

Le bulletin LE SEIZE est publié mensuellement, en version numérique sur aa89.org et en version papier sur demande.
Il est remis aux 15 RSG à la réunion d'affaires mensuelle du District pour informer les membres de leur groupe.

Communiquez vos annonces avant le **15 novembre 2026** par courriel à : joseec8916@gmail.com .
Les réunions d'affaires du District sont le 3e mardi du mois au BCSQ, au 905 de Nemours, loc. c-160, à 19h30.

Période du **20 octobre** au **16 novembre 2026**

ANNIVERSAIRES DES MEMBRES ou des GROUPES

Groupe		**Prénom**	**Années de sobriété**	**Date**
Sérénité au féminin	Vendredi 19h30	Myrline	1 an	23 octobre
Témoignage	Dimanche 10h	Michel J.	25 ans	25 octobre
St-Roch	Samedi 12h	Anniversaire du groupe, un buffet sera servi	52 ans	31 octobre
Alliance du Nord	Lundi 20h	Anniversaire du groupe, un gâteau sera servi	49 ans	2 novembre
Orsainville	Vendredi 20h	Robert	9 mois	6 novembre
Les Amis du Dimanche matin	Dimanche 10h	Anniversaire du groupe, un goûter sera servi	59 ans	8 novembre
Le Sommet	Mercredi 19h30	Marcelle	5 ans	11 novembre
St-Roch	Samedi 12h	Vicky L.	24 ans	14 novembre
Les Amis du Dimanche matin	Dimanche 10h	Julie B.	7 ans	15 novembre
Les Amis du Dimanche matin	Dimanche 10h	Justine D.	2 ans	15 novembre
Les Amis du Dimanche matin	Dimanche 10h	François V.	2 ans	15 novembre
Beau site matinal	Dimanche 10h	Marcel	38 ans	29 novembre

LITTÉRATURE

La Vigne Édition de Novembre-Décembre 2026 est disponible au coût de 4,50 $. Un thème accrocheur : *Le faux réconfort de l'apitoiement.*

Cette revue est un excellent outil de rétablissement. Elle renferme tout ce dont vous avez besoin pour vos réunions, entres-autres les Étapes, les Traditions, les Concepts ainsi que les Promesses en plus d'excellents partages de rétablissement de nos membres.

Le Nordet *Le Nordet : Bulletin AA de la Région Nord-Est du Québec – Octobre-Novembre 2026*, Vol. 44, nº 5. Bulletin des membres AA de la Région 89.

Disponible à votre groupe ou dans le Site https ://aa89.org/nordet/. En plus des témoignages de serviteurs, on y retrouve des articles sur les services et le Calendrier 2026 des assemblées de la Région.

Box 4-5-9 Le numéro Été 2026, Vol. 73, nº 3 est disponible dans le Site aa.org : Bulletin trimestriel du Bureau des services généraux des États-Unis et du Canada à New-York.

L'Extrait Suggestions de lecture – Comité des publications du BCSQ – Novembre 2026

- *Réflexions de Bill* FB-18 (19,50 $)
- *Les leaders religieux se renseignent sur les AA* FP-25 (0,85 $)
- *Les AA sont-ils pour vous?* FP-3 (0,40 $)

SERVICE DES PUBLICATIONS au BCSQ
Lundi, de 18h à 19h30 – Mardi, de 15 h à 19 h 30
Tél. : 418-529-2351 – Courriel : librairie@aabcsq.org

NOUVELLES DE NOS COMITÉS

Toutes les réunions des comités ont lieu au BCSQ, 905, rue de Nemours, local 160, Québec

Centre de détention **Prochaine réunion : 3 novembre, 19h30** 1er mardi du mois, aux 2 mois	• **Les réunions viennent de recommencer au Centre de détention de Québec et le comité doit combler différent poste, dont :** • Responsable-adjoint(e) (mandat d'une durée de 2 ans) / Responsable à l'accréditation/répartition (mandat d'un an) / Responsable pour le côté homme du centre de détention. • Vos surplus de livres AA peuvent être déposés dans le casier du Comité au BCSQ. • Pour toute information, vous pouvez rejoindre le responsable de comité, Yves T. à **detention@aabcsq.org**
Centres de traitement – Maisons de thérapie **Prochaine réunion :** **21 octobre, 19h30** **18 novembre, 19h30** 3e mercredi du mois	• Invitation aux membres qui veulent assister à un meeting à La Maison de Job, bienvenue à tous les mercredis à 19h30. • Poste à combler : secrétaire et responsable adjoint.
Information publique et CMP **Prochaine réunion : 3 décembre, 19h30** 1er jeudi du mois, aux 2 mois	• Si la transmission du message de rétablissement des AA vous intéresse, n'hésitez pas à vous joindre à notre prochaine réunion! Bienvenue à tous!

Écoute téléphonique **(418 529-0015)** **Prochaine réunion :** **10 novembre, 19h** 2e mardi du mois, aux 2 mois	• Pour devenir écoutant ou pour information : ecoute@aabcsq.org • Des plages horaires et des postes sont à combler, joignez-vous à nous !
Comité conjoint de la radio **Prochaine réunion :** **26 novembre, 19h30** 4e jeudi du mois, aux 3 mois	• L'émission Partage d'espoir se tient tous les mercredis, de 19 h à 20 h 30 à la Radio AA, sur les ondes de Radio Wendake au 100,3 FM ou wendatfm.ca. • Acceptez l'invitation si on vous demande de participer à l'émission! • Pour information : partagedespoir@aabcsq.org
Publications **Prochaine réunion :** **28 octobre, 19h30** **25 novembre, 19h30** 4e mercredi du mois	• Les publications jouent un rôle très important dans la diffusion du message des AA et de l'information sur le programme de rétablissement en Douze Étapes. Joignez-vous à nous pour les faire connaître!
Congrès **Prochaine réunion :** **12 novembre, 19h** 2e jeudi du mois	• On se prépare pour le congrès 2027, joignez-vous à nous ! • Il reste des postes à combler : adjoint à l'accueil, responsable et adjoint au café, adjoint à l'intendance, adjoint à l'écoute et écoutants.
Fêtes de fin d'année **Prochaine réunion : 4 novembre, 19h** 1er mercredi du mois	• Première réunion le 4 novembre : formation du comité. Viens faire un tour, nous organiserons ensemble toute une soirée pour Noël 2027 et le Réveillon 2028 !

DIVERS

Liste des Congrès au Québec	• Vous trouverez toutes les informations sur les Congrès, soit dans la revue ou le Site de La Vigne, soit dans Le bulletin Le Nordet ou encore dans le Site internet : aa89.org.
BCSQ – 1 poste à combler :	• Responsable. Merci de votre implication ! • Pour renseignements : info@aabcsq.org
Séminaires	• Invitation à participer à un séminaire sur la sécurité chez les AA sur Zoom le 28 novembre prochain. • Pour renseignements : seminaires@aa89.org
Liste des réunions des groupes AA de la Ville de Québec :	• La mise à jour de la liste relève du Comité des publications qui transmet les changements à la Région 89 pour le Meeting Guide. • Pour apporter des corrections à la liste : Courriel : reunions@aabcsq.org • Chaque groupe est responsable de fournir la Liste papier à jour à ses membres.
Meeting Guide	• Téléchargez l'application Meeting Guide dans votre téléphone intelligent pour connaître les réunions près de l'endroit où vous êtes, de partout au Québec.

DATES IMPORTANTES À VENIR

17 novembre – 19 h 30 – Réunion du District 89-16 au BCSQ.

Pensée du mois : **MARCHER AU SOLEIL.** « *Nous voudrons faire croître et fleurir ce qu'il y a de bon en chacun de nous, même chez les plus minables. Il est bien certain que nous aurons besoin d'air tonifiant et de nourriture abondante. Mais avant tout, nous chercherons du soleil. Il ne pousse pratiquement rien dans le noir. C'est la méditation qui nous fait sortir au soleil*. » (Réflexions de Bill, p. 10)