu, ça m'a pris un bon moment pour comprendre que de passer au travers avec mon parrain et mon Être Suprême n'était qu'une première expérience parmi tant d'autres que je devrais vivre tout au long de ma vie.

J'ai finalement compris que les Étapes n'étaient pas seulement à faire une fois dans ma vie pour demeurer sobre, mais que c'était quelque chose que je devais faire quotidiennement, les intégrer dans ma vie, afin de surmonter les embûches que la vie m'enverrait. On en parle plus explicitement dans le chapitre 6 "À l'œuvre" de notre "Gros Livre" page 92. Ce n'est pas parce que j'arrêtais de boire que la vie cesserait de tourner et que tout irait bien, sans problème et qu'il n'y aurait que bonheur et paix. Non, non, non! Ce n'est pas ainsi que ça s'est passé pour moi.

La vie a continué et j'ai dû faire face à des choses que je n'avais jamais pensé vivre. Par contre, la différence est que maintenant j'ai des outils pour ne pas retourner à mes anciennes habitudes lorsque la vie me confronte et/ou que je vis des épreuves épouvantables.

C'est ce que notre simple programme nous enseigne et si je fais cela, les promesses que l'on retrouve dans notre "Gros Livre" à la page 103 se réalisent dans ma vie.



Puis, après plusieurs épreuves tel que le décès de ma fille de 5 ans, puis 10 ans plus tard le décès de ma première femme avec qui je faisais vie commune depuis presque 13 ans, on m'a suggéré de m'impliquer un peu plus bas dans la pyramide de service chez les AA si je voulais continuer de cheminer et non pas faire du "sur place" comme je le disais.

J'avais besoin de sentir que j'avançais malgré tous les malgré de la vie et ce n'était plus ce que je ressentais. J'avais besoin de plus.

C'est donc après avoir occupé tous les postes de groupe et avoir été marraine de groupe au Super Maximum de Ste-Anne-des-Plaines (1994-1996) ainsi qu'avoir été Présidente *CAGL (Comité des Activités Gais et Lesbiennes dans AA) pendant 4 ans (1997-2001) que j'ai décidé de m'impliquer au niveau du District.

Avec ce que je sais aujourd'hui, je vous dirais que j'aurais aimé découvrir bien avant, les bienfaits d'une telle implication.

Même si le moment était bien choisi dans ma vie, nouvelle conjointe, changement de travail ainsi qu'un déménagement (changement de province) et tout ce que cela implique...

Malgré tout cela, j'ai quand même découvert qu'il y avait un manque flagrant d'implication dans mon nouveau District 90-07. J'ai donc passé 6 ans au District en tant que Secrétaire, RDRA et finalement RDR, donc de 2006 à 2012.

Après ces 6 ans, je me sentais appelé pour m'impliquer à la Région 90, mais j'ai décidé de rester un peu à la maison et de m'impliquer dans mon couple qui avait souffert de mes absences ces 6 dernières années. On parle aussi d'équilibre dans nos publications, donc c'est ce que je visais.

J'ai appris à conjuguer avec les 12 Traditions, tel que nos cofondateurs les ont rédigées et que l'on peut, bien entendu retrouver dans notre "Gros Livre" à la page 287 ou encore dans le livre "Les 12 Étapes et 12 Traditions".

On me l'avait dit que c'était un mode de vie, quelque chose que je devais intégrer dans tous les domaines de ma vie, mais je ne le réalisais pas totalement encore. Par contre, après cette expérience, je peux dire que c'était quelque chose avec lequel je pouvais maintenant vivre quotidiennement. Après 4 ans d'absence dans les services, à l'exception de mon implication dans mon groupe d'attache, je n'en pouvais plus de continuer ainsi. J'avais vraiment besoin de plus.



J'avais connu d'assez bons moments pendant mes 6 ans au District et l'implication me manquait terriblement. Après de longues discussions avec ma conjointe et beaucoup de prières, en octobre 2015, j'ai posé ma candidature au poste de Secrétaire à la Région 90. À mon grand étonnement, j'ai été élue pour vous servir pendant 2 ans 2016-2017. J'ai grandi et appris beaucoup pendant ces années comme Secrétaire. Puis, je voulais poursuivre ma route dans les services à la Région, alors j'ai posé ma candidature comme Délégué-Adjoint pour le terme de 2018-2019. Cette décision en fut une de dernière minute, car elle a été prise à 8h45 le matin des élections. Faut croire que Dieu voulait autre chose pour moi, car avec l'aide de Dieu, je voulais plutôt poser ma candidature au poste de Vice-Président, pour entreprendre un gros 8 ans à la Table Régionale, comme ce fut le cas pour plusieurs de mes prédécesseurs.

Le désistement au poste de Délégué-Adjoint de notre Présidente sortante fut toute une surprise pour moi le matin des élections.

Elle voulait plutôt se présenter comme Délégué et si elle n'était pas élue, elle se retirait de la Région 90. Ça laissait donc la chaise du Délégué-Adjoint libre. À cette annonce, des membres sont venus me voir pour me convaincre de poser ma candidature à ce poste. Ce n'est qu'après avoir méditer, m'être longuement entretenu avec mon parrain de service et tenu une **conversation intensive** avec mon Dieu d'amour que j'acceptais donc le défi qui se présentait à moi.

Quel stress et en même temps, quel bonheur! Est-ce vraiment là que Dieu me veut ? Est-ce que je ne vais pas à l'encontre de ce que mes prédécesseurs ont fait à la table de la Région 90 ? Des élections ont eu lieu et au deuxième tour, j'ai été élue.

Je n'en croyais pas mes yeux. Était-ce possible? Comment j'allais faire ??? Les peurs sont venues cogner à ma porte et après une bonne conversation avec mon Parrain et avoir prié mon Être Suprême, j'ai été apaisé, car Dieu a répondu à mes peurs et elles se sont enfuies. Évidemment, depuis ce temps, elles n'attendent pas d'invitation pour revenir et se pointer à l'improviste de temps en temps. Je laisse mon Être Suprême répondre et le tour est joué.

Au début de mon mandat, mes prédécesseurs m'ont dit : "maintenant, tu vas connaître les 12 Concepts des Services Mondiaux" et c'est ce qui est arrivé. Je découvris vite qu'à chaque étape de mon implication, j'avais de nouveaux outils pour travailler et que je pouvais les intégrer dans ma vie courante.

Mon mandat de Délégué-Adjoint a été tout aussi bizarre que celui de Délégué. La semaine suivant notre grande fin de semaine du début février, j'ai appris que j'avais un cancer stade 4.

Ayoye! Moi qui me croyais invincible!!! Un travail à temps plein, un autre à temps partiel, implication au niveau syndical à mon travail et mon implication dans AA. J'ai frappé un mur. Du jour au lendemain, je suis tombée. Plus rien d'important, seulement ma santé : FOCUS => GUÉRIR.

J'ai voulu démissionner à quelques reprises lors de mon hospitalisation (3 mois), mais à chaque fois mon parrain me répondais qu'il n'en était pas question, qu'ils (les membres du Bureau) voulaient m'attendre.

Ils étaient prêts à pallier au manque et à laisser la chaise vide le temps nécessaire pour que je guérisses. Ils avaient foi en moi, alors que je doutais énormément de mon sort.

Je m'étais abandonné dans les mains de ma Puissance Supérieure, sans trop savoir ce qu'il voulait pour moi.

J'avais fait un pacte avec Dieu et je m'étais abandonné à sa puissance. Finalement, après que les médecins aient perdu espoir à quelques reprises et qu'ils m'aient envoyé à Toronto suivre un traitement de radiothérapie intensif, j'ai commencé à remonter la côte et à aller mieux. Ma conjointe a souvent perdu espoir à cause des propos que tenaient les médecins au sujet de ma santé. Je suis finalement sortie de l'hôpital le 1er avril 2018 et dès la mi-mai, j'étais de retour à l'Assemblée Générale de la Région 90.

J'ai, tranquillement pas vite, repris mes activités à la Région, mais c'est tout ce que j'ai fait. Plus question de faire deux travaux (moi qui pensais être irremplaçable) et me concentrer uniquement sur la guérison. J'ai terminé mon mandat en faisant mon travail de Délégué-Adjoint au meilleur de ma connaissance et tout s'est bien passé.

Je suis en rémission et ma santé est beaucoup mieux.

Aux élections d'octobre 2019, j'ai donné mon nom comme Délégué et encore une fois, les RSG et les RDR m'ont fait confiance. Encore une fois, j'étais tellement surprise mais très heureuse.



Depuis le début de mon mandat, rien n'est ordinaire. Dès le début, ce fut la pandémie de la COVID-19 qui a fait des ravages incroyables. Confinement, donc fermeture des réunions un peu partout, installation des vidéoconférences via la Plateforme Zoom. Comment continuer d'offrir le maximum de services aux membres pendant la pandémie?

Comment continuer de tendre la main à l'alcoolique qui ne nous connaît pas encore? Comment protéger l'anonymat des membres, tout en utilisant les Plateformes en ligne?

Comment ramasser les contributions des membres et comment assumer notre responsabilité, alors que les membres se questionnent pour payer leur salle, malgré qu'il n'y ait pas de réunion? Les Districts qui ont quand même leurs dépenses à payer sont inquiets. Les Régions veulent aider, aider et aider encore... mais est-ce qu'ils s'y prennent de la bonne façon? Faisons-nous des erreurs? Sûrement, comme nos prédécesseurs, nous sommes des pionniers d'une ère nouvelle. Rien de tel n'avait été fait auparavant, pas plus au BSG que dans les groupes, Districts ou Régions. Tout est à inventer sur le principe «essaie-erreur». Alors, mon chemin se poursuit en essayant de vous servir au meilleur de mes capacités et expériences. Est-ce que je suis parfaite dans mon rôle? Sûrement pas, parce que lorsque je serai assez bonne, vous m'inviterai à laisser ma place afin que quelqu'un d'autres puisse apprendre, comme je l'ai fait. C'est ça le principe de rotation dont on parle dans notre Manuel du Service à la page S24.

Puis, probablement que je reviendrai m'asseoir dans une salle de réunion AA et que j'attendrai que vous ayez besoin de moi, car je serai toujours là pour Alcooliques Anonymes. Imaginez quel fut le défi de créer une conférence virtuelle.

Jamais ça n'avait été pensé. Si vous aviez dit cela il y a 6 mois, tout l'monde aurait pensé que nous étions complètement cinglés. Alors, c'est à suivre! Dans le prochain numéro, je vous parlerai de la 70^{ième} conférence des Services Généraux. Merci de me lire et au plaisir de se revoir bientôt, en face à face, ou alors sur nos écrans pour une réunion virtuelle.

* Ce comité n'existe plus dans AA.

France F.
Délégué Groupe 70, Région 90
del@aa90.org

PRÉSIDENT



Bonjour, mon nom est Ronald L. et je suis un alcoolique.

Nos réunions deviennent de plus en plus physiques et nous voulons tous retrouver la magie des réunions d'avant la pandémie. Même chose au niveau des réunions de Services.

Sachez que nous travaillons tous et toutes très forts pour revenir comme avant, la seule différence c'est de suivre les règlementations qui nous sont suggérées et de faire confiance à nos «leaders» dans le domaine de la Santé Publique.

Nous tenons à collaborer avec eux pour que tout soit sécuritaire pour chacun de nous. Mettons de côté nos doutes et nos croyances personnelles sur les règles sanitaires et suivons les recommandations suggérées. Notre égo personnel n'a pas sa place quand vient le temps de choisir d'adhérer aux recommandations de ceux qui ont les connaissances pour nous aider à faire une réunion en toute sécurité, soyons tous unis dans nos actions.

Je lis et relis souvent le Langage du Cœur, c'est un merveilleux livre qui s'avère très inspirant et rempli d'espoir pour notre Mouvement dans son évolution depuis l'aube de notre belle histoire commune. C'est en relisant ces pages, que mes yeux se sont arrêtés sur un écrit de Bill W. et qui date d'Avril 1946 et qui, 74 années plus tard, est encore très d'actualité sur notre avenir.

« Depuis la publication de ce livre en 1939, nous sommes passés de 100 à 24 000 membres. Sept années se sont écoulées, sept années pendant lesquelles nous avons accumulé une vaste expérience dans notre deuxième entreprise en importance : vivre et travailler ensemble. C'est aujourd'hui notre principale préoccupation. Si nous réussissons, et si nous maintenons notre réussite, alors, et alors seulement, notre avenir sera assuré. Puisque nous ne sommes plus obsédés par notre malheur personnel, notre principale préoccupation est désormais l'avenir des Alcooliques anonymes. Notre défi est de maintenir entre nous, les membres, une unité telle que ni les faiblesses personnelles ni les tensions et les conflits de notre époque troublée ne puissent nuire à notre cause commune. Nous savons que le mouvement doit continuer à vivre.

Autrement, à part quelques exceptions, nous et nos amis alcooliques du monde entier reprendrons sûrement notre voyage sans espoir vers le néant. Presque tous les membres des AA peuvent dire quels sont nos problèmes collectifs. En gros, ils concernent nos relations mutuelles et nos relations avec l'extérieur.

Ils touchent les relations du membre avec son groupe, les relations du groupe avec le mouvement et la place des Alcooliques anonymes dans cette mer trouble qu'est la société moderne, où l'humanité tout entière doit aujourd'hui faire naufrage ou trouver un refuge. Il existe un problème terriblement pertinent, celui de notre structure de base et de notre attitude au sujet des questions pressantes de leadership, d'argent et d'autorité. Notre avenir pourrait bien dépendre de nos sentiments et de nos actes entourant les sujets controversés, et de notre façon de voir nos relations publiques. En dernier ressort, notre destin dépendra sûrement de ce que nous sommes en train de décider au sujet de ces questions semées d'embûches.»

Reproduit avec la permission d'A.A.W.S. Inc.
Le Langage du Cœur p, 22 Édition 1993



Ronald L.
Président de la Région Nord-Ouest du Québec
pres@aa90.org



Le Service: Un voyage spirituel enrichissant!

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

Quand j'ai commencé dans le Mouvement en mars 1981, j'étais très timide et je ne savais pas dans quelle sorte de réunion je me retrouvais. Après 6 mois, je me suis pris un parrain qui m'a guidé dans mon rétablissement et aussi dans le service suite à une première animation à 9 mois d'abstinence. Qu'est-ce-que j'étais intimidé! Et à la fois content de moi parce que je devenais, un peu, comme les vieux membres!!!

À 6 mois d'abstinence, je me suis retrouvé dans une Assemblée Générale à la Région 90 et c'est là que j'ai connu un membre qui avait de l'attrait. Jean-Marie A. qui s'était avancé en marchant à travers cette masse de membres et qui s'était adressé à nous. Je ne me rappelle pas ce qu'il a dit, mais de l'avoir vu marcher avec confiance, il dégageait un attrait qui m'avais vraiment frappé solide! J'étais membre de Sous-District et je suivais Luc M. qui était mon RDR au 90-03 et qui m'amenait dans les réunions de la Région, et là, **LE** Jean-Marie A. avait été élu Délégué 1984-1985 de la Région 90 qui était à ce moment-là la Région hôte du Congrès International de 1985 à Montréal.

Notre lien d'amitié entre Luc M. mon RDR, Jean-Marie A. et moi grandissait suite aux nombreuses réunions de toute sorte dont des dîners, rencontres dans leurs maisons etc. J'ai même animé une réunion au Congrès de Montréal à 03:00, en pleine nuit, accompagné de mes amis(es) proches. Une expérience que m'avait proposée Jean-Marie A. Je grandissais dans AA.

J'ai fait un mandat de RDR avec une équipe qui me faisait sentir quelqu'un en me disant que j'étais un bon serviteur. Je grandissais encore... En 1991, j'ai accepté de servir comme Président de Congrès de Joliette, nous étions 1 000 membres dans cette grande fin de semaine de 3 jours. Ensuite je me suis impliqué comme Responsable de l'Information Publique au District 90-03, j'avais encore plus de bons amis pour m'épauler et nous avons donné de l'information en entrevue à la radio qui fut toute une expérience. Nous en avons fait aussi à la télévision communautaire de Saint-Gabriel-de-Brandon, nous étions là... de dos... pour préserver notre anonymat. Je grandissais toujours...

Suite à ces expériences de service, à mon travail mon attitude avait aussi changé et j'ai eu des promotions qui m'ont amené à me dépasser et je grandissais là aussi! En 2004, je revenais de Baie-Comeau car j'étais parti depuis 6 ans (grâce à mes promotions) et quand je suis revenu, au District 90-26 je me suis impliqué comme Responsable de l'Information Publique. Ensuite Trésorier du District. Élu RDRA puis RDR. J'allais à la Région en faisant des rapports au Comité Régional et en participant aux activités de service de la Région, je me sentais très à ma place. À la fin de ces mandats, je me suis présenté comme adjoint au poste de Présidence au Comité des Publications de la Région et on m'a accepté.

Je me suis présenté comme Président des Publications et on m'a encore accepté dans une équipe Régionale formidable. Deux ans plus tard on m'a demandé si j'accepterais la fonction de Président de la Vigne toujours à la Région et là aussi cette fonction m'a fait grandir. Au CA de la Vigne, tous les deux mois à Montréal, je voyageais avec mon parrain de service et nous avions des discussions sérieuses et enrichissantes. Au CA, je participais aux discussions en compagnie des 4 Délégués du Québec, les 4 Présidents de la Vigne de chaque Région, Secrétaire, Trésorière, Responsable de l'expédition et parfois avec l'Administrateur de l'Est du Canada. Je grandissais encore plus!

Je me suis aussi impliqué comme Président du Bulletin Régional L'Héritage pendant deux ans. Pendant tout ce temps, nous, les serviteurs Présidents de chaque Comité, étions invités à des Congrès afin d'informer les membres de nos fonctions en participant toute la journée du Samedi, tout en étant disponible pour des questions. Nous avons créé des liens forts et constructifs entre nous, apportant souvent notre opinion au sein des réunions des Présidents, le Vendredi soir.

Aujourd'hui, je suis Secrétaire dans le District 90-26 sur Plateforme ZOOM et je partage mon expérience de serviteur au sein du District. J'ai pris mon gâteau de 39 ans le 23 mars à la maison en surprise au retour de mon travail avec mon épouse, ainsi que Réal T. et son épouse par Face time.

Le service me fait connaître de bons et bonnes membres passionnés(es) apportant le meilleur d'eux-mêmes qui me font grandir spirituellement. L'addition de tous ces bons moments est une banque que je possède mais que je ne garde pas.

Je partage ce qu'il y a dans cette banque quand l'occasion se présente lors de discussions dans une réunion, un dîner, près d'une piscine, dans une chaloupe ou dans un camp de pêche.



Je remercie ceux et celles qui ont pavé la route spirituelle avant moi parce qu'ils ou elles ont été responsables et reconnaissants(es). Tous ces souvenirs de ce matin me font penser au slogan du Congrès International d'Atlanta en 2015 : " Heureux, joyeux et libres"

Luc S.
Secrétaire District 90-26



Bonjour les amis, mon nom est Normand P. et je suis alcoolique.

J'ai le plaisir et le privilège de vous servir à titre de Délégué-Adjoint à la Région 90 Nord-Ouest du Québec.

Comme vous le savez déjà, les mesures préventives pour la pandémie nous obligent à modifier notre calendrier d'activité de service.

Nous avons adapté nos réunions hebdomadaires en réunions sur des plateformes de vidéo conférence de type Zoom et maintenant nous sommes tous presque convaincu que cette façon de communiquer le message restera en complémentarité à nos réunions régulières. Exit le Rassemblement Provincial prévu pour la fin mai de même que pour plusieurs Congrès de District. Certains ont même modifié leurs formules pour présenter des journées de gratitude. J'ai eu la chance de visiter et de participer à quelques-unes et c'était vraiment génial! Une réussite.

Cette nouvelle réalité nous amène à nous dépasser, à nous réinventer tout en restant fidèle à nos principes. Le Congrès International en un rendez-vous virtuel en est un bel exemple.

Je me permets ici de vous remettre le lien : <https://2020convention.aa.org/fr>

Avez-vous pris le temps de visiter le Congrès International? D'écouter le message de Michele Grinberg, administratrice de Classe A (non alcoolique) Directrice du Conseil des Services Généraux? Avez-vous écouté les mini partages de membres? (Je vous laisse trouver notre membre de notre Région 90) Avez-vous savouré l'écoute des mini partages des *membres anciens* avec leurs dates d'abstinence de juin 1957? Comme moi, vous avez été ému en écoutant la capsule de la remise symbolique du 40 millionième du Gros Livre au Dr G. Koob? Et rêvez-vous déjà de Vancouver 2025!!!

Les mois, voir les années à venir mes amis seront déterminants.

Non seulement devons-nous nous dépasser, sortir des sentiers battus pour rejoindre l'alcoolique qui souffre encore et même nous réinventer, mais nous allons devoir être créatif pour nous garder mobilisé.

Trop de membres s'isolent dans un confort moyen et participe de moins en moins à l'activité du Mouvement tout entier. De grâce mes amis, n'oubliez pas l'attrait que vous avez pour les nouveaux. N'oubliez pas que rien n'immunise mieux que de transmettre le message... pour citer les écrits du Gros Livre en p. 23. *Notre vie même, parce que nous sommes des ex-buveurs, dépend de notre souci constant des autres et de la façon dont nous pouvons leur venir en aide.*

Alors mobiliser mes amis. Parrains, filleuls, amis de réunions, amis de services, amis de consciences de groupes etc. Ensemble, travaillons à garder notre Association en santé pour des générations à venir. Nos actions d'aujourd'hui seront déterminantes pour le futur. Je vous encourage donc à relire le livre : Le Mouvement des Alcooliques Anonymes devient adulte ou encore le livre : "Transmets-Le" ou pourquoi pas celui de : Dr. Bob et les pionniers. À ces lectures, la certitude que jamais personne dans les premières années de notre Association n'a ménagé ces efforts afin de transmettre le message.



Alors continuons dans la même veine, car parfois pour savoir où se diriger, nous devons se rappeler d'où nous venons. Parfois les épreuves de la vie nous ramènent à la base, une sorte de rappel bien expliqué par Bill W. dans le livre : Le Langage du Cœur en p. 169

Notre douzième Étape - la transmission du message - constitue le service de base de notre association ; elle est notre but principal et notre raison d'être essentielle. Bien hâte de vous rencontrer en personne, en suivant toutes les consignes de la santé publique bien entendu. Soyez prudents et garder la santé. Que Dieu vous garde!

Normand P.

Délégué Adjoint de la Région 90
deladj@aa90.org

Petit reportage sur la Réouverture des groupes !



Bonjour les amis, si vous êtes comme moi, tout vous intéresse. Je me questionnais depuis le début de la pandémie à savoir : Si la fermeture des groupes a été houleuse en mars, comment sera la réouverture des groupes le temps venu ? Ardue ou facile? Dans l'intolérance ou dans le respect? Alors j'ai fait un mini sondage dans mon entourage.

Je vous propose ici un mini, très mini reportage c'est-à-dire un résumé sur les démarches d'ouverture d'une douzaine de groupes. Leurs bons coups et leurs échecs et pleins de petits détails...

La réouverture débute normalement par des réunions de consciences de groupes pour tous, certaines simples et rapides, d'autres avec plus de division.

Certains membres se sentent insécurisés et préfèrent attendre avant de réintégrer les salles et laisse le groupe rouvrir en salle. Certaines conscience de groupe ont plus de difficulté, le plus dur est de trouver un local, car l'endroit où il y avait leur réunion est soit trop petit ou inaccessible par le locateur. Certains groupes à qui j'ai parlé sont à la recherche active d'un nouveau local.

D'autres groupes ont de la difficulté à motiver la majorité de la conscience à rouvrir, ils manquent de bras comme on dit. Certaines consciences de groupes se sont divisé les responsabilités, car ils mènent de front deux types de réunions dont sur plateforme Zoom et en salle. Quelques groupes font des réunions hybrides, sur plateforme Zoom et simultanément en salle. En posant des questions sur ces réunions hybrides, on m'informe qu'après une adaptation sur la technique, tout va bien. Une responsable de groupe m'explique que tous leurs conférenciers sont sur un téléviseur géant, ce qui leur permet d'avoir des conférenciers hors de leurs zones habituelles et tous sont très heureux. Intéressant comme concept.

Et les consignes de la santé publique dans tout ça ? La presque totalité des groupes ont un registre de nom à l'entrée qu'ils gardent de façon confidentielle, 14 jours comme c'est suggéré. Masques lors des déplacements, respect du 2 mètres de distanciation, solution antiseptique ou lavage de mains à l'entrée, au café et salle de bain. Aucun groupe m'a rapporté avoir des difficultés à faire suivre ces consignes aux membres.

À noter que deux des groupes sondés ne servent plus de café et que les salles de bains ont été condamnées. Il y a des commentaires qui m'ont même étonné! Les membres disent que ce sont des petits sacrifices pour les bienfaits d'une réunion en personne.

On m'informe également qu'il y a plus de membres âgés... malgré la pandémie... dans nos salles. Ils trouvent facile le port du masque car ils avaient bien des difficultés à s'adapter à la technologie.

Pas de conflits ou d'incidents malheureux. Parfois un peu d'explication c'est sûr, mais sans plus et tous coopèrent.

Tous sans exception m'explique que les tâches se sont multipliées, un ou deux membres à l'accueil pour le registre, pour le purell et la vérification des masques. Une équipe à la fin pour désinfecter le mobilier et les salles de bain. On me rapporte aussi que l'achat de masques et de purell feront partie des coûts de réouverture de salles qui seront à prévoir. Mais tous sont d'accord comme quoi la réouverture est bénéfique à l'ensemble du groupe et que la participation est bonne.



Les collectes sont supérieures à l'habitude. Les gens sont heureux de se retrouver en salle. La moyenne est de 32 personnes (de 12 à 50 par réunion.) Et les nouveaux dans tout ça?

C'est le plus beau de l'histoire car elle est la récompense des efforts de réouverture. Les récits que l'on m'a raconté sont vraiment beaux dont j'ai été témoin pour certains.



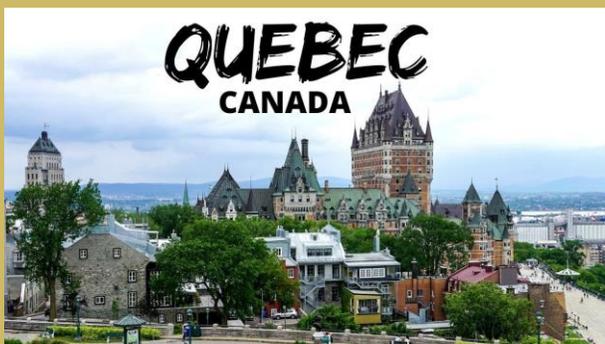
Plusieurs personnes ont, pendant la pandémie, cessé de boire avec ou sans cette technologie et les voilà en réunion pour la première fois. Ils sont émus et impressionnés à notre rencontre, ils voient nos tables de publications et sont étonnés. Il y a eu aussi plusieurs rechutes pendant cette période déroutante et les gens retrouvent enfin une certaine sécurité qu'est le contact avec les autres membres dans une réunion en salle. Sans oublier les jetons d'abstinence, 1 an, 12 ans voir même 35 ans... très émouvant! Voilà pour le reportage sur la réouverture des groupes qui en résumé se fait plus en douceur que l'on peut imaginer. En autant que votre salle est disponible.

Mon but en vous livrant ces informations, était de vous encourager à rouvrir, car sachez que Dieu n'est pas distrait. Le hasard de la vie a fait que pendant ma cueillette d'information, un membre m'a invité à partager sur plateforme Zoom à son groupe d'attache.

Cette soirée m'a permis d'y voir un groupe d'hommes et de femmes qui partageaient leurs forces et leurs espoirs. J'y ai vu un groupe virtuel en santé, qui remplissait un besoin réel.

Cela m'a convaincu que cette nouvelle façon de faire des réunions en virtuel restera sûrement en complémentarité à nos réunions en salle et qu'un n'empêche pas l'autre évidemment. Donc, au plaisir de se voir dans une réunion en salle ou sur plateforme de vidéoconférence bientôt et bonne réouverture à vous.

Normand P.



*Transmission du document tel que reçu.

Causerie en langue française de notre fondateur Dave B. à l'occasion de la conférence régionale bilingue du Québec, en l'hôtel de "Reine Élisabeth". Le 28 octobre 1960.

Chers amis de AA.

Vous parler en français, c'est sûrement du nouveau pour moi. J'espère bien pouvoir prouver une fois de plus que St-Paul avait raison en disant "qu'avec la foi, tout est possible." Même si mon français est loin d'être parfait, j'espère que vous comprendrez que je vous parle avec tout mon cœur.

Je devrais commencer, je le suppose, par vous dire que je suis un alcoolique et que je me nomme Dave B. Quant à mes qualifications comme membre de A.A. soyez assurés que je les possède. D'ailleurs, nous en reparlerons plus tard.

J'ai pensé vous donner, ce soir, un bref exposé de l'historique du AA. de langue française dans cette province. Commençons, si vous le voulez bien, par le commencement. Nous sommes au début de 1945 alors qu'un médecin alcoolique et un avocat en difficulté avec le Barreau se présentent chez moi, rue Victoria, en quête d'aide pour solutionner leur problème commun. Après quelque temps de sobriété, on les vit sombrer de nouveau dans l'alcoolisme.

Tout à l'heure, je vous en reparlerai. Il y eut ensuite ce citoyen de Charny, près de Québec, qui fit venir de New-York le "Big Book". Il me rendit visite et me dit qu'il s'en allait rencontrer Bill lui-même, dans l'espoir d'obtenir de l'aide. Il revint au pays et fut sobre pour quelque temps. J'appris plus tard qu'il était décédé parce qu'il avait vu de l'alcool à friction. Vous le voyez, les débuts d'AA pour le groupe d'expression française n'avaient rien de prometteur.

Mais à l'été de 1945 arrive Bob -ce bon vieux Bob- un chic type et l'un de mes meilleurs amis. Bob, après un échec au début, devint l'un des piliers de A.A. C'est lui qui se fit le pionnier du premier groupe de langue française au monde. En 1947, il s'installait avec quelques membres dans le sous-sol de l'ancien Preston Hall, rue Drummond. Bob considérait A.A. comme une chose très sérieuse. Un jour, je lui demandais pourquoi il gardait toujours une bouteille d'acide sulfurique sur son pupitre. "Dave, me répondit-il, ce sera là mon premier verre, c'est plus expéditif ainsi".

Puis vient 1949, Bill et Lois étaient présents lors de notre premier congrès régional. À cette époque, A.A. comptait déjà un bon nombre de membres d'expression française et les Douze Étapes avaient été traduites en français.

Dans ce volume "A.A. come of Age" (AA devient adulte), Bill nous dit –parlant de ce congrès régional- "Nous y avons rencontré les tout premiers membres A.A de langue française".

Je me rappellerai toujours cette réunion provinciale bilingue des débuts où j'entendis "pour la première fois" réciter le Notre Père en français. À cette époque, il y eut un autre début. Je me souviens très bien être allé avec Hughie qui avait organisé le premier congrès, rencontrer le maire Houde dont la réputation dans le domaine de la beauté n'était plu à faire. Et nous étions accompagnés par la plus charmante jeune dame que A.A ait comptée. Ce jour-là, pour la première fois, le "AA international" était l'objet d'une reconnaissance officielle au cours d'une réception civique princière au chalet qui domine le Mont-Royal. C'est également à cette occasion que Kay -au retentissant de femme alcoolique- la deuxième par rang d'ancienneté parmi les membres féminins de AA - lança cette phrase : "cliente du maire à Fullum, je suis devenue l'invitée de monsieur le Maire ici au sommet de Mont-Royal, et ce en moins de 4 ans".

Je pourrais vous parler longtemps ainsi - de l'avocat dont je vous ai parlé au début, Jacques, maintenant un vieux dans la cité de Champlain- André, le médecin qui nous revenait il y a une couple d'année en me disant "Dave, il n'y a pas d'autres endroits où je puisse aller". De ces pionniers qui, en organisant des groupes à travers la province, ont connu les angoisses des débuts et les croissantes difficultés des groupes qui progressent, de Pierre qui s'est entièrement voué à la cause de AA. et qui fut notre premier délégué de langue française à la Conférence des Services généraux à New-York - de ces centaines d'hommes et de femmes tout aussi

dévoués, qui ont travaillé si arduement et ont tant donné de leur temps et de leur personne. De ce service de traduction des brochures, de l'anglais au français, afin que tous puissent "partager", littérature qui apparaissait dans les groupes de France, d'Allemagne et de Belgique. j'espère qu'un jour vous pourrez lire tout cela dans le livre que je projette d'écrire et qui sera, en somme, l'historique du mouvement AA dans cette province. Mes amis, le thème de cette Conférence, édition 1960, est "L'UNITÉ". Peut-on trouver ailleurs un plus vivant exemple de cette "UNITÉ" qu'ici même dans les A.A. du Québec? C'est le rêve auquel j'ai consacré toute ma vie de A.A. J'en rends grâce au ciel d'être parmi vous, ici ce soir, pour en voir la réalisation.

Sans doute, une douce Providence a sûrement voulu qu'il en soit ainsi. Comment expliquer autrement que deux grandes races dont la culture et la langue propres sont si profondément différentes puissent vivre si unies, sous le regard paternel de Dieu et dans la fraternité de notre Société. C'est là l'héritage que nous devons laisser à ceux qui viendront après nous. Je souhaiterais que le pauvre monde déchiré qui nous entoure puisse comprendre et vivre selon les principes qui sont nôtres. j'espère aussi que nous nous souviendrons toujours, aussi longtemps qu'un alcoolique aura besoin de nous, qu'il n'y a réellement qu'un seul langage. C'est le langage de l'amour - de la compassion et de la compréhension. Ce qui compte avant tout, c'est de partager généreusement sans être payé de retour.

C'est - je vous le dis- "le langage du Cœur!"
Merci, chers amis, et que Dieu vous bénisse!

Jocelyne N.

Archiviste à la Région 90

arch@aa90.org

Activités de la Région

Comité Régional

Quand : Samedi, le 3 Octobre 2020 Heure : 9:00 OÙ : Gatineau ou

Par : Visio-Conférence

Réunion des Présidents de Comités, Groupes de Travail, Membres de Bureau, Visiteurs

Quand : Vendredi, le 16 Octobre 2020 Heure : 19 :00 OÙ : Saint-Jérôme ou

Par : Visio-Conférence

Assemblée Générale

Quand : Samedi, le 17 Octobre 2020 Heure : 9 :00 OÙ : Laval ou

Par : Visio-conférence

Il est très important de vous rappeler que vu les circonstances, le format des Réunions sera TOUJOURS sujet à changement. Merci de votre compréhension!

Annonce des Congrès

22^e Congrès AA de Gatineau 90-22

Veuillez noter que nous avons dû annuler le Congrès de Gatineau prévu les 18-19-20 Septembre 2020 pour des questions de logistique entourant la pandémie.

Le RSG : un poste clé chez les AA	• 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.
Le Groupe des AA... Là où tout commence.	• Cette séance d'information s'adresse à toute personne qui est intéressée par le fonctionnement du groupe dans l'esprit d'Alcooliques anonymes.
Les Douze Traditions- Synthèse de l'Expérience des AA	• « Nos traditions sont des guides vers de meilleurs façons de travailler et de vivre » Bill W.
Les 12 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.
Rôle du RDR	• 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 services généraux.
Sessions d'information	• 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 5 ^e tradition.

Services offerts par la Région 90 et disponibles pour vos Districts

Pour plus d'information, contactez le Président de la Région 90
courriel : pres@aa90.org