

LE NORDET

Bulletin AA de la Région Nord Est du Québec

Vol. 32, n° 1, Février-Mars 2014



SOMMAIRE

Mot de la rédaction	2	Le Fouineur	7
Mot des serviteurs régionaux :		Servir	8
Le service et moi	3	Comité des régions éloignées	9
Le Penseur	4	Web/Gratitude	10
Le Penseur	5	Les annonces/À mettre à votre agenda	11
Les anciens délégués	6	Séminaires	12

MOT DE LA RÉDACTION

Chères lectrices,
Chers lecteurs,

Nouvelle année, nouvelles résolutions, nouvelle énergie! Au Nordet, nous sommes prêts à vous divertir et à vous informer.

Dans cette édition, des nouvelles de notre belle région 89, un article de notre déléguée adjointe, Diane P. suivi de celui du représentant des communautés éloignées, Robert C.

Et que dire de nos fidèles collaborateurs, le Penseur et le Fouineur, si attachants à travers leurs histoires, le Web nous informe et le calendrier des séminaires à venir. Pour conclure, des histoires de service qui nous racontent à quel point leur implication dans les services fait partie fondamentalement de leur rétablissement et de leur Sérénité.

Je vous souhaite à tous une bonne lecture.

Anne S.

Responsable du comité



bulletin des membres AA de la Région Nord Est du Québec, est une publication bimestrielle. **Le Nordet** publie des articles sur les services, la structure et les Traditions AA, des témoignages de serviteurs, anciens et actuels, etc. Le bulletin évitera, en général, de publier des témoignages de rétablissement.

Les articles publiés dans *Le Nordet*, directement ou sous forme de citation, sont rédigés par des membres AA. Ils n'engagent pas la responsabilité du Mouvement AA en tant qu'association, ni celle des membres AA de la Région Nord Est du Québec.

Les lecteurs et lectrices qui ont des commentaires à formuler peuvent écrire au responsable du *Nordet*, à l'adresse du bureau régional. **Le Nordet** accorde un droit de réplique à toute personne se sentant lésée par un article publié dans ses pages. En règle générale, cependant, le bulletin ne publiera pas de réplique à une première réponse, afin d'éviter les polémiques.

Nouvelle adresse du bureau régional :

Région Nord Est du Québec
75, rue des Épinettes - Suite 3
Québec (Québec) G1L 1N6
Téléphone : (418) 523-9993
Télécopieur : (418) 523-9997
Courriel : region89@qc.aira.com

Abonnement : Nombre de numéros : 6 par année. Coût de l'abonnement : 12 \$ pour un abonnement individuel; 18 \$ pour deux exemplaires, 22 \$ pour trois exemplaires et 25 \$ pour quatre 28 \$ pour cinq exemplaires. (Si vous en voulez plus de cinq : comptez 5 \$ par exemplaire)

— Mot de la rédaction: Anne S.
— Mise en page et correction: Danielle P.
— Membres du comité du Nordet: Claude P., Anne S., Raymond G., Danielle P., Bernard C.

Le service



et moi

Je suis assis au restaurant avec un autre membre et elle me questionne sur ce que le service m'a apporté. Et bien! Voilà...

J'ai 15 ans de 24 heures et je suis toujours là. Avec le recul, je réalise que pendant les sept premières années, j'étais sobre mais sans plus. Je survivais et j'avais le rétablissement qui allait avec. Depuis que je me suis impliqué dans les services, ma vie a changé du tout au tout... et mon rétablissement est devenu de la sobriété sereine.

J'ai commencé à servir comme gars au café. J'ai été secrétaire du groupe, RSG, trésorier au congrès et au district. Ensuite, on m'a proposé de servir à la littérature et maintenant, je suis secrétaire au district. Tout un parcours qui m'a permis de devenir celui que je suis aujourd'hui.

J'ai acquis de la maturité et du contrôle de soi. J'ai appris, à m'exprimer dans la douceur et la joie du travail d'équipe. J'ai à cœur que les choses se passent bien pour les membres et je me sens responsable que le Mouvement soit encore là pour ceux qui viendront après nous. D'autres avant moi ont fait la même chose pour que je puisse être là aujourd'hui.

Je vis de belles expériences avec les autres serveurs et je réalise que certains ont le don

de s'exprimer calmement et doucement. Ils ont à cœur notre première Tradition. Quand tu as une belle unité et que tu es bien avec toi-même, tu te laisses moins déranger par les autres autour de toi.

Servir, c'est un, mais se rétablir, c'est autre chose. Je dois tout de même fréquenter les salles de réunion AA, car le service seul ne peut garantir ma sérénité, mais il y contribue pour beaucoup.

Toute réaction doit être une discussion avant la décision. Voilà ce qui résume l'importance du parrain de service. Il est là pour nous aider à décanter et pour voir clair dans ce qui nous arrive car, souvent, il a vécu les mêmes choses que nous. Le parrainage est aussi important que le service.

Je me questionne souvent sur ce que je fais dans le Mouvement. Je me dis est-ce que c'est AA qui veut ça ou moi ? Est-ce que je vis mon triangle comme il faut. Je dois apprendre à m'occuper de ce qui est important et éviter de prendre les choses de façon trop personnelle. Mais, j'ai la chance de pouvoir jaser avec de bons membres et ensemble on se remet les pendules à l'heure. L'unité dans la fraternité et le service, voilà mon secret pour une vie plus heureuse et des heures de plaisirs.



Un serviteur

du district 89-09

« Dans l'amitié, ménage une place pour la brouille et, dans la brouille, une autre pour la réconciliation »

Proverbe hébreu.

J'espère que vous avez apprécié la 1^{ère} partie de l'article sur les conflits. Avec le matériel choisi pour donner suffisamment d'information sur le sujet, je réalise que trois (3) articles seront nécessaires pour couvrir de façon efficace le sujet.

Nous avons vu ensemble quels moyens prendre pour nous permettre de fonctionner avec une certaine maturité et avec efficacité si, par un malencontreux hasard, nous étions aspirés dans les engrenages d'un conflit en essayant tout simplement de remplir un mandat de service. N'oublions pas qu'un conflit c'est comme le rhume : n'importe qui peut l'attraper. L'important est de fonctionner avec le moins de fièvre et de toux possible tout en gardant à l'esprit le but du mandat qui nous a été confié.

Je n'avais pas de réponses toutes faites (*y-en-a-t-il?*), ni de grands secrets à vous communiquer. Ils ont tous été envoyés au musée avec les squelettes de mes placards lors de ma 4^{ème} ET 5^{ème} ÉTAPE. Je suis donc allé fouiller et j'ai trouvé beaucoup d'information sur le sujet qu'il me fait plaisir de vous partager. À la fin des articles, je vous donnerai les références au cas où votre curiosité est aussi active que la mienne. Il est évident que j'ai dû adapter ces informations ou, du moins, me servir de celles qui peuvent s'appliquer à nos besoins pour les services AA. Bon! Voilà présentation et introduction bien assez longues, plongeons dans le vif du sujet.

OK, on a un conflit. Comment gérer cette situation (*non pas gérer l'autre personne*). Certains auront tendance à l'éviter tandis que d'autres rivaliseront pour atteindre leurs objectifs ou encore jusqu'à ce qu'ils arrivent à céder, à collaborer ou à chercher des compromis.

Chacune des cinq attitudes présente des avantages et des désavantages selon les situations. Mais les gens auront tendance à adopter une attitude plutôt qu'une autre.

Chaque humain a un style dominant. Pour nous empêcher de se servir de noms qui pourraient cibler Pierre, Jean ou Jacques, nous utiliserons des noms d'animaux qui représentent les caractéristiques de nos cinq styles.

LES CONFLITS (SUITE)



Dans cet article, le 2^{ème}, j'ai inclus une explication détaillée des cinq styles avec les noms d'animaux qui les caractérisent. Au 3^{ème} article, le dernier sur ce sujet, une figure sera incluse illustrant ces différentes informations. Il manque d'espace pour cette publication.

La suite définit très en détails les caractéristiques des cinq différents styles en se servant de nom d'animaux dont le comportement bien particulier s'identifie à nos cinq styles et apporte une petite dose d'humour à un sujet assez aride.

Dans une gestion de conflit, deux facteurs viendront influencer notre façon de faire face aux conflits : notre motivation à rencontrer nos propres intérêts et notre motivation à coopérer avec l'autre personne. Ces deux tendances présentent cinq façons de faire face aux conflits.

Voici les 5 styles de gestion des conflits :

LA TORTUE (TENDANCE À ÉVITER)



- ☞ Les tortues se retirent sous leurs carapaces pour éviter les conflits.
- ☞ Elles renoncent à leurs intérêts personnels et à leurs rapports avec les autres.
- ☞ Elles évitent autant les sujets de litiges que les personnes avec qui elles sont en désaccord.
- ☞ Les tortues n'ont aucun espoir de résoudre les conflits. Elles se sentent démunies.
- ☞ Elles croient qu'il est plus facile de se retirer d'un conflit que d'y faire face.

LE REQUIN (TENDANCE À RIVALISER)



- ☞ Les requins essaient de dominer leurs adversaires en les forçant à accepter leur solution au conflit.
- ☞ Leurs intérêts sont extrêmement importants pour eux et leurs rapports avec les autres le sont peu.
- ☞ Ils cherchent à atteindre leurs objectifs à n'importe quel prix.
- ☞ Ils ne s'intéressent pas aux besoins des autres personnes.
- ☞ Ils ne se soucient pas que les autres les aiment et les acceptent.
- ☞ Les requins considèrent que les conflits se règlent par la victoire d'une personne sur les autres. Ils veulent être les vainqueurs.
- ☞ Gagner leur donne un sentiment de fierté et d'accomplissement.
- ☞ Perdre leur donne un sentiment de faiblesse, d'échec et de médiocrité.
- ☞ Ils essaient de gagner en attaquant les autres personnes en les dominant, en les écrasant et en les intimidant.

LE NOUNOURS (TENDANCE À CÉDER)



- ☞ Pour les nounours, les rapports avec autrui ont beaucoup d'importance alors, leurs propres intérêts en ont peu.
- ☞ Les nounours désirent qu'on les accepte et qu'on les aime.
- ☞ Ils croient qu'il faut éviter les conflits pour préserver l'harmonie et qu'il est impossible d'en discuter sans porter atteinte aux bonnes relations.
- ☞ Ils ont peur que si un conflit persiste, quelqu'un se sente blessé et que les rapports personnels soient compromis.
- ☞ Ils abandonnent leurs intérêts pour protéger les rapports.
- ☞ Les nounours disent : « J'abandonne mes intérêts et je vous permets d'avoir ce que vous voulez, pourvu que vous m'aimiez ».
- ☞ Les nounours essaient d'aplanir les conflits de peur qu'ils ne nuisent aux relations.

LE RENARD (RECHERCHE LE COMPROMIS)



- ☞ Les renards s'intéressent modérément à leurs propres intérêts et à leurs rapports avec les autres.
- ☞ Les renards cherchent un compromis.
- ☞ Ils laissent tomber une partie de leurs intérêts et persuadent l'autre personne avec qui ils sont en conflit d'abandonner une partie des siens.
- ☞ Ils cherchent une solution où chaque partie a quelque chose à gagner, ils veulent un compromis qui se situe entre les deux extrêmes,
- ☞ Ils cherchent un accord en vue du bien des deux, quitte à sacrifier une partie de leurs objectifs et de leurs rapports personnels.

LA CHOUETTE (TENDANCE À COLLABORER)



- ☞ Pour les chouettes, les intérêts et les rapports ont beaucoup de valeur.
- ☞ Elles considèrent les conflits comme des problèmes qu'il faut résoudre et où il faut chercher une solution qui leur permette à un comme à l'autre d'en sortir gagnant.
- ☞ Les chouettes considèrent les conflits comme une occasion d'améliorer les rapports en réduisant les tensions entre deux personnes.
- ☞ Elles essaient d'entamer une discussion en présentant le conflit comme un problème. En cherchant des solutions qui satisferont les deux parties, les chouettes conservent de bonnes relations interpersonnelles.
- ☞ Les chouettes ne seront satisfaites que lorsqu'elles auront trouvé une solution qui permettent à chacun d'atteindre des intérêts communs.
- ☞ Elles ne seront satisfaites que lorsque les tensions et les sentiments négatifs seront complètement dissipés.

Dans le troisième et dernier article, en plus de la figure représentative des cinq styles, sera inclus : la NÉGOCIATION, les ÉTAPES DE LA NÉGOCIATION, les CONDITIONS la facilitant et quelques trucs pour éviter les conflits dès le départ.

J'ose espérer que ces informations apporteront une aide précieuse aux serveurs actuels et en devenir. C'est mon seul but et celui du Nordet.

BERNARD.C



LE PENSEUR.



* Afin de ne pas alourdir le texte, le genre masculin inclura le genre féminin

En décembre dernier, à l'invitation de Diane P. déléguée adjointe de la Région, j'ai eu le bonheur d'animer un atelier lors de la fin de semaine à La Madone.

Durant cette fin de semaine intensive de service, les serviteurs régionaux (exécutif régional et RDR) se sont questionnés sur le rôle à donner à nos anciens délégués qui ont représenté tous les membres de la Région Nord Est du Québec (89) à la Conférence des Services généraux à New York.

Depuis de nombreuses années, les commentaires ne manquent pas quant au rôle que nous devrions jouer, nous les ex délégués, au sein de notre Région et ce, sur une base volontaire pour chacun de nous. Diane P., notre déléguée adjointe a donc tenté d'en approcher quelques-uns, afin qu'ils puissent participer à titre d'animateurs d'ateliers lors de cette fin de semaine d'Inventaire de la Région. Arthur H. (Groupe xx) et moi-même (Groupe 57) avons donc accepté l'invitation de Diane P. Un autre ex délégué était également présent, Robert C. (Groupe 47) qui agit également à titre de Responsable des communautés éloignées depuis quelques années.

De nombreux qualificatifs reviennent souvent pour nous identifier : *vieux* (hum!) *sages*, *gens d'expérience* et même, *belles-mères!* (commentaire entendu durant cette fin de semaine). Inutile de vous dire que Robert, Arthur et moi-même avons beaucoup rigolé de ce dernier qualificatif. En politique, ce qualificatif est souvent employé pour identifier d'anciens premiers ministres qui, dans les coulisses, ont des opinions souvent contradictoires, avec la personne qui occupe cette fonction et qui se font un plaisir de noter tous les faux pas faits dans l'exercice de ses fonctions... Loin de moi l'idée d'être une belle-mère et de surveiller les faux pas de l'actuel délégué qui s'acquitte de sa tâche au meilleur de ses connaissances, comme nous l'avons tous fait

d'ailleurs, avec sa personnalité et ses idées. Si AA est un mouvement d'amour et de tolérance, nous devrions éviter de juger, de condamner et de remettre continuellement en question les décisions de nos serviteurs régionaux même si nous ne sommes pas toujours d'accord avec les décisions prises, particulièrement le Délégué, élu pour représenter tous les membres de notre région comme ses homologues des 93 régions de la Conférence des Services généraux (États-Unis et Canada).

*des
belles-mères ?*



Le Manuel de Service chez les AA (Édition 2012-2013), page S46 nous dit que :

-les anciens délégués représentent une mine d'expérience chez les AA., laquelle est parfois utilisée, parfois non.

-on fait appel à eux pour des consultations, pour présider des assemblées, pour animer des ateliers etc...

En conclusion, c'est à chaque région de décider quel rôle elle entend confier **à ses vieux sages !**

C'est un dossier qui tient à cœur l'exécutif régional et la déléguée adjointe. Celle-ci se dit prête à entamer une réflexion quant aux rôles des anciens délégués, afin que ceux-ci puissent jouer un rôle beaucoup plus actifs qu'ils ne le font présentement. J'ai fait le souhait que nous ne soyons pas contactés seulement lors de conflits.

J'ai eu l'occasion d'en faire part de vive voix à l'occasion de cette fin de semaine.

C'est ensemble et pour conserver notre bien-être commun que nous travaillons dans le même but : *aider l'alcoolique qui souffre encore...* Et parfois, il est dans nos salles malgré quelques 24 heures de d'abstinence et de service !



Déléguée du Groupe 57 (2007-2008)
Présidente des Délégués à la Conférence 2008

Parfois, nous oublions!

L'autre jour, *Le Fouineur* a rencontré un membre des Alcooliques Anonymes et ce dernier m'a parlé qu'il aidait un nouveau. Il m'a dit en toute humilité que « *c'était beau de le voir aller* ».

Alors, il a commencé à me parler de ce nouveau : « *il est arrivé comme bien d'autres, la tête entre les deux jambes, il avait le goût de rien, mais il voulait s'en sortir* ». Au tout début, je l'ai accompagné dans les réunions, je lui ai demandé de faire le café dans mon groupe et il m'a suivi pour savoir comment faire. Nous avons fait le café pendant trois mois. Il m'a souvent posé des questions sur le mode de vie, les étapes et les traditions. Un jour, il m'a demandé de faire une thérapie. Il est allé deux (2) semaines à Roberval. À cet endroit, il a compris bien des choses. Quand il est revenu, il s'est inscrit au groupe et a demandé à prendre le café : il le fait depuis trois (3) mois. C'est un vrai nouveau et parfois nous l'oublions : il fait le café, place les chaises à la perfection, il est à l'écoute de toute les suggestions ou commentaires. Il regarde discrètement s'il manque quelque chose, verres, sucre, bâton à café : il veut que tout aille bien. Ça fait longtemps que j'ai vu un nouveau croire autant au programme. Pour moi, c'est un retour aux sources.

Ce membre qui me parlait avait les yeux scintillants. Il avait le sentiment que les efforts qu'il a mis pour ce nouveau n'étaient pas vains. Et, en même temps, il sait que les résultats de son rétablissement n'appartiennent qu'à lui.

En écrivant ces quelques lignes, je me suis dit que le nouveau a une place privilégiée dans le mouvement des Alcooliques Anonymes. Il est, à la fois, le maillon le plus faible parce qu'il arrive battu et, à la fois, le plus fort parce qu'il veut s'en sortir et que rien ne va lui échapper



pour son rétablissement. Il est très reconnaissant pour celui qui lui a montré le chemin à suivre dans Alcoolique Anonyme.

« Je me souviens de l'immense attrait qu'ont exercé sur moi les deux membres des AA qui étaient venus me voir en réponse à un appel à la Douzième Étape. Ils m'ont dit que je pouvais, moi aussi, avoir ce qu'ils avaient sans restrictions et que je n'avais qu'à prendre moi-même la décision de me joindre à eux sur la route du rétablissement. Quand je tente de convaincre un nouveau de faire les choses à ma manière, j'oublie à quel point ces deux hommes m'ont aidé par leur ouverture d'esprit et par leur générosité. »

Réflexions Quotidiennes : p.358

Conclusion : depuis un certain temps, il y a beaucoup de controverse dans les Alcooliques Anonymes, que ce soit dans les groupes, les districts ou la région. Il ne faut cependant pas perdre de vue que ce qui est le plus important et, ça je l'entends souvent, « *c'est le nouveau* ». Parfois nous l'oublions... et pourtant, nous sommes tous passés par là.

À la prochaine,

Le Fouineur





J'entame déjà ma deuxième année de mandat et il me semble que je viens de commencer. Le temps passe trop vite dans les services.

En décembre, j'ai eu à préparer l'inventaire de la Région et je me suis vraiment amusé à le faire. À la lecture du rapport de la Conférence, j'ai eu l'idée de changer la formule. Au lieu que tous les ateliers répondent aux mêmes questions et manquent de temps pour les approfondir, j'ai procédé comme à la Conférence. Quatre ateliers distincts avec les questions allant avec le thème de l'atelier. Ensuite, pour augmenter le défi, personne n'a eu le choix de l'atelier à lequel il participait. Le hasard a tranché, encore comme à la Conférence. Il était évident que les gens sortaient de leur zone de confort, mais en bout de ligne, l'expérience a été très concluante. Dimanche matin, retour sur les ateliers que j'ai pu présenter en power point, grâce à Gérald. Comme personne ne savait ce qui s'était discuté dans les autres ateliers, cela a donné lieu à de nouveaux échanges très intéressants. Il nous reste maintenant à mettre tout ça en application au cours des prochains mois.

Un point qui en est ressorti est venu me chercher particulièrement. Comment être un attrait de service quand on fait trop bien les choses, qu'on est un adepte de la technologie ou que, comme moi, on tape plus vite qu'on écrit avec un crayon. Plusieurs ont exprimé leur inconfort et les réticences que les membres peuvent avoir à servir s'ils sentent que la barre a été mise très haute.

Je vais vous partager la solution toute simple que j'ai trouvée dans mon district et qui peut se transmettre à tous les paliers.

Lorsque j'étais ARDR, j'ai souvent eu en même temps le poste de secrétaire. Personne ne se sentait à la hauteur des rapports que je produisais alors, on me laissait la *job* ! Quand je suis devenue RDR, il n'y avait toujours pas de secrétaire à l'horizon. Je réussissais à trouver quelqu'un aux réunions pour prendre les notes et je tapais les rapports... jusqu'au jour où j'ai eu, appelons cela, un réveil spirituel. Notre district avait déjà adopté la feuille de rapport comme à la Région, pour les RDR et les comités. Nous avons juste modifié celle des RDR pour qu'elle s'applique aux RSG. Bon, tout le monde faisait son rapport sur cette feuille et la remettait pour être copiée au procès-verbal. J'avais déjà préparé un formulaire de procès-verbal vierge qui servait à prendre les notes durant l'assemblée. Il ne restait qu'à y inscrire les noms. L'idée, c'est que j'ai pris les rapports des RSG et des responsables de comité tel quel. J'y ai rajouté le rapport du RDR et du trésorier et les quelques pages où étaient notés les noms des personnes qui proposent et de celles qui secondent ces propositions. Ensuite, j'ai « scanné » le tout et hop... le procès-verbal était fait. Il ne restait qu'à le distribuer. Quand j'ai terminé mon mandat de RDR, un membre m'a dit que j'avais tellement simplifié la tâche de secrétaire, qu'il était prêt la prendre.

Alors, voilà un exemple de ce qu'on peut faire pour garder ça simple le plus possible. Je comprends ceux qui ne sont pas trop familiers avec la technologie et je pense qu'on peut arriver à trouver le moyen afin que personne ne soit brimé dans le service. D'un autre côté, la technologie nous ouvre tellement de portes qu'il serait triste de s'en passer. Il nous suffit de trouver un équilibre entre nos deux mondes. Il suffit de se parler et de parrainer.


Déléguée adjointe



Vous avez reçu le message du Sud,

à vous de le transmettre
PAPINACHOIS au Nord.

Telle est l'invitation que nous a lancée, à moi et à l'ex-délégué de la Région 90, Jim Estell président du Conseil des services mondiaux, lors du Congrès international des AA à Minneapolis en 2000. Ces paroles m'ont vivement interpellé. J'avais connu Jim Estell alors qu'il présidait la Conférence du printemps 1997 où je participais à titre de délégué de notre Région. Il m'avait impressionné et inspiré une grande confiance.

Ce message était pour nous une invitation pressante à transmettre le message AA aux autochtones du nord du Québec. Lors de cette Conférence de 1997, il faut mentionner qu'il n'y avait pas de comité de la 12^{ÈME ÉTAPE} ni de comité concernant les autochtones. On en parlait peu si ce n'est, que le dimanche matin précédant l'ouverture de la Conférence, un certain nombre de délégués intéressés à la cause autochtone tenaient une rencontre spéciale pour donner un rapport des activités tenues ou encore à prévoir la présence de AA au sein de ces communautés. J'y ai présenté un rapport fort succinct étant donné que la Région n'avait encore aucune ressource ou politique précise adoptée à cet effet. Cependant, dans les districts de La Tuque, de Baie-Comeau et de Sept-Îles, le travail était fort bien commencé et le message était déjà transmis en partie.

C'est donc au retour du Congrès, s'appuyant sur l'interpellation qui nous avait été faite de façon fort subite, que j'ai été nommé responsable des communautés éloignées pour un mandat de quatre ans. C'est à cette période, en septembre 2001, qu'a eu lieu le premier congrès AA autochtone à Papinachois. Quatre autres serviteurs ont repris le travail après moi soit Perle de Rosée, Guy-François B., Alain E., Alain D., et, finalement moi-même. Je suis revenu à mes anciennes amours à la fin de 2013 pour, cette fois-ci, un terme de deux ans. C'est dire la passion qui m'habite et qui avait pris naissance en ce mois d'avril 1997 pour ensuite prendre son envol au Congrès de Minneapolis. Au sein de notre seule Région, on compte environ douze communautés

autochtones. On y trouve principalement des Attikamek dans le district de La Tuque et des Innus ou Montagnais, comme on les nommait autrefois, qui habitent sur la Côte Nord. Il faut ajouter plus récemment les Cris de la Baie de James. Présentement, plusieurs groupes ont été formés dont certains fonctionnent très bien et d'autres sont en hibernation. C'est le cas de dire que les résultats ne nous appartiennent pas, mais qu'il faut continuellement s'y consacrer. Nous prévoyons ainsi, au printemps, aller rencontrer des Cris au nord de Chibougamau avec le RDR du district de Dolbeau-Roberval et son adjoint. Notre délégué songe à nous y accompagner. Mentionnons enfin que beaucoup d'autochtones assistent et participent aux réunions régulières des districts concernés.

Transmettre le message AA aux autochtones est une tâche emballante. Nous avons beaucoup à apprendre d'eux si ce n'est que *vivre le temps présent et faire confiance à notre Créateur*. Nous devons leur transmettre un message d'espoir AA car, il y a tellement de misère dans leurs communautés suite aux problèmes d'alcool, de drogue et de suicide, chez les jeunes en particulier. C'est vraiment une mission importante qui nous a été confiée en tant que membres AA, peu importe notre rôle au sein de la fraternité. Notre seule présence est déjà un soutien et un engagement. Nous avons tellement de beaux exemples parmi nous qu'il m'est permis ici de saluer des ouvriers de la première heure tels que Guy-François, Jacques V., Léopold, Perle de Rosée, Jean-Paul et combien d'autres qui nous servent d'exemple aujourd'hui.

À notre tour de porter le flambeau.

Robert C.



LE SITE WEB DE LA RÉGION 89



www.aa89.org

Bienvenue les internautes!

Afin de permettre à Pierre de terminer le côté anglais du site, je tiens ma promesse de l'assister pour 2014. Pour débiter l'année 2014, nous avons 12 représentants de site Web (RSW) sur 24 districts. Merci à toutes ces personnes de nous soutenir durant l'année qui vient. En ce qui concerne les pages de districts, 16 pages sont présentement disponibles et nous espérons l'appui des 8 autres districts pour cette année. N'hésitez pas à nous contacter. Pour ouvrir une page, nous avons uniquement besoin de votre accord et le tour est joué. Merci au nom de *l'alcoolique* qui a besoin d'aide.

Contactez nous à webmestre@aa89.org

En février, débute la période des congrès. Si vous souhaitez que votre congrès soit annoncé sur le site, vous pouvez nous faire parvenir le programme du congrès en format word de préférence et nous nous ferons un plaisir de le placer sur le site avec l'itinéraire Google.

L'an dernier, plusieurs districts ont ouvert un compte (ex. : congres8905@aa89.org) afin de permettre au gens d'obtenir des informations sur le congrès. Cette procédure respecte les lignes de conduite du site Web de conserver l'anonymat et protège également les organisateurs du congrès d'une intrusion dans leur vie privée (plutôt que d'afficher leur nom et numéro de téléphone personnels).

En appliquant cette formule, vous pourrez répondre aux demandes d'informations tout en respectant l'anonymat et les lignes de conduite du site (pas de numéros de téléphone personnels ni de noms). Si vous souhaitez insérer un numéro de téléphone dans votre programme de congrès, pourquoi ne pas vous servir de celui de l'écoute téléphonique?

Pierre et moi vous remercions de vous joindre à nous pour venir en aide à *l'alcoolique* qui a besoin d'aide.

Francine L., site Web, Région 89



GRATITUDE

Mon prénom est Réal, alcoolique. Je suis originaire de St-Joachim Tourelle en Gaspésie. En 1985, j'ai eu mon bas fond à Chandler dans Gaspé sud. C'est là-bas que j'ai commencé à faire du meeting AA et, à l'époque, il n'y avait pas beaucoup de littérature.

En 1989, je suis arrivé à Québec. En juin, je me suis inscrit dans un groupe à Ste-Foy et je me suis aperçu qu'il y avait beaucoup de littérature. J'ai décidé de m'impliquer dans le comité des Publications en 1990. J'ai été représentant de groupe et ensuite, j'ai été adjoint au responsable du comité pendant 2 ans. Par la suite, j'ai pris la fonction de représentant du district 89-12. Deux ans plus tard, j'ai arrêté de m'impliquer à cause de mon travail. Après quelques années, je suis encore revenu au comité des Publications dont je suis maintenant responsable. Je termine le mandat qu'un responsable a quitté pour des raisons personnelles.

Pour moi, l'implication m'a sauvé la vie. De plus, j'ai eu la chance de travailler dans 3 maisons de thérapie, ce qui m'a beaucoup aidé dans mon rétablissement. Je suis donc rempli de gratitude envers AA.

Pour le nouveau qui commence je dis «meeting, meeting, meeting, implication dans un groupe d'appartenance, un parrain et des numéros de téléphones au besoin».

Au sein du merveilleux comité des Publication, j'ai le bonheur de servir dans certains congrès AA et je fais encore de 4 à 5 meetings par semaine. Je rencontre beaucoup d'amies femmes autant que d'amis hommes.

Mon Parrain Jean-Eude et son frère jumeau Jean-Guy de Chandler m'ont beaucoup aidé dans la fraternité.

En avril 2014, je vais prendre un jeton de 29 ans grâce à mon Dieu d'amour, à mon implication et aux membres AA.

Merveilleusement reconnaissant



*Vous avez un événement d'intérêt
local ou régional à faire annoncer*

Faites parvenir toute information à ce sujet au moins trois mois à l'avance, afin de nous permettre d'en faire l'annonce à temps dans **Le Nordet**. Veuillez utiliser ce coupon-réponse, écrire tous les renseignements en caractères d'imprimerie et le poster (ou le télécopier) au bureau régional :

Région Nord Est du Québec
75, rue des Épinettes - Suite 3
Québec (Québec) G1L 1N6
Télécopieur : 418-523-9997

Courriel : region89@qc.aira.com

Adresse du site Web : www.aa-quebec.org/region89

Abonnement individuel ou de groupe

Le Nordet est le bulletin d'information de la Région Nord Est du Québec (89), et est publié six fois par année.

Pour vous abonner (ou vous réabonner), veuillez utiliser ce coupon-réponse, écrire tous les renseignements en caractères d'imprimerie, joindre un chèque ou mandat, libellé à l'ordre de la Région Nord Est du Québec, d'une somme de 12 \$ pour un abonnement individuel; 18 \$ pour deux abonnements; 22 \$ pour trois abonnements et 25 \$ pour quatre et 28 \$ pour cinq abonnements. (Si vous en voulez plus de cinq : comptez 5 \$ par abonnement supplémentaire) et poster le tout au bureau régional, à l'adresse ci-haut mentionnée.

Nombre d'exemplaires _____

Montant joint _____

Nom (au complet) _____

Adresse _____

Téléphone _____

**Pour accéder à l'édition électronique, consultez
le site Web au :**
www.aa89.org

et pointez *Le Nordet* tout en haut de la page

Bonne lecture



À noter à votre agenda
Calendrier et événements régionaux

Rassemblement provincial
Le service, notre survie **2014**

70 ans de AA au Québec

31 mai 2014

Juvénat Notre-Dame
30, rue du Juvénat
St-Romuald, Lévis G6W 7X2

Ateliers

- Cercle d'amour et de service (87)
- Serviteur de confiance (88)
- Le rôle du RSG (90)
- L'Unité et l'unicité de but (89)
- Anonymat et les médias sociaux (89)



CONGRÈS AA D'ALMA
26 avril 2014

AA, JARDIN DE L'ÉQUILIBRE
CÉGEP d'Alma,
salle La Tourelle
675, boul. Auger ouest
Alma, Qc
G8B 2B7

Contribution volontaire
Avec la participation d'Al-Anon et Alateen



CALENDRIER DES SÉMINAIRES –HIVER 2014

RÉGION-89 1 FÉVRIER ASSEMBLÉE RÉGIONALE

District	Date	Nom du Séminaire	Animateurs	Endroit	Districts invités
	1 mars				
	8 mars				
	15 mars				
89-04	22 mars	Les Fonctions du RSG et la Structure du Mouvement	Carol	À déterminer	05, 06, 12, 13, 16 et le 21
89-15	22 mars	Le Parrainage	Carol	À déterminer	

RÉGION-89 12 AVRIL ASSEMBLÉE RÉGIONALE

District	Date	Nom du Séminaire	Animateurs	Endroit	Districts invités
89-17	10 mai	Les Douze Concepts	Carol Gérald	<i>Centre communautaire 121, Petite Rivières, 27 Louiseville</i>	01, 02, 03, 17, 18, 19 et 22



Pour information contacter le bureau régional :

Région Nord Est du Québec - 89
 75, rue des Épinettes, suite 3
 Québec (Québec) G1L 1N6
 Téléphone: (418) 523-9993
 Télécopieur: (418) 523-9997
 Courriel : region89@qc.aira.com