

L'HÉRITAGE

Bulletin régional no 3, vol 34, éd. juin-juillet 2014 Région-90 Nord-Ouest du Québec



DISTRICTS

Montréal-Nord (90-01)
Centre-Sud Laval (90-02)
Joliette (90-03)
Laurentides (90-04)
Ottawa-Hull-Aylmer (90-05)
Abitibi-Témiscamingue (90-06)

Les Deux Rives (90-07)
Repentigny (90-08)
Saint-Jérôme (90-09)
Nord-Ouest Montréal (90-10)
De La Vérendrye (90-11)
Chomedey (90-12)

Sainte-Rose (90-13)
Duvernay-Terrebonne (90-14)
Sainte-Thérèse (90-15)
Laval-Ouest (90-16)
Deux-Montagnes-Oka (90-17)
Charlemagne-Le Gardeur-Lachenaie (90-18)

Mont-Laurier (90-20)
Sainte-Julienne (90-21)
Gatineau (90-22)
Les Basses Laurentides (90-24)
Les Cimes des Laurentides (90-25)
De Lanaudière Nord (90-26)
Nunavik-Nunavut (90-27)

ÉDITORIAL

Bonjour à vous tous!

Bien que le futur du Bulletin L'héritage soit à l'ordre du jour, je me réjouis des nombreux partages reçus pour cette édition. Si nous voulons continuer à vous lire, nous devons avoir ces beaux partages de service, gages de la santé des services dans Alcooliques anonymes.

Les mois à venir seront occupés en juin et après les vacances de juillet le Forum Territorial, du 15 au 17 août. Pour ceux ou celles qui n'ont jamais assisté à cet événement extraordinaire, allez-y au moins une fois pour connaître ce qu'est un forum territorial.

Merci à tous ceux qui ont participé à cette édition du bulletin; par vos partages, AA dans son ensemble en bénéficiera.

Ronald L.

Président, Comité du bulletin L'HÉRITAGE

SOMMAIRE

Partages de service, René S.	3
Partage de Michelle D.	4
Partage de Gemma P.	5
Partage d'André P.	6
Partages d'Agathe F., d'anonyme et de Claude D., 90-13	6
Partage de Danielle, 90-20	7
Notre délégué, Luc T.	8
Notre délégué adjoint, Michael C.	9
Notre administrateur de l'Est, Richard B.	9
Publications, Luc St-G.	10
Origine de la semaine de gratitude	11
Les Traditions	12
Où va l'argent de la collecte	13
Activités régionales	14
Abonnement au bulletin l'Héritage	15
Services offerts par la Région	16

L'HÉRITAGE au 1^{er} mars 2014

Mon nom est René S., de Mont-Tremblant, RSG du groupe des Jeunes, district 90-04.

Après 21 ans d'abstinence d'alcool, avec un Égo démesuré, et plusieurs symptômes composant l'ivresse mentale, à la signature de mon divorce en décembre 2005, j'ai rechuté. Je suis revenu le 25 décembre 2009.

À mon retour, j'ai décidé de faire deux meetings par jour pour me garder sobre et me rétablir. Le comité de Midi St-Jovite m'a élu RSG pour deux ans, car je faisais des meetings tous les midis et je voulais m'impliquer pour demeurer sobre. J'ai eu beaucoup d'agrément à ouvrir et préparer la salle, et surtout accueillir nos membres. Après mon mandat de deux ans à titre de RSG, le poste de l'Information publique pour le District était disponible. Il était temps de diminuer de 14 meetings par semaine à 7 meetings.

J'ai décidé de remettre à AA ce que j'ai reçu. Après avoir lu «*Transmets-Le*» écrit par Bill W., la flamme de vouloir servir était vraiment allumée.

La première année de mon mandat, les difficultés rencontrées furent de bâtir le comité, car il n'y avait personne. J'ai demandé à deux personnes s'ils voulaient s'impliquer et les deux ont accepté. Nous avons procédé à l'annoncer dans les groupes pour avoir des RGIP (représentants de groupe pour l'info publique). Ceci a pris environ 6 mois pour bâtir le comité. Ensuite, nous avons établi notre plan pour faire connaître AA dans la communauté. J'ai décidé de prendre la responsabilité du réseau du CLSC des Laurentides et les autres membres ont divisé les secteurs d'activités et les régions pour présenter nos présentoirs remplis de brochures AA. Nous avons cultivé des liens avec le milieu des commerçants et le milieu de la santé. Le comité a été dévoué pour la pleine période de deux ans. À la fin de notre mandat, en décembre 2013, personne ne

voulait prendre le flambeau pour continuer à transmettre le message à celui ou celle qui souffre encore.

L'avantage d'être impliqué avec l'information publique, c'est de lire et apprendre sur notre maladie. J'ai compris beaucoup sur l'ivresse mentale, l'égo, la maladie, les 12 étapes et le mode de vie AA et, grâce à l'implication, comment devenir heureux, joyeux et libre.

J'ai compris aussi l'importance d'avoir un parrain de service, de se référer à notre manuel de service, d'être à l'écoute des autres, d'aimer servir même en cas de critique. Savoir aussi se taire à des moments critiques, se servir de la Prière de Sérénité en cas d'urgence ou de perte de maîtrise et surtout de se souvenir pourquoi je suis au service des AA.

Depuis quatre ans, je remarque beaucoup les résultats de l'implication. Ceux qui sont impliqués dans les services, sont habituellement heureux et souriants.

À compter du 1^{er} janvier 2014, j'ai décidé de revenir aux sources. Le groupe des Jeunes AA de Mont-Tremblant n'avait plus de parrain, ni de RSG et le comité m'a demandé si le poste de RSG m'intéressait. Certainement! C'est notre relève.

Merci, AA, d'avoir une organisation mondiale qui vient en aide à ceux et celles qui ont vraiment un besoin de se rétablir de cette maladie physique et mentale qui est puissante, sournoise et déroutante.

Merci, Bill et Bob!

Votre humble serviteur, René.



Salut! Mon nom est Michelle et je suis une alcoolique...

Merci à Dieu d'avoir mis AA sur ma route et merci à nos pionniers, à leur dévotion pour notre bien-être à tous. Je sais que l'implication me garde au Mouvement, une obligation pour les temps où la paresse me prend, et une très bonne raison de mettre en pratique le mode de vie ...atteindre la sobriété ... bon, peut-être pas tout l'temps sur le coup. ☺.

Suite à une rechute, j'ai eu la grâce de prendre conscience que je n'avais pas suivi les suggestions ... une marraine et m'impliquer, merci que la peur d'une autre rechute m'y força.

Le café fut ma première fonction, aidée par un membre du groupe. Le premier matin, surprise! À mon arrivée, la salle et le café étaient prêts. Ce membre, nerveux de prendre son gâteau ce matin-là, entreprit de tout faire avant mon arrivée... Mon instinct de survie prit place «dret là!» «Penses-tu que j'ai pris le café pour tes beaux yeux?» lui dis-je! J'ai survécu ... et lui aussi! Le café est encore l'implication que je préfère. Si je peux, je le prends avec un nouveau... on m'a appris cela dans mon premier groupe d'attache.

Je réalise la chance d'avoir commencé dans un groupe de membres impliqués et dévoués au nouveau. Ils m'ont encouragée, m'ont fait confiance, m'ont donné goût à l'implication.

Mon premier parrain de service était très zen; pour certaines personnalités «moins metteurs en scène», ça semble plus facile. Il avait de l'expérience et, comme suggéré, un parrain de service ... donc je ne sais sûrement pas tout! Mais c'est à lui que je dois ma confiance. J'étais intimidée par les hommes à cravate dans ce temps-là! Merci, Jacques.

J'ai fait des erreurs dans mes implications, par manque de référence, d'expérience, et d'ouverture d'esprit. Je réalise à quel point

l'expérience est primordiale. Nos pionniers étaient définitivement guidés et protégés par la Grâce de Dieu, sinon je sais fort bien que je ne serais pas sobre aujourd'hui.

Je constate toujours qu'en prenant du recul, me référant à mon parrain de service, ma littérature, que ce soit par les étapes, nos traditions, les lignes de conduite, les concepts, et en demandant à ma puissance supérieure que sa volonté soit faite, que je finis par voir mon propre comportement ... souvent en voulant pointer celui d'un autre.

Je suis surprise comment encore, je veux contrôler! Peu importe le prétexte....

Je sais que je peux faire du tort au Mouvement, à quelqu'un ... comme il est écrit. Je ne sais plus si c'est Bill ou Bob qui disait que si AA devait mourir, ce serait probablement de l'intérieur. Puisse Dieu me donner le courage de débarquer de mon égoïsme, car des fois, je me vois, mais je ne lâche pas, j'ai cet entêtement! Je sais qu'il est de ma responsabilité, en tant que serviteur de confiance, de me référer à l'expérience de nos pionniers pour le bien-être de mon groupe, de mon district, etc.

Dans AA, j'apprends à aimer, à m'aimer, aimer sans condition! Et vu que je ni suis pas tout à fait capable encore, je crois que je vais rester impliquée!

Bon 24 heures,

Michelle D.
Lanaudière

La magie de AA par les services.

Je m'appelle Gemma et je suis alcoolique. J'ai connu AA en 1984 et je suis tombée en amour avec AA.

À mon arrivée, j'ai pris un groupe d'attache. J'ai fait ce que les membres me suggéraient : café, accueil, adjointe à la 12^{ième} Étape, et puis responsable pendant quatre ans. Je me suis impliquée dans mon district, responsable de la 12^e Étape et service téléphonique. J'ai fait le poste environ 10 mois. J'ai laissé le poste au district, je n'avais plus de temps, mon travail prenait toute la place et je ne faisais qu'un meeting par 15 jours à mon groupe d'attache depuis 14 ans.

Il fallait réformer, sinon c'était la porte. J'étais vendeuse à commission. Alors j'ai travaillé comme une alcoolique déchainée. Je suis devenue «the Best of the Best». Pouvoir, prestige et avoir argent et non dans l'être. Je ne faisais presque plus de meetings, je me suis tapé une dépression majeure et j'ai été en psychiatrie; je ne l'ai pas accepté.

En 2002, j'ai fait une rechute et j'ai connu un très grand bas fond émotionnel. J'ai fait plusieurs tentatives de suicide et à la dernière, j'ai passé quatre jours aux soins intensifs, les médecins me donnant peu de chances de survie. Mais Dieu ne voulait pas de moi, alors j'ai survécu. Je suis restée quatre ans en enfer : ressentiment, apitoiement et isolement. J'étais incapable de vivre ni de mourir; et Dieu s'est manifesté. J'ai ouvert la télé et je suis tombée sur une émission «Victoire à l'amour». La prière de la sérénité jouait, et le pasteur a parlé du «lâcher prise», de l'accueil et de l'acceptation. Je me suis mise à pleurer. Alors à partir de là, j'ai arrêté de boire et je suis retournée aux AA.

J'ai trouvé cela très difficile; je n'avais plus la magie des AA. Je me promenais d'un groupe à l'autre et, encore une fois, Dieu s'est manifesté : j'ai pris le groupe Réhabilitation du nord et, dans ce groupe, je connais presque tout le monde : ce sont tous des anciens membres. J'ai assisté aux trois réunions d'affaires du groupe et du district et alors je suis devenue membre de groupe et il n'y avait pas de RSG, je me suis proposée et ils ont accepté. Mais la coche était haute, j'avais

dans mon groupe le RDR, le délégué, et d'anciens délégués et administrateur. Quand le président disait : «Maintenant, c'est au tour du RSG», tout mon corps vibrerait; j'avais peur de me tromper et de mettre les membres dans une fausseté. J'avais le bonheur d'avoir tous ces sages ou têtes blanches. Tout ce beau monde me guide et me parraine dans les services.

J'ai participé à presque toutes les réunions de services AA telle que Forum et Régionale, interprovinciale, CERAASA à Longueuil, études des traditions et concepts; c'est là que j'ai connu l'autre côté de la médaille de AA.

Les services, quelle belle aventure! je me suis fait de nouveaux et nouvelles amies. J'ai retrouvé la confiance que je n'avais plus et la magie d'AA. C'est avec regret que j'ai terminé mes deux ans, je n'ai pas vu le temps passer. Mais je sais que je vais prendre un autre service au district et dans mon groupe d'attache. L'implication dans les services n'a qu'un seul but, c'est d'aider les autres et soi-même à ne plus rechuter.

Je suis privilégiée de faire partie de cette grande famille AA, maintenant, j'ai quatre années de sobriété. En toute reconnaissance, merci à nos fondateurs Bill et Bob.

Merci au parrainage que j'ai reçu dans mon groupe; j'ai été une privilégiée, j'étais entourée de «de têtes sages» qui m'ont tous très bien conseillée avec Amour, Tolérance et Humilité.

Merci! Ex-RSG du groupe Réhabilitation du nord, 90-09

Merci de m'avoir lue.

La composition de textes est un point faible pour moi. J'ai beaucoup de mots et d'idées qui me tournent dans la tête, mais les mettre par écrit, c'est autre chose.

Gemma P.
Saint-Jérôme

Bonjour, mon nom André P.

Depuis 19 ans que je fais partie du Mouvement; dès le deuxième jour, j'ai rencontré un nouveau et j'ai discuté avec lui et depuis, chaque fois que je fais la moindre chose pour moi dans le mouvement, j'ai envie d'en donner plus.

Depuis janvier 2013, je suis le RSG d'un groupe qui a 63 ans d'âge et qui est sur le déclin. Nous essayons de le récupérer; j'assiste aux réunions du district et j'apporte les messages. Je n'ai pas de difficulté, je n'en ai pas sur le plan de mon implication, le ciel est clair, mais j'ai de graves problèmes au niveau de ma vie matérielle.

Je lis beaucoup et cela, depuis mon arrivée chez AA. Je connais beaucoup de vieux membres et je me suis mis à lire le *Manuel des services*. Je vais aux réunions de mon groupe et j'apporte le plus de renseignements possible, qu'ils me viennent de la région, du district ou de la littérature, pour donner un goût aux autres de voir la grandeur de AA et de s'impliquer. J'ai assisté à la régionale cette année et je venais juste d'entrer en poste; j'ai posé plusieurs questions et on m'a répondu, et souvent ils ont dit : «C'est écrit dans le manuel.»

Le membre avec qui j'ai fait ma cinquième étape est devenu délégué provincial et même, je crois, plus haut et il m'a suggéré d'assister à la journée spéciale et de beaucoup écouter. Je suis au début de mon terme de RSG, mais depuis 19 ans, que ce soit au café, à l'accueil, à la 12^e Étape, j'ai toujours été impliqué, pourquoi changer? J'ai fait un poste au niveau du district 90-15, à la 12^e Étape. J'ai beaucoup aimé les journées de rencontre au niveau du groupe, du district et des régionales. C'est là que j'ai pu assister et voir les RSG faire leur implication.

André P.
RSG, district 90-15

Bonjour à tous(tes),

C'est la première fois que je prends le temps d'écrire pour le Bulletin l'Héritage. Cette fois-ci, l'action suit la pensée.

En septembre passé, j'ai pris un gâteau de 24 ans et j'en suis reconnaissante et fière. Pas pour me péter les bretelles; je suis simplement contente du chemin parcouru.

Après quelques mois dans AA, des membres du petit groupe où j'allais régulièrement m'ont demandé si ça m'intéressait d'aller à la réunion des RSG avec Jean, le RSG de l'époque. J'ai dit oui. J'ai accompagné Jean et je ne l'ai jamais revu depuis. Ces mêmes membres m'ont encouragée à aller chercher les nouvelles pour eux... personne d'autre ne se présentait comme RSG, alors, j'ai dit oui. Ces membres ont été là pour moi, à me dire que je faisais bien ça. Ils m'ont fait confiance et j'ai recommencé à me faire confiance aussi.

J'ai appris quelques informations sur le fonctionnement de AA au fur et à mesure de mes implications, de mes lectures de la littérature AA, (brochures, livres, Manuel du Service, etc.) et des sessions de formation sur la structure AA. J'apprends encore.

Je suis inspirée par ceux et celles qui m'ont précédée dans les services et c'est une joie de me retrouver à partager avec eux. S'il y a, dans les réunions AA, matière à m'aider à identifier mes comportements et comment d'autres se rétablissent par la pratique des 12 Étapes, il y a dans le service et les réunions de services, matière à pratiquer ce mode de vie incluant les 12 Traditions et les 12 Concepts. Le plein programme, nécessaire à mon rétablissement physique, mental et spirituel... parfois rapidement, parfois lentement, mais toujours, si nous travaillons en ce sens.

Je dis souvent; «Je n'en reviens pas» de ma vie aujourd'hui. C'est sûrement le résultat de cette volonté à essayer de pratiquer le programme

du mieux que je peux et de dire «oui» aux services. Merci de me permettre de me rétablir avec vous.

Depuis ce premier mandat comme RSG, j'ai fait toutes les tâches dans un groupe et je suis actuellement RDR dans un district. Voici deux courts textes en provenance de membres du district où je m'implique qui se sont joints à moi pour participer au Bulletin. Merci!

Agathe F. 90-13

Quelques phrases pour le Bulletin l'Héritage:

Deux choses peuvent gêner l'unité d'un groupe: le commérage et la critique.

Pour éviter ces choses qui nous divisent, nous devons comprendre que nous sommes tous dans le même bateau. Nous ressemblons à un groupe de passagers dans une chaloupe de sauvetage après que le navire a coulé. Si nous voulons être sauvés, il nous faut ramer ensemble. C'est pour nous une question de vie ou de mort. Le commérage et la critique sont deux excellents moyens de détruire un groupe AA et dans la vie courante. Or, ni le commérage, ni la critique n'aident qui que ce soit à demeurer sobre.

Suis-je souvent coupable de commérage ou de critique?

Un alcoolique anonyme, 90-13

-o-o-o-o-

L'implication dans AA est pour moi un moyen de m'aider à affronter la peur d'être jugé. C'est aussi une façon de redonner ce que j'ai reçu. Je fais de mon mieux lorsque je vais en avant et je reçois souvent des encouragements. Cela m'aide à continuer et à terminer mon mandat. Aussi, je crois qu'il y a de la place pour tous ceux qui désirent s'impliquer.

Claude D., 90-13

Mars 2014.

Sur la pochette du livre *Transmets-Le* : «Il n'a jamais été *membre* des AA, parce que nous ne lui avons jamais permis de l'être.» Je suis aux trois quarts de mon terme de RDR du District 90-20, après avoir rempli toutes les autres fonctions de la table de mon District et avoir été impliquée dans les Sous-Comités auparavant.

Ce n'est que dans cette fonction de RDR que je découvre la signification réelle de cette citation. Je souhaite partager cette expérience avec d'autres, car je doute fort que je suis la seule à la vivre.

Lors des élections pour mon poste, Dieu s'est certainement manifesté dans la conscience de groupe de mon District, car tous les autres membres de la table étaient des amis qui m'avaient aidée à plusieurs occasions dans mon rétablissement personnel. Nous étions dans l'unité et avions des réunions de la table très agréables. Lors de controverses, nous avons pu ensemble examiner toutes les facettes de la situation, éclairer la conscience de groupe du District (12 RSG) des faits, des extraits du Manuel de service, du contenu de notre éthique afin que celle-ci puisse prendre des décisions éclairées.

Cette fonction m'a forcée à vraiment approfondir ma compréhension des 12 traditions et des 12 concepts des AA et de respecter la structure. Je peux comprendre ce que nos membres fondateurs ont compris : que Bill W. était un visionnaire et que la grandeur de la mission qu'il a acceptée lui avait été transmise par un Dieu d'amour pour tous les alcooliques. Combien de fois, durant mon terme, ai-je ouvert une page au hasard dans mon Manuel de service et le texte commençait par : «Il pourrait arriver que...ou il arrivera sûrement dans le futur que...» Je peux vous dire que notre District a vécu beaucoup de ces «Il pourrait arriver que...», et que nous avons pu mettre en application les suggestions de Bill

W. Ceci a toujours fonctionné, en bout de ligne.

J'ai toujours cru et je croirai toujours que l'alliance entre l'argent et la spiritualité dans AA est la transparence et je m'efforce de respecter cette ligne de conduite en tout temps. Ça n'est pas toujours facile et des amitiés sont quelquefois mises en cause, mais la fonction de RDR me commande de représenter tout mon district, tous les RSG et tous les membres AA sur mon territoire. La tâche me semble moins ardue depuis que j'ai compris que je dois placer les principes AA au-dessus des personnalités.

Ce que je trouve le plus difficile est de ne pas pouvoir être considérée en simple membre AA lorsque j'assiste à des réunions de services en tant que membre visiteur. J'ai très hâte de retrouver cet anonymat...

Ma fonction se termine dans neuf mois et je suis certaine qu'avec l'aide du Dieu d'Amour des AA qui se manifeste toujours lorsqu'une conscience de groupe se réunit face à face, je pourrai retourner au café dans mon groupe d'attache avec la satisfaction du devoir accompli.

Un gros merci également au parrainage de service que j'ai demandé et toujours reçu de membres du Comité Régional!

Danielle L.
RDR, District 90-20



Au moment d'écrire ce texte, je viens de vivre ma première Conférence. J'ai la tête remplie d'informations et de souvenirs, le cœur rempli de gratitude pour ce Mouvement qui a changé tant de vies et que nous devons protéger pour qu'il soit là encore pendant plusieurs générations. Même si j'ai eu un peu plus de 90 heures de réunions, je n'ai pas senti la fatigue, car nous étions là pour faire un travail et j'étais entouré de membres aussi

passionnés que moi. Pendant toute cette semaine, je n'ai pas entendu une fois un membre se plaindre que c'était trop long et «ça vas-tu finir?» Au contraire, vendredi soir, lorsque nous avons fermé la Conférence, j'ai plutôt entendu les membres dire « c'est déjà fini! ».

Maintenant que la 64^{ième} Conférence est derrière moi, le travail ne fait que commencer; je vais faire tout ce qui est possible pour vous transmettre les informations reçues, mon expérience, l'amour et la gratitude que j'ai reçues pendant une semaine, pour que vous puissiez à votre tour les transmettre aux membres. Plusieurs des discussions que nous avons eues tournaient autour de la première tradition « Notre bien-être commun devrait venir en premier lieu : le rétablissement personnel dépend de l'unité des AA » et aussi de la cinquième tradition qui dit : «Chaque groupe n'a qu'un objectif primordial : transmettre son message à l'alcoolique qui souffre encore ».

Je vous avais dit que j'étais content d'être dans le comité des publications et c'est encore vrai; cependant j'ai pris encore plus conscience de l'importance des publications dans le mouvement, car comme on entend souvent : «si tu veux avoir les vraies réponses, elles sont dans les publications.» Le dimanche après-midi, nous avons eu une rencontre d'une heure avec les administrateurs et le personnel qui s'occupe du comité des publications pour répondre à nos questions. Par la suite, nous nous sommes réunis le lundi matin pour discuter des 9 items que nous avons sur notre agenda. Nous avons décidé de prendre notre repas du midi sur place pour continuer nos discussions et, avant de repartir à 13h00 en plénière, nous avons convenu de revenir nous réunir après la journée de 21h15 jusqu'à 23h00. Comme il nous restait encore beaucoup d'items sur notre agenda et que l'on devait finir nos discussions pour mardi à 13h00, nous avons décidé de commencer à 8h00 et nous avons encore mangé sur place pour finir notre travail.

Maintenant que nos recommandations étaient claires dans le comité, il restait à les présenter à la conscience de groupe de la Conférence. Donc le jeudi matin à 9h00, la présidente du comité a commencé à présenter notre rapport final et après plusieurs discussions, votes, reconsidération, discussions et votes, nous avons terminé la

présentation de notre rapport à 15h15. Donc, en tout, nous avons passé 17 heures pour parler des publications, pour prendre les meilleures décisions pour l'ensemble du mouvement et pour être sûrs que nous gardons le message des AA et que nous allons le transmettre adéquatement aux membres et à l'alcoolique qui ne nous connaît pas encore. Lorsque le tout a été terminé, j'étais très fier du travail accompli. J'ai toujours aimé lire les publications, mais après cette expérience, je vais encore lire plus et faire attention pour transmettre le message des AA. Je vous résume qu'un seul moment de la Conférence et je vous invite à lire mon rapport final sur le site web de la région et, bien sûr, vous pourrez avoir toutes les recommandations et le déroulement de la Conférence dans le rapport final que nous aurons dans quelques mois.

Pendant toute cette semaine il y a eu des moments forts, des moments remplis d'émotions et de joie. La présentation de La Vigne et la reconnaissance de notre revue comme revue française de La Conférence, le fait que maintenant le matériel nécessaire pour la Conférence sera traduit en français et en espagnol et, bien sûr le moment le plus fort pour moi, l'élection de l'administrateur de l'Est du Canada pour les quatre prochaines années. L'élection a débuté à 13h30 le mercredi et vers 14h45, j'ai eu le privilège de téléphoner à Richard B., délégué, groupe 60, pour lui annoncer qu'il était élu pour le poste. Ce moment sera gravé dans ma mémoire pendant longtemps. Je suis fier de ce que j'ai accompli, mais je suis surtout fier d'avoir représenté la Région 90 et je vous remercie tous de me donner ce privilège.

Luc T.
Délégué, Groupe 64
Région 90



Bonjour à tous

En ce moment où je vous écris cet article, notre délégué est à la 64^e Conférence des services généraux. J'ai eu le plaisir de recevoir un appel de Luc, hier, pour m'annoncer que Richard B., ancien délégué de la région 90, panel 60, avait

été élu nouvel Administrateur territorial de l'est du Canada. Pour ma part, j'ai eu le privilège de servir avec Richard et je sais que l'est canadien sera bien servi.

Comme nouvel Administrateur, Richard est le quatrième membre de la région 90 à servir à cette fonction. Nous avons eu Michel G., qui a servi comme Administrateur universel et par la suite, Robert P. et Donald C., comme Administrateur territorial.

Il semblerait que nous avons tous une passion et une fierté de servir Alcooliques anonymes et d'être membres serviteurs de la région 90.

Le tout commence par un simple désir de rester sobre, une journée à la fois. Je suis sûr que si vous, comme membres, soit d'un groupe d'attache, de district, demandiez à ces membres qui sont devenus Administrateurs si un jour, à leurs arrivées dans notre programme, ils auraient cru se rendre juste que là.

Comme vous m'avez sûrement déjà entendu dire : «Merci à ces membres qui ont tracé le chemin afin que nous puissions rester sobres aujourd'hui, un jour à la fois.»

Amour et Service

Michael C.
Délégué-adjoint
Région 90



Bonjour, mes amis!

J'aimerais partager avec vous l'histoire d'un coup de téléphone. Le 30 avril dernier, au début de l'après-midi, je promenais mon chien dans le bois et je savais que tôt ou tard, mon cellulaire sonnerait. Il y avait les élections à la Conférence des Services généraux pour la fonction d'administrateur territorial de l'est du Canada. J'avais soumis ma candidature et j'avais été retenu par le comité régional pour

être le candidat de la région 90.

Je savais que parmi les 10 régions de l'est du Canada, sept d'entre elles présenteraient un candidat. Dans mes rêves les plus fous, je savais que mes chances étaient minimes bien que j'espérais être élu.

La promenade de mon chien terminée, je quitte en voiture pour le retour à la maison, ça doit faire trois minutes que je roule, voilà que mon téléphone sonne. Je sais très bien, sans répondre, que c'est Luc T., délégué de la région 90 à la 64^{ième} Conférence des Services généraux, qui me téléphone pour me faire part du résultat. Ça fait partie du protocole que le délégué qui présente un candidat lui téléphone, gagne ou perd, pour lui faire part du résultat. Luc m'annonce mon élection comme administrateur territorial de l'est du Canada. J'arrête mon véhicule, j'ai l'émotion dans la gorge, lui aussi, on pleure tous les deux, mon chien me gratte l'épaule en voulant dire : Hé! Qu'est-ce qui se passe? Selon Luc, on a gardé le téléphone ouvert pendant 5 minutes; moi, je ne me souviens pas. Je me ressaisis et je continue pour la maison. Je rentre chez moi, les téléphones de félicitations ont déjà commencé. Je suis perdu dans ma tête, envahi par des sentiments de gratitude et de peur et là, dans ma tête, ça part : «Qu'est-ce que tu as fait là, te présenter administrateur? Tu n'étais pas bien dans ta petite zone de confort? Ta petite job aux sessions d'information de la région comme adjoint? Et blablabla...

Pas besoin de vous dire que je n'ai pu dormir de la nuit! Le lendemain matin, j'ai reçu un coup de téléphone de l'administrateur sortant. Je lui ai exprimé ma peur devant ce nouveau défi qui se présentait. Il m'a simplement répondu que je n'avais pas à avoir peur. Ces simples paroles m'ont rappelé que peu importe la fonction que l'on fait dans AA, il y a toujours des gens près de nous pour nous aider et que le travail se fait en équipe. Aujourd'hui, je ne ressens presque plus de peurs, mais encore beaucoup de gratitude et je m'en remets à ma Puissance supérieure, car c'est Lui qui a

décidé que j'aurais cette fonction. Il s'est manifesté au travers des êtres humains et j'y crois.

J'étais éligible pour la fonction, j'avais la disponibilité, j'ai regardé l'ampleur de la tâche et j'ai soumis ma candidature. Tout le reste appartenait et appartient à ma Puissance supérieure.

J'ai servi dans mon groupe, dans mon district, à la région 90, aux 60^e et 61^e Conférences des Services généraux et aujourd'hui, je suis au service des 10 régions de l'est du Canada.

Amour et Service

Richard B.,
Administrateur territorial de l'Est du Canada



Des réponses à nos questions!

Bonjour, mes ami(e)s, mon nom est Luc S. et je suis un alcoolique.

Oui ! Des réponses à nos questions dans nos livres, brochures, CD, DVD et les sites web, qui sont tous des outils pour nous rétablir, nous unir et nous aider à servir notre Mouvement.

Notre rétablissement se construit en entendant le partage d'expériences des membres dans les réunions. La lecture de livres ou brochures AA basés sur l'expérience filtrée de beaucoup de membres apporte des réponses à nos questions, seul(e) avec nous-mêmes en toute tranquillité. Nous pouvons aussi écouter la lecture de deux livres AA en CD, soit le Gros Livre et le Douze et Douze. Le Douze et Douze est encore disponible en cassettes. Beaucoup de brochures sont disponibles qui traitent de sujets un peu plus spécifiques.

Notre Unité se préserve par la connaissance des expériences des membres de groupe, qui avaient à cœur que le groupe soit toujours là,

pour accueillir les nouveaux et nouvelles et leur transmettre l'espoir.

Un de nos livres, «Le Mouvement des Alcooliques anonymes devient adulte» raconte toutes les expériences de groupes de 1935 à 1950, qui ont forgé les 12 Traditions qui sont notre mode de vie des groupes. Bien sûr, beaucoup d'autres livres et brochures racontent et suggèrent des solutions toujours à base d'expériences vécues. Un membre m'a dit un jour; «Luc, si tu veux savoir de quelle sorte de mouvement tu es membre, lit le livre «Le Mouvement des Alcooliques Anonymes devient adulte» et tu l'apprendras. Ça m'a tellement piqué que j'ai trouvé du temps pour toute le lire et là, je sais, aujourd'hui ! J'ai constaté tous les efforts des membres qui ont construit depuis 1935 une association tellement utile et profitable dans le monde que j'y suis resté et j'ai mis l'épaule à la roue moi aussi depuis la fin de la lecture de ce livre.

Notre service aux membres se continue toujours en transmettant le message AA à différents niveaux comme d'un membre à un autre, un membre serviteur au Groupe, du café au RSG, un membre serviteur au District, du responsable d'un de ses comités au RDR, un membre serviteur à la Région, d'un de ses groupes de travail ou d'un des ses comités jusqu'au Délégué, d'un membre serviteur du Canda ou des États-Unis, d'un des comités de la Conférence jusqu'à la fonction d'Administrateur et finalement, d'un membre au bureau des Services Généraux du responsable d'un de ses comités au directeur général. Tous ces gens se servent du «Manuel du Service» entre autres et aussi beaucoup de brochures, livres, et feuillets comme «Les lignes de Conduite» qui traitent de 17 différents sujets.

Le membre qui veut aider le nouveau ou la nouvelle peut se servir de brochures comme «Un nouveau veut savoir», «Les AA sont-ils pour vous», «AA pour la femme» ou «Trop jeune», et combien d'autres. Celui qui sert au

niveau du Groupe puise dans la brochure «Le Groupe des AA, là où tout commence», «Le RSG, un poste clé chez les AA» et «Les douze traditions illustrées» et d'autres livres et brochures.

Au District, à la Région et à la Conférence et leurs comités respectifs, tous les serviteurs se servent du «Manuel du Service» entre autres et aussi beaucoup de brochures, livres, et feuillets comme «Les lignes de Conduite» qui traitent de 17 différents sujets comme Congrès, Publications, Internet, comités correctionnels et autres.

Je vous invite à consulter ces moyens de s'informer et aussi surtout d'informer les membres qui veulent savoir, mais qui ne posent pas toujours la question de peur de faire rire d'eux devant leurs frères et sœurs AA.

Je vous souhaite une bonne lecture et ensuite, informez les autres.

Luc S. Président du Comité des Publications, Région 90.



Question reçue par courriel d'un serviteur du district 94-24, le 14 juillet 2010.

1. Quelle est l'origine de la semaine de gratitude?
2. Depuis quand existe la semaine de gratitude?
3. Est-ce une demande de la région ou du BSG?

Réponse

Depuis 1952, AA éprouvait des difficultés financières et les délégués devaient demander une contribution annuelle de 2\$. de leurs membres. La situation étant quand même difficile, il y a eu une proposition du plancher lors de la Conférence de 1956 :

«Le Bureau des Services généraux désigne la

semaine de l'Action de grâces de chaque année comme «Semaine de gratitude AA» et que cette proposition soit mentionnée lors de la demande annuelle, précédant l'Action de grâces, auprès des groupes pour recueillir des contributions afin d'aider à supporter les services AA partout dans le monde»

Il faut se rappeler que la fête de l'Action de grâces américaine n'est pas en même temps que la nôtre et que c'est très souligné aux États Unis, plus que la fête de Noël. Donc la semaine de gratitude a été votée par la conférence de 1956 et c'est une demande du BSG.

Le box 459 d'octobre-novembre 2008 contient un article sur la semaine de gratitude qui se tient toujours la semaine de l'Action de Grâces américaine. ([Vous pouvez vous y référer en utilisant la section des Box 459 du site des archives de la région.](#))

Pourquoi au mois de juin au Québec ?

Nous avons trouvé aux archives de notre Région dans les dossiers d'archives du Comité Provincial du 5 mars 1988, une proposition du délégué de la région 90 à cette date, Richard G. :

«Que les quatre Régions du Québec considèrent de faire une **semaine de gratitude du 5 au 11 juin**, soit la semaine correspondante à l'**anniversaire de fondation des AA**, et que les fonds ramassés aillent directement au BSG de New York.
fonds ramassés aillent directement au BSG de New York.»

Cette proposition fut appuyée par Jean B., délégué adjoint de la Région 88, et adoptée à l'unanimité.

- La Région Nord-Ouest du Québec (90) a tenu sa première semaine de gratitude en 1988
- Douze districts sur une possibilité de 17 ont participé.
- La somme recueillie fut de 1,942.00\$

Merci de ta question, ça nous fait faire des recherches et tous les membres de notre Région vont en profiter

(L'Héritage, décembre 2010-janvier 2011, page 17)

Les Traditions

La sixième Tradition

Les questions d'argent, de propriété et d'autorité peuvent facilement nous détourner de notre but spirituel premier. Nous croyons donc que toute propriété importante vraiment utile aux AA devrait être détenue et administrée séparément par une société dûment constituée, pour bien distinguer le matériel du spirituel. Un groupe des AA comme tel ne devrait jamais se lancer en affaires. Les organismes qui peuvent servir d'appoints aux AA comme les clubs, les hôpitaux, et qui nécessitent l'acquisition ou la gestion de propriété, devraient relever d'une personne morale distincte et demeurer indépendants des groupes afin que, si nécessaire, on puisse s'en détacher facilement. Ces organismes, par conséquent, ne devraient pas utiliser le nom des AA. Leur gestion devrait incomber exclusivement à leurs bailleurs de fonds. Il est cependant préférable que les clubs soient administrés par des membres des AA. Mais les hôpitaux et les autres centres de traitement devraient se situer en dehors du Mouvement et relever d'une autorité médicale. S'il est vrai que les AA doivent collaborer avec tous, cette collaboration ne doit jamais prendre la forme d'une association ou d'une caution, implicite ou explicite. Un groupe des AA doit être libre de toute attache.

La septième tradition.

Les groupes des AA doivent se supporter financièrement eux-mêmes avec les contributions volontaires de leurs membres. Nous croyons que chaque groupe doit atteindre cet objectif le plus rapidement possible; qu'il est dangereux d'utiliser le nom des AA pour quelque sollicitation de fonds auprès du public, qu'elle soit faite par des groupes, des clubs, des hôpitaux ou des organismes extérieurs; qu'il est imprudent d'accepter des dons considérables, quelle que soit la source, ou des contributions comportant quelque obligation que ce soit. De même, nous trouvons très inquiétantes les trésoreries de certains groupes où continuent de s'accumuler des sommes qui dépassent leurs besoins justifiés et qui constituent plus qu'une réserve prudente. L'expérience nous démontre que rien n'est plus susceptible de détruire notre héritage spirituel que les disputes futiles sur des questions de propriété, d'argent ou d'autorité.

Tiré des Douze Étapes et Douze Traditions des AA, pp. 217 et 218

Reproduit avec la permission d'AAWS Inc.

Où va l'argent de la collecte?

L'argent des contributions aux réunions des AA appartient au groupe, pour qu'il serve l'ensemble des AA. L'utilisation des fonds des groupes varie grandement dans le Mouvement, mais il vise toujours à rendre possible un meilleur travail de Douzième Étape.

Depuis les origines des AA, les membres ont apporté leur support financier pour permettre aux groupes individuels de survivre, pour s'assurer que le nouveau ait toujours un moyen de rejoindre les AA et pour que l'information pertinente rejoigne le futur membre des AA. Lorsqu'un membre des AA met de l'argent dans la collecte, il contribue au maintien d'un local de réunion et d'un service de réponse téléphonique aux appels à l'aide dans les intergroupes et les bureaux centraux. Il contribue également à ce que les détenus reçoivent le Gros Livre, à ce que les Isolés reçoivent de la correspondance, à ce que les nouveaux reçoivent de la documentation et des listes de réunions, et à ce que les professionnels qui s'intéressent à l'alcoolisme obtiennent des réponses à leurs questions sur les AA.

D'abord on s'assure que les besoins fondamentaux des groupes sont satisfaits, par exemple en payant le loyer, le café, les publications, les assurances et toute autre dépense pertinente approuvée par la conscience de groupe. Ensuite, le groupe peut choisir de soutenir le Mouvement financièrement en faisant parvenir des fonds aux diverses entités de service AA : leur intergroupe ou bureau central local, le Bureau

des Services généraux, leur région et leur district, et toute autre entité de leur région qu'ils jugeront à propos d'appuyer.

Ces entités de service s'acquittent d'une grande partie du travail des AA et, tout comme le groupe, elles ont besoin d'argent pour fonctionner et survivre. Ces entités utilisent les contributions de différentes manières, mais toujours dans le but de transmettre le message des AA.

Comme l'écrivait un de nos fondateurs, Bill W., en 1957 : «...notre mode de vie spirituel sera sauvegardé pour les générations à venir si, en tant qu'association, nous savons résister à la tentation d'accepter de l'argent de l'extérieur. Par contre, cette décision entraîne une responsabilité que tous les membres des AA devraient comprendre : nous ne pouvons pas lésiner quand le trésorier du groupe passe le chapeau. Nos groupes, nos régions et le mouvement tout entier ne pourront pas fonctionner s'il nous manque des services ou si nous n'assumons pas leur coût.»



ACTIVITÉS RÉGIONALES 2014

6 juin Réunion des Présidents de comité, membres du bureau, RDR, RDRA et autres invités.
Local de la région au
282, De Villemure, Saint-Jérôme.
à 19h00

7 juin : Réunion du Comité Régional,
9h00 à l'école Mère Térèsa
au 2323, Daniel-Johnson, Laval
Parallèle pour le comité des Publications ainsi que
le comité des Centres de Traitement.

Les 13 et 14 juin, 38e Congrès de Joliette et
Lanaudière-Nord, Districts 90-26 et 90-03
«S'unir pour Vivre Mieux»
Participation Al-Anon
École Secondaire Thérèse-Martin
916, Rue Ladouceur, Joliette, QC J6E 3W7

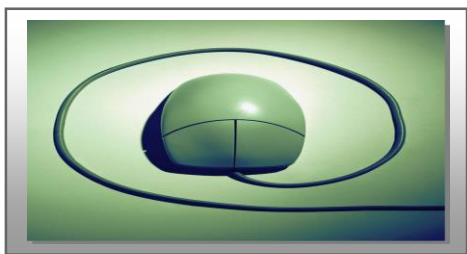
Le 14 juin, 36^e Congrès de Laval(Chomedey)
École secondaire Mère Térèsa 2323 Daniel –
Johnson ,H7T 1H8 Participation Al-Anon et
Alateen

Le 14 juin, Sainte-Sophie
Journée de Gratitude,Pavillon du Lac Bellevue,425
Rue Gascon, J5J 2C4
Moi je redonne à AA.

**semaine de gratitude du
05 au 11 juin**, soit la semaine
correspondante à l'**anniversaire de
fondation des AA**,

Les inscriptions en ligne sont maintenant disponibles! Pour le **Forum territorial de LAVAL
15,16 et 17 Août 2014 au Sheraton de Laval**

- 1- Allez sur le site aa.org et cliquez sur français.
- 2- Ensuite dans l'onglet « Pour les groupes et les membres ».
- 3- Ensuite dans l'onglet « Forums Territoriaux et Forums Locaux »
- 4- Ensuite vous cliquer sur « Inscription en ligne pour le forum »
- 5- Ensuite vous devez choisir le forum de l'Est du Canada
- 6- Et pour finir vous remplissez les cases



Région 90 : www.aa-quebec.org/region90

Région 89 : www.aa-quebec.org/region89

Bureau des Services Généraux : aa.org

Région 88 : www.aa-quebec.org/region88

Région 87 : www.aa-quebec.org/region87

Vigne AA : www.lavigneaa.org

ASTECAA : <http://www.ceraasa.org/francais/index.shtml>

L'HÉRITAGE

BULLETIN RÉGIONAL DE LA RÉGION NORD-OUEST DU QUÉBEC (90) FORMULAIRE D'ABONNEMENT

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

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

BULLETIN L'HÉRITAGE : Est-il trop tard pour envoyer mon article?

Bien sûr que non! Si votre article est reçu un mois avant la date de parution, il paraîtra normalement dans le bulletin suivant. L'Héritage a 6 parutions. Il paraît le 1^{er} des mois de février, avril, juin, août, octobre et décembre. **Faites parvenir votre article par la poste à l'adresse mentionnée plus haut, ou par courriel à bullreg@aa90.org**



Services offerts par la Région disponibles pour vos districts

Le RSG : un poste clé chez les AA. -

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



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

(Fonctionnement et formation d'un groupe)

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



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

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



Les Douze Concepts des services mondiaux...

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



Les finances ! Où va l'argent ?

Cette séance d'information va nous permettre de mieux comprendre l'importance de la septième tradition et nous démontrer que l'alliance de l'argent et de la spiritualité vont de pair.



Session d'information.

La mission est de faire connaître la structure A.A. et répondre aux besoins des membres, des groupes et de la Région dans le but de transmettre le message à l'alcoolique qui souffre encore tel que décrit dans la 5^e tradition.



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