le nordet : vent qui souffle du nord-est

LE NORDET

Bulletin AA de la Région Nord-Est du Québec Vol. 22, nº 5, octobre-novembre 2004

AVRIL 1944 - AVRIL 2004 ..... 60 ans de présence AA au QUEBEC



« Il n'y a pas de confiance, là où il n'y a pas d'amour. Et il ne peut y avoir d'amour véritable, là où règne la méfiance ».

Réflexions de Bill, p. 144.

Mot de la rédaction

LES SERVICES VOUS INTÉRESSENT, mais vous voulez en savoir plus avant de vous impliquer? Lisez l'article sur les séminaires, ou encore, venez nous rejoindre à la journée d'accueil des nouveaux serviteurs à la Madone en décembre.

Le prochain Congrès de Toronto suscite déjà beaucoup d'intérêt; si les congrès vous intéressent, ne manquez pas l'article de Bernard C., sur les anniversaires et les congrès en général, ni celui de Gilles B., sur l'historique du congrès des centres de détention et de traitement en Mauricie.

Radio AA est une autre façon de rejoindre l'alcoolique et d'informer le public; découvrez ce comité en lisant l'article de Roger A. et vous déciderez peut-être alors de vous y impliquer.

Une nouveauté dans cette revue : un article en espagnol! Heureusement pour la majorité d'entre nous, Robert P. en a réalisé la traduction française, ce qui nous permettra de connaître un peu plus le groupe espagnol de Québec, Fraternidad. Deux autres articles ont également été traduits, cette fois-ci de l'anglais; l'un de ceux-ci traite du groupe d'attache, et l'autre, de la Neuvième Tradition.

Visitez également le site web de la région 89; vous y trouverez une foule d'informations concernant le Mouvement AA dans notre région, et même ailleurs dans le monde.

Et pour terminer, une autre énigme qui ne devrait pas être trop difficile….

L'équipe du ***Nordet*** vous souhaite une bonne lecture tout en espérant vous rencontrer à la Madone, en décembre.

A la prochaine….

***Alain E., Responsable du* Nordet**

Le Nordet, 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.

Adresse du bureau régional :
Région Nord-Est du Québec
2350, av. du Colisée, bureau 2-17
Québec (Québec) G1L 5A1
Téléphone : (418) 523-9993
Télécopieur : (418) 523-9997
Courriel :

Abonnement :
Nombre de numéros : 6 par année.
Coût de l'abonnement : 6$.

Changement de décor

L'ASSEMBLÉE RÉGIONALE du 7 août dernier s'est déroulée dans une grande et belle salle appartenant aux Chevaliers de Colomb sur la rue Kirouac à Québec. La plupart des 22 représentants de district (RDR) étaient présents et ont même demandé à l'exécutif de tenir les prochaines réunions au même endroit; cette suggestion a été proposée et adoptée par l'assemblée. C'est André B. qui a animé la réunion étant donné que le président, Louis-Marie P., était dans l'impossibilité de se présenter.

En règle générale, d'après les rapports des RDR, les groupes et les districts se portent bien dans la grande région 89, sauf dans certains districts où l'unité n'est pas toujours évidente et où les représentants aux services généraux (RSG) prennent tellement leur rôle à cœur qu'on en arrive parfois à des prises de bec pour le moins musclées!

Au district 21 (Portneuf), Simon G. a souligné le fait qu'il manque des personnes bilingues pour visiter et partager dans les groupes du pénitencier de Donnaconna; avis aux intéressés.

SIMULTANÉMENT À CETTE ASSEMBLÉE se déroulait une réunion des responsables des comités de la 12ième Étape; Gérard G., le responsable du comité inter-district de la 12ième Étape en Mauricie, en était l'animateur. Les participants en sont ressortis très contents d'avoir pu échanger avec leurs pairs afin d'améliorer constamment le service qui est apporté aux alcooliques qui ont besoin d'aide. Les membres ont également proposé que l'inter-district de la 12ième Étape soit représenté aux réunions de la Région.

LES 40 ANS DE ***LA VIGNE*** s'en viennent à grands pas et, à cet effet, il y aura une revue spéciale qui contiendra un résumé des meilleurs articles parus depuis la création de la revue en 1965.

Suite à la page 10

SOMMAIRE

Mot de la rédaction	2
Réunions, Forum, Congrès…	2, 10-11
Mot des serviteurs régionaux	
- Séminaires	3-4
- Accueil des nouveaux serviteurs	4
Favorisons le rapprochement	4-5
Anniversaires et congrès	5-7
Groupe d'attache	7-8
Radio AA	8
Historique du groupe Fraternidad	9
La Neuvième Tradition	9-10
Site Web	10
Énigme	11
Calendrier	12

Mots des serviteurs régionaux

LE MOUVEMENT DES AA FONCTIONNE GRÂCE AUX SERVICES

Tous les services des AA prouvent chaque jour que des activités soi-disant « matérielles » peuvent produire de magnifiques résultats spirituels. Nous avons compris qu'il nous fallait des comités de service, sinon nous ne pourrions pas fonctionner et peut-être même allions-nous nous désagréger complètement. Il nous fallait en fait **organiser des services pour que le mouvement reste simple** (*Le langage du Cœur*, p.138).

Si tu as envie d'approfondir tes connaissances et de partager tes expériences de services, les séminaires sont des outils formidables, pour répondre à tes aspirations ou tes impulsions. Les séminaires peuvent être offerts à la demande d'un district ou d'un groupe de districts. Ce sont en général des séances d'information sur des sujets précis, le tout tiré intégralement de notre littérature. Tous les membres locaux sont invités à y assister. Les séminaires offerts par la région sont au nombre de cinq. Vous trouverez ci-dessous la liste des séminaires et des détails supplémentaires expliquant en abrégé le contenu de chacun.

Si vous souhaitez connaître les dates qui sont encore disponibles pour la présentation de séminaires, vous pouvez communiquer avec moi au (418) 542-2570 ou par Internet à : « jacquesjim54@hotmail.com ».

La nouvelle saison débute à la mi-octobre jusqu'au 4 décembre, ensuite de la mi-janvier à la fin avril. Vous devrez prévoir vos réservations au moins six semaines à l'avance afin de permettre au comité de préparer la publicité des séminaires dans vos districts.

Beaucoup de nouveaux serviteurs seront élus cet automne et débuteront de nouveaux mandats avec la nouvelle année. Je suggère à chacun d'entre eux d'assister au séminaire sur les Fonctions du RSG et les Structures du Mouvement des AA, cela vous permettra d'accroître vos connaissances des structures de notre association et surtout d'augmenter le goût de servir.

Servir, c'est grandir.

Venez vous joindre à nous! Venez vous sentir utile et découvrir des choses supplémentaires qui pourront vous aider dans votre rétablissement. Nous sommes à votre service.

Les séminaires suivants sont disponibles dans les districts indiqués ci-dessous :

- **Le Parrainage** :
  District 21 (Portneuf), 16 octobre;
- **RSG et Structures** :
  District 08 (Dolbeau- Roberval), 13 novembre et district 02 (Shawinigan), 20 novembre.

Jacques T. , responsable du comité des séminaires.

BRÈVE DESCRIPTION DES SÉMINAIRES OFFERTS PAR LA RÉGION

1) Le séminaire sur les fonctions du RSG et les structures du Mouvement des AA

Ce séminaire s'adresse à toutes les personnes que le service intéresse, ou qui aimeraient connaître les structures de notre association. Nous aimerions lancer une invitation spéciale aux serviteurs qui vont entrer en fonction, ou qui sont entrés en fonction récemment. Les membres des AA qui ne s'engagent jamais dans les Services généraux perdent beaucoup. Ils ne tirent pas de notre programme tous les avantages qu'ils devraient.

2) Le séminaire sur les Douze Traditions

Ce séminaire vise tous ceux qui voudraient connaître ces principes rédigés simplement et qui devraient présenter des solutions éprouvées aux divers problèmes vécus par les AA dans leurs efforts pour vivre et travailler ensemble, pour nous mettre en association, en relation avec le monde extérieur. Ce séminaire contient aussi une brève explication des Douze Concepts des Services mondiaux. Tous nos membres peuvent assister et participer à ce séminaire. Il est le complément du séminaire sur la fonction du RSG et structures du Mouvement.

3) Le séminaire sur le parrainage

Ce séminaire nous démontre ce qui a donné naissance aux Alcooliques anonymes. Il s'adresse à tous ceux qui veulent progresser dans leur rétablissement. C'est le message transmis dans l'amitié, grâce au pouvoir de l'exemple. Dans ce séminaire, vous trouverez une section réservée au parrainage de groupe, une autre au parrainage de service.

4) Le séminaire sur la 12e Étape

Ce séminaire nous montre comment le message s'est transmis de façon continue depuis les débuts jusqu'à ce jour et le sera toujours, si nous savons nous rendre disponibles et responsables. Ce séminaire s'adresse à tous les membres sans exception.

5) Le séminaire sur la Septième Tradition : <u>Alliance de l'argent et de la Spiritualité</u>

Ce séminaire nous apprend pourquoi les pionniers ont établi le principe voulant que notre Mouvement, les Alcooliques anonymes en action, requiert le sacrifice de beaucoup de temps et d'un peu d'argent. Dans ce séminaire, vous comprendrez que le panier de la collecte n'est pas qu'une question d'argent, mais surtout le meilleur moyen de tendre la main vers celui qui souffre. Ce séminaire s'adresse à tous les membres que la survie du Mouvement intéresse.

ACCUEIL DES NOUVEAUX SERVITEURS

SI LE PARTAGE AVEC d'autres membres constitue pour nous, alcooliques, l'élément essentiel de notre rétablissement, il n'en est pas autrement lorsque nous abordons un autre élément tout aussi essentiel : le service. Partager nos difficultés, nos craintes et nos succès constitue un atout majeur pour faire du service une expérience stimulante et valorisante.

C'est dans cet esprit d'échange et de parrainage que se tiendra les 3, 4 et 5 décembre prochain la journée d'accueil des nouveaux serviteurs. À cette occasion, tous les serviteurs actuels oeuvrant au sein du comité régional (exécutif régional, responsables des comités régionaux, RDR des 22 districts et leurs adjoints) accueilleront les responsables nouvellement élus et devant débuter leur mandat en 2005.

Ce sera pour l'ensemble des participants une occasion de fraternisation et de partage. Ce sera aussi, par le biais d'ateliers divers, une occasion d'en apprendre un peu plus sur la structure de notre mouvement, les tâches et responsabilités des divers postes et fonctions de service. Ce sera aussi la possibilité de se familiariser aux divers outils de service qui nous sont offerts pour mieux accomplir notre tâche.

Quand : **Les 3, 4 et 5 décembre 2004**

Où : À la Madone, Cap-de-la-Madeleine

Pour qui : Pour tous les serviteurs régionaux (exécutif et comités), les serviteurs de district (RDR, adjoints, secrétaires et trésoriers) et tous ceux (RSG ou simples membres) qui auraient le désir d'en savoir plus sur notre mouvement et les services.

Espérant avoir le plaisir de vous rencontrer et de partager avec vous, je vous y attends avec impatience.

Michel P., délégué adjoint

FAVORISONS LE RAPPROCHEMENT

LORS D'UNE RÉUNION du comité inter-district du centre de détention de la Mauricie, François P., qui a été parrain au centre de détention pendant plusieurs années, nous racontait qu'il avait vu une cassette d'information publique dans laquelle on parlait d'un pique-nique qui avait lieu au Stanley Park de Vancouver. Suite à cela, il indiquait que nous devrions regarder la possibilité d'organiser ce genre d'événement qui permettrait de faire connaître les activités du comité, favoriser l'unité des districts, ainsi que la possibilité de fraterniser davantage tout en transmettant le message.

Le plus difficile serait de trouver un lieu de plein air pour ce genre d'événement, personne au comité n'ayant l'expérience de ce genre d'activité.

Nous trouvons un site exceptionnel à Ville Joie, une base de plein air près de Trois-Rivières. L'activité se déroule à la fin de juillet. Malheureusement, dame nature avait décidé que cette journée-là n'était pas pour l'extérieur, en fait, il a plu toute la journée. Comme nous disposions d'une grande salle de réunion, les partages AA se déroulèrent donc à l'intérieur. Environ 65 membres ont assisté mais on avait joué de malchance pour la première.

L'année suivante, étant donné que les coûts étaient abordables, le comité décida de se reprendre en y ajoutant beaucoup d'activités plein air comme tournois de balle molle inter-district, blés-d'inde et hotdogs pour le financement de la journée. Aussi, nous avions prévu un orchestre dont un membre du district 89-02 faisait partie.

La journée fut couronnée d'un grand succès avec plus de 400 participants qui ont fraternisé au cours d'une belle journée d'été. Ce qui était extraordinaire, c'était l'enthousiasme de tous les membres du comité qui y avaient travaillé. Ce que nous recherchions était un bel endroit et des membres heureux de participer avec toute leur famille à une activité que l'on pourrait qualifier de pionnière pour le mouvement AA au Québec. De plus, les coûts pour les breuvages, les hotdogs, les blés-d'inde etc. sont encore aujourd'hui très abordables. Et comme nos statistiques montraient que jusqu'à 23% des billets pouvaient être donnés sans affecter la rentabilité, nous avons pu aider ceux qui n'avaient pas assez de ressources.

L'année suivante, le Parc des Chutes de Shawinigan fut suggéré, un autre endroit magnifique. Cette activité est devenue le Congrès plein air du centre de détention et des centres de traitement inter-district de la Mauricie qui inclus 6 districts :

89-01 (Trois-Rivières), 89-02 (Shawinigan), 89-17 (Louiseville), 89-18 (Cap-de-la-Madeleine), 89-19 (St-Tite) et le 89-22 (Laviolette).

La température est notre plus grand problème pour ce genre d'activité; c'est ce qui nous occasionne des déficits. En effet, il y a eu plus de 4 années consécutives déficitaires, et ensuite nous avons trouvé une solution dans la littérature (lignes de conduite d'un congrès) consistant à mettre les billets en pré-vente au coût minime de $2.00 et échangeables pour des breuvages ou de la nourriture au congrès. Cette formule nous a permis de rentabiliser l'activité, et depuis ce temps, nous n'avons jamais eu de déficit. En fait, nous enregistrons des surplus qui nous permettent de distribuer de la littérature au centre de détention.

Il y a 2 ans, nous avons encore déménager d'endroit; Dieu aime notre congrès plein air car nous avons trouvé un autre endroit magnifique au camp Val Notre-Dame d'Hérouxville. Le 2 août dernier, c'était notre 13ième pique-nique (congrès).

Pour terminer, ce congrès plein air est une occasion unique pour tous les membres et leur famille et amis de participer à une journée de partage AA. Partages, ballon rouge, souper et activités de plein air sont au programme. C'est une ambiance unique et relaxante pour transmettre le message AA, et c'est bien ce qui se passe, car un jour un membre nous a raconté qu'en voyant jouer ses enfants à notre journée, il a pris conscience qu'il était sur le point de tout perdre; après plusieurs rechutes, il décida de servir davantage dans AA, ce qui contribue à sa sobriété. On a eu plusieurs commentaires en ce sens.

Le comité centre de détention et de traitement inter-district de la Mauricie se fera grand plaisir de vous accueillir l'an prochain.

Merci à Daniel C. pour son support et son travail.

Gilles B., président du comité

Réflexions sur les anniversaires, les 8 et 12 heures de partages et les congrès

IL Y A QUELQUES MOIS, j'ai été approché pour écrire sur le sujet en titre. J'étais dans l'impossibilité de le faire pour la précédente publication du ***Nordet***; je m'exécute donc pour celle-ci.

Ce sujet m'a donné pas mal de fil à retordre. Je croyais qu'il serait très facile et qu'il me suffisait de me servir de mon expérience de plusieurs années de service dans le mouvement AA et de ma plus récente expérience d'implication dans la réalisation des congrès. Pas si facile que ça de centrer ce que la préparation d'un congrès demande de soins pour être porté à terme.

Mais je suis heureux car ce travail de recherche et cette introspection m'ont appris beaucoup de choses sur moi, sur ma façon d'opérer, sur mes exigences vis-à-vis des autres et sur ma grande tolérance lorsqu'il s'agit de mon propre comportement. Il n'y a rien d'inutile dans AA et souvent la réponse aux dilemmes est dans l'opinion de la plus faible majorité.

Il est cependant de mise d'ajouter que dans ce travail, ces opinions n'engagent pas le mouvement AA mais qu'elles sont la responsabilité de l'auteur.

Je crois que le sujet «*Les congrès AA*» ne peut pas être traité sans parler des prises de gâteaux, anniversaires de sobriété individuelle, d'anniversaires de groupes, de district et de région, etc., de 8 et 12 heures de partages et finalement de congrès. Ma réflexion m'a amené à penser que ces exercices d'apparence très sociale ont une très grande partie spirituelle et sont un atout majeur dans le rétablissement d'individus qui s'impliquent dans leur préparation et leur réalisation.

Gâteaux et jetons

Voyons d'abord la prise de gâteau et jeton pour marquer l'anniversaire d'une année de sobriété ou d'abstinence, ces deux termes se côtoient. La tradition dans AA de marquer l'anniversaire de sobriété et d'en faire une petite fête est aussi vieille que le mouvement et nous vient du groupe Oxford, où les gens célébraient l'anniversaire de leur renaissance spirituelle (je vous engage à lire *l'édition spéciale* publiée pour marquer les 60 ans d'existence d'Alcooliques anonymes au Québec; il y a dans cette publication une foule d'informations sur ce sujet et sur bien d'autres).

L'anniversaire donc, est une fête. Nous voyons nos amis se présenter dans leur groupe, vêtus de leurs plus beaux atours, très nerveux pour la plupart, se faire remettre par une personne de leur choix, un gâteau qui marque une autre année de sobriété. Que ce soit le parrain ou la marraine, ou l'ami(e) qui remet le gâteau, il (elle) souligne les points forts, parfois les faibles qui ont marqué l'année du récipiendaire, "souvent un peu trop", mais enfin notre rétablissement ne nous amène-t-il pas à accepter DE BON CŒUR des amis (es) AA, les railleries et farces "même si elles sont parfois plates". Ensuite c'est le tour de la personne qui prend un gâteau d'adresser la parole à l'assemblée et ce moment est merveilleux… la spiritualité qui se dégage de cet instant est si forte qu'elle est souvent palpable. Souvent, il y a des applaudissements pour les membres de sa famille qui l'accompagnent et qui paraissent radieux. Il m'a été donné d'entendre de

courts mais très beaux et puissants témoignages d'humilité à ces événements.

Quelques exemples suffiront :

"Je dois tout à AA"
"Vous m'avez tout donné"
"Vous m'avez montré le chemin"
"Merci de m'avoir sauvé"
"Je n'ai rien fait, vous avez tout fait pour moi". Et beaucoup d'autres.

Si le récipiendaire, étouffé par l'émotion, oublie de souffler la chandelle, l'assemblée lui signale et s'enquiert de ses intentions vis-à-vis le partage du gâteau.

Pour plusieurs membres AA, la prise de gâteau est une obligation morale, parce qu'elle apporte une preuve tangible aux plus jeunes membres que : **ÇA FONCTIONNE DANS AA**. Notre responsabilité n'est-elle pas de porter le message?

Les groupes AA aiment également souligner leurs années d'existence par la prise d'un gâteau. Habituellement, un des fondateurs du groupe vient en faire l'historique; c'est un moment pour se recueillir, de faire à vol d'oiseau un passage sur le temps écoulé, de se rappeler nos amis disparus, de regarder avec fierté les nouveaux qui se joignent au groupe et qui en assureront la relève.

Les plus anciens se rappelleront, comme moi, les festivités de certains anniversaires, annoncés longtemps d'avance. Les dames Al-Anon préparaient un goûter, avec générosité, qui souvent avait l'allure d'un banquet; un message tripartie AA – Al Anon – Al Ateen et souvent, de la danse. Il y avait des bons membres pour lancer ce fameux jugement qui tombe parfois comme une sentence : «Hors traditions».

Peut-être et peut-être pas! Il est vrai que ces fêtes débordaient quelque peu de la traditionnelle réunion AA. Pour ma part, j'ai toujours cru qu'avec les étapes 8 et 9, cet exercice reconstruisait nos liens à une vie sociale qui avait été détruite par notre alcoolisme. Notre rétablissement ne comprend-t-il pas aussi qu'il nous faut retrouver notre place dans une société que nous avons bien malmenée?

Les 8 et 12 heures de partages

On s'en vient aux fameux 8 et 12 heures de partages! Si dans AA, on donnait des oscars, les membres qui ont inauguré ces rencontres viendraient sûrement en nomination et se verraient décerner un trophée. Quoi de plus merveilleux que de passer 8 ou 12 heures dans une salle, relaxer, se détendre, rencontrer des amis de longue date qu'on ne voit pas souvent dû à nos obligations réciproques, à échanger, à écouter, à assimiler le plus de positif possible et surtout d'entendre plusieurs conférenciers qui ont été choisis pour la qualité de leur message. De rire à en pleurer des anecdotes racontées et de s'attendrir sur des drames humains que l'on nous partage avec une transparence si émotivement chargée. Cette expérience nous fait faire un grand pas de plus sur le chemin de notre rétablissement.

Que dire maintenant des personnes qui organisent ces rencontres. Dans AA, une fois que notre programme individuel est bien amorcé, que les Étapes prennent place dans notre quotidien, et lentement et sûrement, font d'un alcoolique égoïste et malheureux un individu à part entière, une autre obligation survient. Afin de pouvoir garder ce que l'on nous a donné, il nous faut le transmettre.

Comme mon parrain se plaisait à me le répéter "UN VERRE PLEIN NE PEUT PAS ÊTRE REMPLI; DONC, VIDE TON VERRE ET TU POURRAS LE REMPLIR DE NOUVEAU". C'est cet engagement volontaire qui amène les membres AA aux services.

Les services

Les services sont notre troisième legs. Sans ce legs, la continuité de AA serait interrompue. On entend souvent dire : impliquez-vous dans les services pour acquérir de la maturité. Vrai. Mais vrai aussi est le fait qu'il est préférable d'en avoir un peu avant. Car une fois dans l'arène des services, pendant les discussions parfois nombreuses, la maturité va être mise à dure épreuve et le serviteur qui en manque ne pourra qu'avec grande peine remplir son mandat.

Les membres AA qui décident de s'impliquer dans les services, de prendre une tâche dans leur groupe (RSG – Travail de comité, à tous les niveaux) endossent une très grande responsabilité.

«C'EST LIBRE DANS AA». Vrai; vrai aussi que, lorsqu'on accepte une tâche dans les services peu importe le niveau, cette liberté est quelque peu supplantée par *responsabilité.*

L'acte de liberté est celui qui permet un choix. Un acte de responsabilité est un choix libre qui exige un accomplissement.

Assez de thèse philosophique; les membres qui ont œuvré dans la préparation des anniversaires de groupe (8 – 12 heures de partage) et à la préparation d'un congrès, que ce soit dans un comité ou sous-comité, et cela à différents niveaux, affirmeront probablement que c'est l'expérience AA la plus difficile, et ce n'est qu'après que l'on s'apercevra que cette expérience aura été la plus valorisante.

Cet exercice leur aura demandé beaucoup de maturité émotionnelle, d'esprit de tolérance, et pour

les responsables, beaucoup de leadership à pratiquer. Faire la différence entre critiquer une idée, une opinion, une manière de faire sans critiquer la personne qui l'a émise; se ranger à la conscience du groupe sans être amer en réalisant qu'une conscience de groupe se trompe rarement. L'humilité est une qualité fondamentale pour servir à ces niveaux et doit dominer toute tentative de fierté et de gloire personnelle.

On ne réussit pas seul à organiser un anniversaire, un 8-12 heures de partage ainsi qu'un congrès. Les comités d'action et les membres qui en font partie pourraient en revendiquer ce succès aussitôt que Dieu aura prit sa part de gloire, ce qui normalement nous en laisse beaucoup moins. Mais notre Être Suprême est humble, il nous laisse nous glorifier!

Pour terminer, essayons de voir ce que rapportent à tous et chacun ces étapes de service :
A notre arrivée à AA, la plupart de nous n'avaient rien. Battus à plate couture par l'alcool, nous étions démunis dans tous les domaines : spirituel, moral, social et intellectuel. Personne ne nous faisait confiance, nous n'avions même pas confiance en nous. Graduellement, grâce à la fraternité, aux membres qui la composent, au programme individuel des 12 Étapes, aux merveilleuses 12 Traditions qui nous gardent unis, nous en sommes venus à vouloir un changement, nous avons compris que nous devions nous engager dans les services, à abdiquer notre sacro sainte liberté pour nous occuper des autres, et nous avons décidé de mettre l'épaule à la roue et devenir partenaire dans AA et non pas seulement bénéficier de tout ce que AA avait à offrir.

Il est possible, du moins c'est mon cas, que lorsque nous avons décidé de servir, nous n'étions pas réellement habités par des qualités altruistes parce que les services enseignent aux gens qui prennent cette voie, comment pratiquer les qualités énumérées ci-dessus, et non pas le contraire. Je n'ai jamais rien enseigné dans AA, mais j'ai appris tellement que ça m'a donné le goût de continuer : participer à la préparation d'anniversaires, être actif pour organiser les 8-12 heures de partages de mon groupe, œuvrer au niveau des différents sous-comité d'un congrès. Ces implications sont tellement complexes, elles demandent tant des individus qui s'y adonnent, qu'ils ne peuvent pas autrement que progresser, et c'est à ce niveau de service que nous pouvons distinguer les cœurs vaillants des cœurs saignants du Gros livre.

Les buts des exercices AA énumérés ici, à mon avis, sont :

1. Passer le message, et un congrès est d'abord un outil d'information publique;
2. Une forme de 7e Tradition pour aider à assurer les services, à refinancer le groupe par les anniversaires, les 8-12 heures de partages;
3. Une école de formation pour nos serviteurs.

Ce sont les exercices AA les plus complexes, les plus difficiles à réaliser parce qu'ils viennent chercher ses membres dans ce qu'ils ont de plus vulnérables, leurs émotions, leur spiritualité, leur tolérance. Un membre AA, féminin ou masculin qui a vécu ces expériences, ne sera plus jamais le même; ni dans AA, ni dans sa vie personnelle.

Voilà, j'ai mis sur papier mes réflexions sur ces thèmes. Je vous les offre de bon cœur. J'espère que vous aurez autant de plaisir à les lire que j'en ai eu à les écrire.

Bernard C., Québec.

Chez soi

Le groupe d'appartenance est le lieu où commence le rétablissement et où, Étape après Étape, les membres AA grandissent dans la sobriété. C'est l'endroit où les nouveaux venus acquièrent le courage de sortir d'eux-mêmes en voyant comment d'autres membres vivent les principes AA dans leur réalité quotidienne. Enfin, c'est là où tous en arrivent à se sentir chez soi dans le mouvement AA.

Il n'y a rien comme de se retrouver chez soi

Là se trouve l'espoir

Mon groupe d'appartenance est une petite communauté AA. Nous n'avons pas de podium ni de section non-fumeurs et nous nous connaissons tous par nos noms de famille. Notre lieu de rencontre est au sous-sol d'un édifice gouvernemental; ça fait des années que nous sommes là. Le linoléum, qui date d'avant ma naissance, s'écaille à force d'être constamment foulé par tous ces alcooliques, sobres depuis quelques heures, quelques jours, quelques mois, quelques années… ou sans aucune abstinence.

Il y a eu des disputes, sur ce plancher, rapidement apaisées. Des personnes, revenant après

des années de rechute, ont vomi sur cette vieille surface tout abîmée, encadrée par une vingtaine de vieux sofas que quelqu'un a jetés là il y a huit ans et que personne n'achèterait, même pour cinq sous, dans un magasin de meubles usagers.

Des affiches froissées, aux coins déchirés, livrent leurs messages de sagesse : « Lentement mais sûrement » ; « Lâcher prise et laisser faire Dieu ». Jaunies par des années de fumée de cigarette, elles pendent des vieilles poutrelles du plafond peintes en vert, en bleu ou quoi que ce soit afin de masquer les fils. Elles sont attachées par des cordons en tortillon afin de les laisser se balancer dans nos faces quand nous nous levons, chaque soir à neuf heures, et formons un cercle d'amour pour clore la réunion.

Voilà mon groupe d'attache, là où je me retrouve, là où je retrouve l'espoir que j'avais égaré, là où je reprends vie, enfin.

Voilà les gens qui composent ma « famille », les gens qui m'aiment pour ce que je suis et qui me respectent malgré ce que je ne suis pas, qui me voient tout entière, telle que je suis, avec les verrues et le reste, et qui, étonnamment, m'aiment même en sachant qui je suis réellement.

Voilà les gens auprès de qui je me suis retrouvée. J'ai pleuré sur leurs épaules et ils ont pleuré sur les miennes. Ils rient à gorge déployée de mon humour tordu, mais je peux aussi rire avec eux. Quand je les regarde dans les yeux, je sais qu'ils me voient vraiment, et cela me réchauffe ; je me sens protégée et aimée, une sensation aussi réconfortante que l'étreinte aimante de grand-maman.

J'ai descendu les douze marches en ciment menant à cette pièce enfumée un nombre incalculable de fois pour me présenter, au début de la réunion, en disant : « Je m'appelle Pam, je suis alcoolique et je n'ai que vingt-quatre heures d'abstinence… encore une fois. » Chaque fois, on a salué chaleureusement mon retour, chaque fois, le regard des gens s'allumait en me voyant entrer. Je croyais alors que c'était parce qu'ils étaient contents de me voir. En fait, ils étaient seulement heureux de me voir encore vivante.

Voilà mon chez-moi, et chaque jour je remercie Dieu de m'y conduire.

Pamy H.
Logan (Utah)

© « Coming home » et « There's no place like home », *AA Grapevine*, septembre 2004, p. 24 et 25. Traduction, adaptation et reproduction autorisées.

UNITÉ, RÉTABLISSEMENT, SERVICE

POUR L'ALCOOLIQUE désirant se rétablir, il est souvent mentionné le triple héritage des Alcooliques anonymes : unité, rétablissement, service.

Le mouvement doit maintenir son unité pour assurer le rétablissement de l'alcoolique qui souffre. Le service est un moyen efficace de maintenir l'unité. Tout s'enchaîne.

C'est dans cet esprit de service qu'est né, il y a quelques années, le comité de radio AA. Son objectif, à l'origine, était de transmettre le message AA principalement aux communautés autochtones par les ondes radio en utilisant une formule apparentée à celle de l'information publique. Aujourd'hui, le comité de radio AA vise à rejoindre le plus grand nombre d'alcooliques.

Radio AA diffuse l'émission « Partage d'espoir » chaque lundi de 18 :00 à 20 :00 sur les ondes de CIHW, la radio communautaire de Wendake. CIHW diffuse à la fréquence 100,3 (câble 100,5) sur la bande FM ou via le web à l'adresse : « http://www.cihw.org ».

Au cours de cette émission, l'animateur reçoit un membre des Alcooliques anonymes avec qui il s'entretient pendant deux heures sur son vécu d'alcoolique et son rétablissement. Des pauses musicales viennent agrémenter l'émission. L'animateur a toute la latitude voulue quant au contenu de son émission tout en respectant les lignes de conduite du mouvement des Alcooliques anonymes concernant l'information publique.

Au fil des ans, plusieurs membres ont vécu une belle expérience au sein de ce comité, que ce soit à l'animation, à la mise en ondes ou par leur partage. Certains se sont découverts des talents ou des intérêts insoupçonnés envers le média de la radio. C'est pourquoi le comité lance un appel à toute personne désirant communiquer le message AA de façon différente, tout en vivant une expérience enrichissante de service, à joindre les rangs des bénévoles y oeuvrant.

Le comité tient ses réunions le deuxième mercredi du mois, en mars, juin, septembre et décembre, dans les locaux du Bureau Central des Services de Québec au 2350, Avenue du Colisée à Québec. Les membres désirant obtenir plus d'information sur le comité de radio AA ou désirant s'y impliquer, peuvent laisser leurs coordonnées sur la boîte vocale du Service des publications au 529-2351. Un(e) responsable du comité vous contactera.

Tous et chacun sont les bienvenus.

Roger A., secrétaire du Comité Radio AA

Proceso histórico del grupo A.A. "Fraternidad"

Nuestro grupo salió a luz un 16 de enero de 1988 y fué iniciado por los compañeros siguientes: Manuel M., Manuel C., Roberto M. y Efraín M.

En nuestro recorrido, como es natural, hemos sufrido los errores de la inexperiencia, asi como también nuestros conflictos personales debido a nuestras deformaciones mentales. Pero la luz de la esperanza a estado siempre con nosotros y esa fe de dejar de sufrir nos ha dejado el tesoro que ahora poseemos o sea nuestra recuperación.

El 16 de enero de este año nos cubrimos de felicidad, pues nuestro grupo festejó sus 16 años de existencia y eso se lo débemos a nuestro Poder Superior como cada quién lo concibe, a nuestro programa de recuperación y a Alcohólicos anónimos, considerado como un todo.

Roberto M.
Coordinador del grupo

Historique du groupe AA « Fraternidad »

Notre groupe a vu le jour le 16 janvier 1988. Il fut fondé par les membres suivants : Manuel M., Manuel C., Roberto M. et Efraín M.

Dans notre parcours, il est naturel que nous ayons souffert des erreurs de l'inexpérience, comme des conflits personnels dus à nos déformations mentales. Mais la lumière de l'espoir nous a toujours accompagnés, et cette foi en la fin de la souffrance nous a laissé ce trésor que nous possédons aujourd'hui, c'est-à-dire notre rétablissement.

Le 16 janvier de cette année nous a remplis de joie, car notre groupe a fêté ses 16 ans d'existence. Cela, nous le devons à notre Puissance supérieure telle que chacun la conçoit, à notre programme de rétablissement et à Alcooliques anonymes, considéré comme un tout.

Roberto M.
Coordonnateur du groupe

La Neuvième Tradition

AA en tant que tel ne devrait jamais être organisé, mais nous pouvons créer des conseils ou des comités de service directement responsables envers ceux qu'ils servent.

Se donner une voix

Parfois, la conscience collective reste prise dans le groupe.

Notre Neuvième Tradition parle beaucoup du mouvement au niveau des administrateurs, ce qui peut être intimidant pour certains membres AA. Mais j'aimerais souligner seulement ces quelques mots de la version intégrale de la Tradition : « ils ont reçu des groupes le mandat… »

Notre structure de service opérationnelle, telle qu'elle nous a été transmise, à nous, membres AA, par Bill et le Dr Bob, a vu le jour dès les débuts de notre Troisième Héritage. Ce dernier, exposé dans notre Manuel de service, remet l'entière autorité du mouvement, à tous les niveaux, à la conscience collective de tous les groupes AA, lesquels, bien sûr, sont composés de membres individuels.

Les membres individuels en devenant actifs dans un groupe et en assistant aux réunions d'affaires du groupe, exercent leur droit d'être entendus dans la conscience de groupe. Même un nouveau venu qui se joint au groupe et assiste à sa toute première réunion d'affaires détient une forte influence dans les affaires mondiales du mouvement AA.

Malheureusement, il arrive que la conscience collective reste prise dans le groupe et ne franchisse pas la porte du sous-sol de l'église. J'ai vu des groupes devenir aussi préoccupés d'eux-mêmes et aussi centrés sur eux-mêmes qu'un membre AA qui n'a jamais placé une chaise ou fait de café.

À moins d'être suffisamment structuré pour tenir des réunions d'affaires, où se détermine la conscience collective, et se donner un RSG (représentant aux Services généraux) qui transmette cette conscience du groupe au niveau du district, un groupe peut être comparé à un membre qui se contente de ne pas boire et d'assister aux réunions mais sans mettre en pratique les Étapes ou devenir actif.

Tout comme les Étapes nous permettent, sur le plan individuel, de garder la forme spirituellement, les Traditions permettent à nos groupes de poursuivre notre but principal.

Nos groupes représentent un élément important du mouvement AA à l'échelle mondiale et pour la transmission de son message partout. Chaque membre contribue à façonner la conscience collective. Le RSG élu du groupe s'assure que celle-ci est comprise aux niveaux du district et de la région et qu'elle fait partie de la pensée du délégué, lequel la relaie à la Conférence annuelle des Services généraux du mouvement AA. Dépositaire de la pleine autorité des groupes, la Conférence a le mandat d'assurer le développement et le maintien de tous les services nécessaires à la transmission du message d'espoir et

de rétablissement d'AA. Au bas de notre structure organisationnelle inversée, les administrateurs, dont l'autorité leur vient de la Conférence, prennent des décisions qui permettent au personnel du BSG de livrer ces services sur une base quotidienne.

Danny S., Centerville (Massachusetts)

© *« Finding a voice »,* AA Grapevine*, septembre 2004, p. 10 et 11. Traduction et reproduction autorisées*

Le site officiel des **Alcooliques anonymes** du Québec

« http://www.aa-quebec.org »

Les quatre grandes régions de services du Québec ont uni leurs efforts afin de réaliser un site web et transmettre le message à l'alcoolique qui souffre encore. Vous y trouverez des informations générales sur le Mouvement et spécifiques à chacune des régions comme : les réunions, les services, les districts, les congrès et autres.

Plan du site de la région 89 – Nord-Est

« http://www.aa-quebec.org/region89 »

BESOIN D'AIDE? :
Questionnaire d'identification du problème
Lignes téléphoniques :
Liste des numéros de téléphone pour l'écoute de chacun des districts
Liens : Avec les régions 87-88-90 et BSG (N-Y)
Liens utiles : Liens avec les autres régions du monde
Les réunions : Liste des groupes AA, informations générales, cartes routières
La littérature : Livres, brochures avec des extraits
Les congrès : Programmations, cartes routières, etc
Les Médias : Informations pour les médias
Le Nordet
Les services (pour les membres) **:**
- Organigramme (pyramide inversée)
- Le Bureau régional
- Autres services et activités
- Événements extérieurs à la région
- Calendrier des réunions de services

Un peu d'histoire
Nous contacter : Pour communiquer avec nos serviteurs de confiance

Nous vous souhaitons une bonne visite!

Suite de la page 2

Il a aussi été question de la demande de Guy-François B., le responsable des Communautés éloignées, de lui permettre d'assister au congrès autochtone de Papinachois, du 20 au 22 août, pour rencontrer et se faire connaître des responsables des diverses communautés autochtones auxquelles il aura à s'adresser durant son mandat. Après discussion, la demande a été acceptée et, dans le prochain numéro du ***Nordet,*** nous aurons un résumé de ces journées gratifiantes qui apportent des émotions positives et qui sont une manifestation de la grandeur de l'entraide chez AA.

Au sujet du Congrès international de Toronto, il a été mentionné, lors de la réunion conjointe de l'exécutif et des responsables des comités, le 6 août, qu'il est préférable de s'adresser directement au Bureau des Services généraux (BSG) à New York pour les réservations d'hôtel, mais que ce sont les districts qui doivent s'organiser pour le transport. À ce propos, nous avons reçu une annonce, et si d'autres membres veulent nous en faire parvenir, il nous fera plaisir d'y donner suite.

LE CONGRÈS INTERNATIONAL des Alcooliques anonymes aura lieu en 2005 à Toronto**;** on fêtera alors les 70 ans d'Alcooliques anonymes, sous le thème : « **Je suis responsable** ! ». Pendant le congrès, il y aura plusieurs activités AA : le vendredi soir, il y aura la cérémonie des drapeaux et la réunion d'ouverture des AA au SkyDome; le samedi soir se déroulera une réunion des pionniers des AA, et dimanche matin aura lieu la réunion de clôture des AA. Dès le jeudi à minuit jusqu'au dimanche matin, des réunions marathon auront lieu en anglais, en français et en espagnol. Certaines des réunions seront aussi traduites en d'autres langues, comme l'allemand, le japonais, et le langage des signes américain. On aura le choix entre des réunions thématiques, ateliers, tables rondes, réunions d'intérêt particulier et réunions territoriales. Les Al-Anon et les Alateen seront aussi présents et ont prévu dans leurs programmes des activités diverses et des réunions sous le thème « **Ça commence par nous** ». Il y aura également de la danse après les réunions des AA le vendredi et le samedi soir, et plusieurs activités connexes seront organisées. Pour information, voir le formulaire d'inscription ou la page Web du Congrès international qui se trouve sur le site : « http://www.aa.org ».

LE FORUM TERRITORIAL a attiré environ 650 personnes de l'Est du Québec (Québec, Ontario, Maritimes), et aussi des États-Unis, les 27, 28 et 29 août dernier, pour entendre les représentants du BSG de New York, et pour faire part de leurs commentaires sur divers sujets, ou encore pour poser toutes les questions qu'ils voulaient sur les services

ou autres. J'ai été heureux d'apprendre que ***La Vigne***, dont la conception, la production, la distribution et l'administration reposent entièrement sur les groupes AA des 4 régions du Québec, est aussi une revue internationale francophone, puisqu'elle rejoint certains groupes ou certains membres en Europe, en Afrique, en Asie, aux Etats-Unis et dans les autres provinces canadiennes.

À cette occasion, plusieurs conférenciers ont tenu à rendre hommage à Bill A., décédé récemment, et que plusieurs membres ont connu et apprécié, notamment lors d'une assemblée générale à St-Hilarion dans Charlevoix en 1999 ou au Forum spécial de Chicoutimi en 2002. Nous reproduisons ici l'annonce faite par le BSG :

« C'est avec grande tristesse que le Bureau des Services généraux annonce le décès de Bill A., membre du personnel et ami.

Après avoir courageusement lutté contre le cancer pendant un an, Bill est décédé dans la paix le 7 juin au Montefiore Medical Center, à New York.

Né à Montréal, Bill a été délégué du groupe 46 à la Conférence des Services généraux, représentant la région 87, Sud-Ouest du Québec. Il est venu au BSG il y a plus de 5 ans et au moment de son décès, il était responsable de la Conférence. Les membres de la 54ième Conférence des Services généraux ont eu le privilège d'être témoins de son courage dans l'organisation de la semaine de la Conférence et des travaux préparatoires qui l'ont précédé.

Bill avait marqué son 20ième anniversaire d'abstinence le 21 mai. On se souviendra de lui pour plusieurs raisons, mais surtout pour son extraordinaire sens de l'humour et son dévouement au Mouvement qu'il aimait et qu'il a si bien servi. Tous ceux qui l'ont connu ont été privilégiés.

Nous offrons nos sympathies à Audrey, la femme de Bill, ainsi qu'à son frère, David, de Montréal ».

SANS VOULOIR REPRENDRE tout ce qui a été dit, j'aimerais vous citer quelques extraits des remarques d'ouverture par la présidente du Conseil des Services généraux, Elaine McDowell (administratrice classe A, non alcoolique) : « Comme ce fut le cas pour toutes les Conférences, les participants étaient préoccupés par des questions qui touchent l'ensemble des AA, et la plus grande préoccupation, c'était la meilleure façon de transmettre le message à l'alcoolique qui souffre encore. Je dirais de cette période que c'est un temps où il y a des opportunités de transmettre le message AA dans les communautés où les alcooliques n'ont pas d'espoir grâce à votre soutien. Nous suivons le legs de Bill W., aider à transmettre le message AA à l'échelle internationale. Il y a maintenant des activités AA dans toutes les parties du monde, y compris dans plusieurs pays de l'Afrique subsaharienne. Des structures de service sont en formation, et il est plutôt phénoménal que les AA rejoignent l'alcoolique qui souffre encore dans les lieux les plus isolés ».

Parmi les autres conférenciers, l'administrateur territorial de l'Est du Canada, Robert P. (classe B, alcoolique) a insisté sur l'importance de la communication : « Je ne peux insister assez sur l'importance des communications entre les groupes et les serviteurs de confiance dans tous les domaines du service. Après tout, notre but premier à tous est de transmettre le message à l'alcoolique qui souffre encore, et plus nous communiquons, mieux nous pouvons coopérer et mieux transmettre le message à ceux qui en ont besoin ». Ce qui démontre encore l'importance d'avoir des réunions à tous les niveaux, c'est-à-dire, les réunions d'affaires, les réunions de district, les réunions des comités de service, les assemblées régionales et générales…etc.

Alain E., responsable du comité du **Nordet**

Qui suis-je?

Je suis plus puissant que les armées combinées du monde. J'ai détruit plus d'hommes que toutes les guerres entre les nations. Je suis plus mortel que les balles et j'ai détruit plus de foyers que les canons les plus puissants.

Je suis le plus grand des filous; je vole des millions de dollars chaque année.

Je n'épargne personne et je trouve mes victimes parmi les riches et les pauvres, les jeunes et les vieux, les forts et les faibles, les savants et les ignorants.

Les veuves et les orphelins me connaissent.

Je me cache dans des endroits invisibles et je travaille silencieusement et sournoisement.

On vous met en garde contre moi, mais vous n'y portez pas attention. Je suis sans repos. Je suis partout : au foyer, dans la rue, dans l'usine, au bureau et sur la mer.

J'apporte la maladie, la dégradation, le désespoir et la mort. Pourtant, personne ne songe à me détruire.

Je détruis, j'écrase, je ne donne rien, mais je prends tout.

Je suis votre pire ennemi.

Vous avez deviné? Bravo!

Votre réponse sera confirmée dans le prochain numéro.

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 lettres moulées et le poster (ou le faxer) au bureau régional : Région Nord-Est du Québec, 2350, av. du Colisée, bureau 2-17, Québec (Québec) G1L 5A1 – Télécopieur : 418-523-9997 ; Courriel : region89@qc.aira.com

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

Date de l'événement _____

Nom de l'événement _____

Thème (s'il y a lieu) _____

Lieu et adresse de l'événement

_____

_____

Contact (nom et numéro de téléphone)

_____

_____

Abonnement individuel ou de groupe

Bulletin d'information de la Région Nord-Est du Québec (89), *Le Nordet* est publié six fois par année.

Pour vous abonner, veuillez utiliser ce coupon-réponse, écrire tous les renseignements en lettres moulées, joindre un chèque ou mandat au montant de 6 $ pour un abonnement individuel (5 $ par exemplaire pour un abonnement de groupe de trois ou quatre exemplaires ; 4 $ par exemplaire pour un abonnement de cinq exemplaires ou plus) et poster le tout au bureau régional : Région Nord-Est du Québec, 2350, av. du Colisée, bureau 2-17, Québec (Québec) G1L 5A1.

Nombre d'exemplaires _____

Montant joint _____

Nom (au complet) _____

Adresse _____

_____

Téléphone _____

CALENDRIER

Horaire du bureau régional

Mercredi, de 12 h à 19 h

Jeudi, de 9 h à 17 h

En dehors des heures de bureau, vous pouvez laisser un message sur le répondeur au (418) 523-9993. Une réponse vous sera transmise dans les meilleurs délais.

Calendrier et événements régionaux

16 et 17 octobre – 4ième Congrès AA, district 89-22 (Laviolette), St-Grégoire, secteur Bécancour, « 4 ans d'amour et d'amitié avec AA », 400 boul. Port-Royal, St-Grégoire. Info : (819) 376-6279.

23 octobre – 12 heures de partage des Centres de détention, « Joie et liberté », sous-sol de l'Église Ste-Agnès, rue de l'Église, Donnacona. Inscription à 9h..

29 et 30 octobre – Congrès AA de Sainte-Foy, « Avec le temps », École Ressources, 3200 rue D'Amours, Sainte-Foy

6 novembre – Congrès AA des centres de traitement et de détention de la Mauricie, « Une belle journée ! », sous-sol de l'Église de Yamachiche, Yamachiche..

13 et 14 novembre 2004 – 31ième Congrès AA de Trois-Rivières, « S'unir pour servir », École secondaire de la Salle, 3760 rue Jean-Bourdon, Trois-Rivières.

Voyage à Toronto : Congrès international des Alcooliques anonymes, du 30 juin au 3 juillet 2005.

Les membres AA du monde entier convergeront vers Toronto pour célébrer l'abstinence et partager l'expérience, la force et l'espoir lors de réunions, de tables rondes et d'ateliers au Centre des Congrès du Toronto métropolitain, au Skydome et en d'autres lieux de la ville.

Le forfait comprend :
Jour 1 (30 juin) : départ en matinée. Dîner libre en route et arrivée à Toronto en fin d'après-midi. Installation à l'hôtel et souper libre.
Jour 2 (1er juillet) : petit déjeuner à l'hôtel, départ pour le Congrès, retour à l'hôtel pour la nuit.
Jour 3 (2 juillet) : petit déjeuner à l'hôtel, départ pour le Congrès et retour à l'hôtel pour la nuit.
Jour 4 (3 juillet) : petit déjeuner à l'hôtel. Ascension de la Tour du CN. Dîner libre. Retour en soirée et souper libre en route.

**Prix : 319$** occ. double, 314$ occ. triple, 309$ occ. quadruple, 409$ occ. simple.

Ce prix comprend :

- Le transport en autocar de luxe
- L'hébergement pour 3 nuits
- Les 3 petits déjeuners
- La visite de la Tour du CN
- Les pourboires au chauffeur
- Les taxes et frais de service