Le nordet : vent qui souffle du nord-est

LE NORDET

Bulletin AA de la Région Nord-Est du Québec Vol. 28, nº 6, Décembre 2010 - Janvier 2011



SOMMAIRE

Mot de la rédaction	2	Les Réflexions du Penseur - La solitude	7
Mot des serviteurs régionaux :		L'acceptation	9
Amour et Service (Congrès de la Région 87)	3	12 recettes pour assurer des Fêtes sobres et joyeuses	10
Fin de mandat	4	Site Web	10
Forum territorial de l'Est du Canada	5	À noter à votre agenda	11
Flash Souvenir	6	Vœux des Fêtes	12

MOT DE LA RÉDACTION

Chères lectrices,
Chers lecteurs,

Avec cette dernière édition de l'année 2010 se termine également le mandat des membres du comité du Nordet… Déjà ! Nous partons donc avec le sentiment du devoir accompli.

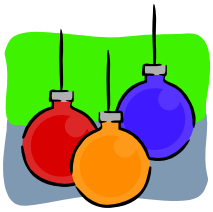
Je vous remercie de la confiance accordée tout au long de mon mandat. Ce fut un plaisir d'être à la barre de notre revue afin de vous informer des nombreuses activités régionales. Merci également à tous les membres du comité pour leur appui, leur enthousiasme et leur bonne humeur. C'est avec joie, quoiqu'un peu nostalgique, que je laisse la barre à mon collègue Serge F., membre du comité. J'attendrai donc avec impatience le nouveau numéro qui inaugurera la prochaine année (Février-Mars 2011).

Mes remerciements vont également à l'exécutif régional, aux responsables des comités, ainsi qu'à tous ceux et celles qui m'ont alimenté en articles forts intéressants tout au long de ces 2 années.

En terminant, l'équipe du Nordet vous souhaite à chacun de vous et aux membres de votre famille, un très heureux temps des Fêtes dans l'amour et la sérénité.

Bonne lecture !

France J.
Responsable du comité 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.

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 et mise en page: France J.
— Membres du comité du Nordet : France J., Roger B., Robert C., Serge F., Raymond G.

— Collaborateur : Bernard C.

MOT DES SERVITEURS RÉGIONAUX

Amour et Service

Le 29 octobre 2010 au congrès de la Région 87, de 14 heures 40 à 16 heures 50, partie qui était consacrée à **La Région 89 vous reçoit,** j'ai eu l'honneur et le privilège de présenter ma Région, NOTRE Région, la Région Nord Est du Québec, qui célèbre cette année son 35e anniversaire.

Grâce à cet évènement, j'ai ressenti cette capacité de me considérer et de me sentir comme faisant partie intégrante de la Région 89; ce sentiment d'appartenance mesure en moi l'attachement et la reconnaissance ressentis à l'égard de notre mouvement, le mouvement des Alcooliques anonymes.

Aujourd'hui, à l'intention des lectrices et lecteurs du Nordet, j'ai le plaisir de vous partager ma présentation.

Son territoire s'étend de Louiseville en Mauricie, jusqu'à Blanc-Sablon et de Chibougamau jusqu'à Lévis. Notre Région compte plus de 6 000 membres répartis en 308 groupes et 24 districts; de plus, on compte 7 comités ainsi que le comité de l'exécutif dont les responsables sont animés de notre valeur la plus précieuse, qui est l'unité comme nous le dit Bill dans nos Publications.

En 2010, la Région 89 a eu le privilège de recevoir le Rassemblement provincial ainsi que le Forum territorial de l'Est du Canada. À la suite de ces évènements, nous avons été en mesure de reconnaître nos serviteurs comme des membres engagés, enthousiasmes et dévoués à l'avenir de notre mouvement, tout comme Bill et Bob, nos fondateurs, ont cru en Alcooliques anonymes, ce 10 juin 1935.

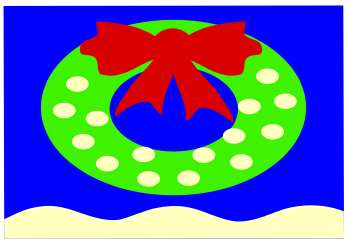
Bill nous dit que la foi sans les œuvres est une foi morte; j'ai foi en Dieu, j'ai foi en A.A, j'ai foi en notre mouvement et pour moi vivre ma foi, c'est de contribuer à assurer la continuité de notre mouvement en m'impliquant dans les services.

En 1965, le Québec voit naître notre revue bimensuelle, soit La Vigne A.A, que même le Bureau des Services généraux qualifie de petite sœur de la revue *Grapevine*; revue que l'on se plait d'appeler également assemblée écrite. Dernièrement, les Éditions de La Vigne ont publié « L'arrivée des A.A au Québec, l'ascendant de l'ambassadeur » et ce, afin de souligner la participation de Dave B. » à l'arrivée de notre mouvement chez nous; selon moi, il demeure important pour nous, les membres, de connaître notre histoire.

En octobre 1979, alors que j'avais 5 mois d'abstinence, j'ai eu le grand bonheur de rencontrer Dave B. au banquet du dimanche midi dans le cadre du Congrès de Montréal à l'hôtel Reine-Élisabeth; dimanche que je n'oublierai pas, car il est gravé dans mon cœur. Ce jour-là, j'avais l'impression de rencontrer Bill, notre Bill du Québec.

En 1985, ayant assisté au 50e anniversaire de notre mouvement au Congrès international à Montréal, je peux comprendre ceux qui ont eu la chance de participer au Congrès international de San Antonio marquant ainsi le 75e anniversaire de notre mouvement ce qu'ils ont pu vivre.

Pour moi, Alcooliques anonymes ne sont pas une histoire de succès dans le sens du mot, mais aujourd'hui nous pouvons, par votre présence, voir les nombreux succès de la 12e Étape par la transmission de ce message des Alcooliques anonymes.



Une journée dans l'amour, l'amitié et le respect nous a permis à Estelle F., trésorière à la Région, (Déléguée 2011-2012) et conférencière à ce congrès, à Bernard C. vice président à la Région, (Président 2011-2012) et conférencier à ce congrès, ainsi qu'à moi-même RDR au district 18, (Vice-présidente 2011-2012) et animatrice, de développer ce sentiment d'appartenance; sentiment qui contribue au mieux-être des individus, de l'équipe et de notre mouvement.

Aux membres du district 18, je vous dis merci…… Les mots, ces mots à qui l'on commande de transmettre nos émotions, ils ne sont jamais assez doux, assez forts, assez beaux, pour vous exprimer toute ma gratitude et l'amour que je possède à l'intérieur pour vous tous. C'est avec beaucoup d'émotions que je tiens à vous exprimer ma profonde reconnaissance pour le travail que nous avons effectué ensemble avec amour, loyauté et dévouement pour notre mouvement; merci de m'avoir aidé à assumer mon rôle, merci de m'avoir soutenue, merci de m'avoir fait confiance et de m'avoir aidé à cheminer dans mon rétablissement.

Je garde un excellent souvenir de ma tâche de RDR au district 18 et je tiens à vous assurer de mon appui et de mon amour. Il est temps pour moi de relever un autre défi comme serviteur à la Région 89, mais soyez tous assurés qu'une partie de mon coeur demeure au district 18.

En 1940, Dr Bob à dit à Bill : « ….il y a maintenant cinq ans que j'ai fait ta connaissance, mon cher Bill….je n'oublierai jamais, je serai toujours reconnaissant. ».

Je vous dis : Je ne vous oublierai jamais, je serai toujours reconnaissante que Dieu vous aient placé sur ma route de vie pour vous servir dans notre seul but commun soit de transmettre à l'alcoolique qui souffre le message, ce message des Alcooliques anonymes.

En terminant, je profite de l'occasion pour vous offre mes meilleurs vœux de santé, de paix et d'amour pour Noël et la Nouvelle Année; rappelez-vous que : « Noël n'est pas un jour, ni une saison, c'est un état d'esprit.

Ginette G.
RDR 89-18

Fin de mandat

Que d'émoi! Une journée d'élections comme je n'en avais jamais vu. Tous les postulants sont fébriles. Qui sera élu et à quel poste? C'était la première fois que je voyais autant de membres se présenter à des postes différents et pourtant le respect et le silence étaient présents. Et nous nous plaignons fréquemment que nous manquons de serviteurs. Aux dernières élections, les membres se bousculaient pour servir (Ce n'est qu'une image). J'ai vu que je n'étais pas le seul à vouloir que les AA continuent à sauver des vies comme ils ont sauvé la mienne. Aujourd'hui, après plusieurs années d'abstinence, je suis fier de faire partie de cette belle fraternité et ce. même si je ne fais pas partie des élus. J'ai offert mon temps et je n'ai pas été choisi. C'est aussi simple que ça.

Je me tiens à la disponibilité de la Région et je sais que si elle a besoin de moi, elle saura me joindre. Je n'ai pas de regrets. J'ai eu l'occasion de servir la Région pendant cinq ans; cinq belles années remplies d'amour, de joie et d'échanges fructueux. Je me suis fait des amis pour la vie. J'ai connu des gens extraordinaires, qui ont à cœur le maintien des services AA et l'unité dans ces services. Je ne vous quitte pas… je sers ailleurs et c'est bien ainsi. Merci de m'avoir permis de vous servir au mieux de mes capacités. Je suis un privilégié.

Je vous invite à venir me rencontrer ainsi que tous les autres membres de l'exécutif de la Région 89 et venir fraterniser avec nous à l'Accueil des Nouveaux Serviteurs qui aura lieu à la Madone, au Cap-de-la-Madeleine les 10, 11 et 12 décembre 2010. À cette occasion, nous y soulignerons le 35e anniversaire de la Région 89.

(suite page 11)

Le Forum territorial de l'Est du Canada à Trois-Rivières : une expérience inoubliable.

Je ne sais pas combien de bénévoles ont participé à la tenue de notre Forum en septembre dernier, mais il y en avait plusieurs, surtout de la Mauricie, mais aussi bien d'autres de partout dans la Région, qui ont donné un fier coup de main à pied levé et, croyez-moi, tout ça a été précieux et apprécié. Sans toute cette fourmilière de bénévoles, nous n'aurions pu avoir un si bel événement. Plusieurs semaines à l'avance, un comité chapeauté par le président de la Région, Roger B., s'est réuni pour discuter de plusieurs dossiers : inscriptions, accueil, café, crème glacée, appareils pour la traduction, transport, hôtel, etc. J'ai assisté à une de ces réunions et tout le monde était prêt le vendredi matin quand le jour « J » est arrivé.

Bien que plusieurs d'entre nous aient déjà assisté à ce genre d'activité, nous avons été ébahis par la logistique d'un événement de cette envergure. Les membres du comité ont dû réagir rapidement à plusieurs reprises, mais grâce à la débrouillardise et la volonté de tous ceux qui étaient présents, tout s'est bien déroulé. Une merveilleuse surprise attendait les organisateurs, une assistance presque record de **788 participants**. C'est donc un des plus gros Forums à avoir été tenu depuis quelques années. Près des deux tiers de ces membres assistaient à un Forum pour la première fois de leur vie. Les commentaires ont été élogieux, les sourires nombreux et les yeux brillaient tout au long de la fin de semaine. La température étant de la partie, le Vieux-Trois-Rivières avec ses restos charmants, le Fleuve que l'on voyait de nos chambres ont ajouté au reste et fait de cette fin de semaine, une fin de semaine de rêve.

Toutes les présentations, que ce soit des délégués du Québec, du *Grapevine*, des administrateurs, de AA international, de la Vigne et la participation de l'administrateur territorial de l'Est du Canada ont été écoutés dans un silence et un respect impressionnants. Les questions et commentaires des participants ont été riches en émotions et de grande qualité. Les ateliers tenus le samedi soir ont attiré beaucoup de monde et nous y avons entendu des commentaires intéressants.

Il fallait aussi voir la satisfaction des gens du Bureau des Services Généraux à la fin. Ils aiment venir chez nous, pour eux, venir au Québec c'est presque des vacances, malgré tout le travail qu'ils ont à faire. J'ai eu le plaisir de raccompagner Éva et Ivy, les 2 employées du BSG qui organisent et participent à tous les Forums et je vous jure qu'elles étaient emballées. Pour ceux qui sont déjà impliqués dans les services, cette activité nous a donné une méga dose d'adrénaline, une puissante injection de désir de continuer de servir, un élan d'amour pour notre Région. Nous sommes partis de là, remplis de gratitude et de reconnaissance envers ce grand mouvement qu'est Alcoolique Anonyme. Je suis certaine que ce doit être la même chose pour ceux qui assistaient pour la première fois. En un mot, une expérience unique.

Un merci bien spécial aux membres de la Mauricie, votre accueil a été chaleureux et parfait.

Merci à notre président régional, Roger et aux membres de son comité, merci à tous ceux qui se sont impliqués de près ou de loin et merci à tous ceux qui ont participé. Comme un immense casse-tête, tous les morceaux se sont placés un à un pour donner un ensemble magnifique à la fin… aucune pièce ne manquait.

Estelle F.
Trésorière



Flash Souvenir

1991 – 1992

Délégué : Robert P., *Groupe* 41

Faits saillants : Rédaction du cahier régional, suppression de l'alternance dans l'élection de l'exécutif régional (une seule élection pour les six membres aux deux ans).
Si l'on me demande de parler de ce qui a changé avec mon mandat de délégué, je peux dire que la Région Nord-Est du Québec (89) a adopté une nouvelle pratique pour l'élection des membres de l'exécutif, qui sont, depuis 1992, tous élus la même année, ou encore que la Région s'est dotée d'un cahier régional, qu'elle a amélioré le mode de compensation des dépenses de ses serviteurs, etc. Je peux mentionner le rôle que j'ai joué à la Conférence des Services Généraux, qui est, depuis 1992, chaque année, précédée d'une réunion des délégués, qui en profitent pour se familiariser ensemble avec l'ordre du jour de la Conférence avant le début officiel de celle-ci. Mais le plus important changement, pour moi, est celui que mon travail de délégué a opéré en moi. Il se résume en un mot : maturité. J'avais déjà beaucoup servi, avant de devenir le représentant de la Région 89 à New York, mais jamais je n'avais connu une telle croissance intérieure, car c'est en donnant qu'on reçoit.

1993 – 1994

Délégué : René D., *Groupe* 43

Faits saillants : C'est plutôt une anecdote qu'un fait saillant qui s'est passé à la Conférence des Services Généraux. Lorsque René a récité le « Notre Père » en français lors du banquet de clôture, un Américain s'est écrié : « C'est donc bien long la Prière de Sérénité en français ! »

Ces jours-ci, je pense souvent avec gratitude au Mouvement et aux milliers de bienfaits que nous avons reçus par la grâce de Dieu. La grâce, c'est une occasion spéciale de bien agir et de bien penser. Il est aussi important aujourd'hui qu'hier de renoncer à l'orgueil et à la vanité. Il faut que nous acceptions que chaque partie de notre structure n'existe que pour le **Service**. Notre programme est simple, fondé sur le partage d'un ivrogne avec un autre ivrogne de ce qui se trouve dans le livre « Les Alcooliques Anonymes ».

Ça marchait au moment de la rédaction du livre en 1978 et ça marche encore en l'an 2000.

Suivi de l'Assemblée générale (16 octobre 2010)

La réunion bisannuelle s'est tenue à Grand'Mère, le 16 octobre dernier. Le secteur de la Mauricie aura donc reçu plus que sa part d'activités AA cette année. Le point saillant de la réunion a été les élections de l'exécutif régional. Michel P., délégué du Groupe 55, agissait à titre de président d'élection.

Pour la première fois, nous avons eu droit à une présentation PowerPoint du mode d'élection, du troisième legs, tel que décrit dans la Manuel du Service. Cette nouveauté, chapeautée par le comité des Séminaires a été grandement apprécié.

Voici donc le résultat des élections pour le nouvel exécutif qui commencera son mandat en janvier 2011 :

Déléguée : Estelle F., élue au chapeau (après 4 tours). Elle est de Québec;
Délégué adjoint : Roger B., élu au 2e tour. Il est de la Mauricie;
Président : Bernard C., élu au 3e tour. Il est de la Mauricie
Vice-présidente : Ginette G., élue au 2e tour. Elle est de la Mauricie;
Trésorier : Benoit B., élu au 1er tour. Il est du Saguenay.
Secrétaire : Robert R., élu au 1er tour. Il est de Portneuf.

Un immense merci à ceux qui termineront leur mandat le 31 décembre : Alain D., délégué, André L., délégué adjoint, Francine L., secrétaire.

Ginette G.
RDR - District 18

Les Réflexions du Penseur

La solitude ou l'isolement

(suite de l'édition précédente)

Il est vrai qu'il existe deux choses qu'on ne peut changer; notre naissance et la fin de notre voyage, notre fin. Un début et une fin. Ces deux éléments sont réellement hors de notre contrôle. Mais je crois que Dieu a créé les hommes libres d'agir par choix entre le début et la fin. Cette loi supérieure qui semble mener le cours des événements vers une certaine fin que nous nommons le destin, est immuable; mais entre les deux nous sommes libres de choisir et évidemment nous devons porter les conséquences de nos choix. C'est en fait le prix de la liberté.

Beaucoup d'hommes et de femmes subissent la solitude et l'esseulement qui peu à peu devienne l'isolement des liens familiaux, amicaux, de voisinage ou de travail se sont dissout au fil des jours, des mois, des ans; les forçant à demeurer à l'écart de la vie familiale et sociale à laquelle ils avaient participé dans le passé. Celle solitude apportée entre autres par la retraite, la maladie, par les circonstances de la vie. Cette solitude voulue ou forcée peut être très dangereuse pour les personnes ayant coupé tout lien social et se sentant inutiles ne voyant rien les rattachant à la vie.

Une nécessité : personne n'échappe à la solitude et nous les alcooliques peut-être plus que les autres. Ne dit-on pas un alcoolique peut se sentir très seul au milieu d'une foule?

La circonférence de liquide laissée sur la table lorsque le verre froid y est déposé est une représentation physique du cercle vicieux de la vie de solitude d'un alcoolique. La solitude acceptée est bénéfique. Elle peut devenir le fruit d'une longue maturation. Elle peut servir de tremplin pour atteindre une maturité émotive. En plus, elle devient une nécessité absolue parce qu'il n'existe pas d'accès à soi-même sans solitude assumée.

Comment cela a-t-il commencé? L'homme est un animal social (je vous laisse choisir quelle sorte d'animal vous êtes), son équilibre a un besoin inné de communiquer. A l'époque où nous vivons, à l'intérieur d'une société compartimentée et cloisonnée qui est truffée de moyens de communication, l'individu ne s'est jamais retrouvé si seul. La Toile, outil instantanée qui permet de voir tout, entendre tout et voyager à l'échelle planétaire en quelques secondes, a une terrible faille. L'individu n'y trouve pas son compte.

La communication interpersonnelle est inexistante. Il faut *surfer* et *chatter* avec un ou des individus en tenant compte d'une grande réserve pour contrer les intervenants sans scrupules qui inondent le Net et les empêcher d'exercer sur nous leur sordides métiers «*Le raz de marée d'information électronique instantanée et planétaire isole les individus»* a écrit Marshall McLuhan et promiscuité n'est pas communauté.

Une situation très paradoxale prévaut. Ce qu'on appelle la présence collective envahit l'espace nécessaire à la survie et à l'épanouissement de l'homme, son territoire est de plus en plus diminué. Il est cerné dans les lieux publics, de plus en plus étouffé par les images, le bruit et la sollicitation publicitaire. Notre civilisation nous a taxés d'une solitude qui n'est pas notre choix. Résident de sa rue, de son quartier, de sa ville; il a la liberté de déambuler partout, fréquenter des parcs magnifiques pendant des heures, aux sentiers regorgeant de promeneurs sans rencontrer de visages connus et intéressés à le connaître. S'il décide de donner le «bonjour, quelle journée magnifique, n'est-ce-pas?» Il y a beaucoup de chance qu'on l'ignore et même que l'on hâte le pas. Las de cette solitude il entre chez-lui où personne ne l'accueille. Vous me direz que c'est exagéré, pas tant que ça. Je connais beaucoup de gens qui vivent ainsi, certains demeurent dans des «blocs» à multiple appartements. Ils ne connaissent même pas le nom de leurs voisins de palier. Ceux qui seraient intéressés à lier connaissance et qui osent une approche dans ce sens, sont la plupart du temps rembroués et avisés de se mêler de leurs affaires. Noyé dans la masse, un être est dans l'impossibilité de nouer des relations interpersonnelles. La magnifique société moderne que l'on s'est donnée a ségrégationné les individus en groupes distincts qui ont leur monde à eux. Les enfants, les ados, les adultes et les gens âgés. Tous ces groupes fonctionnent d'une façon à interdire l'entrée d'un autre dans le sien. Ne parle-t-on pas de fossé des générations, l'expression dans votre temps, vous autres les jeunes, les vieux, les baby-boomers, les familles reconstruites, les foyers dysfonctionnels, etc…

L'identification des êtres humains se fait par le nom du groupe auquel ils appartiennent. Monsieur Pierre Untel et madame Claire Quelque-Chose sont devenus les vieux, les jeunes, les boomers, etc. De plus, notre belle société de consommation que nous nous sommes bâtie, fait en sorte que chaque individu a pour but premier de se procurer tout ce qu'il veut. Le désir est roi, le désir de posséder prime sur tout, mon auto, ma maison, mon système de son, mon cinéma maison, mon écran géant, mon garage, ma carte de crédit (quand ce ne sont pas mes cartes), ma haie pour me protéger des voisins et garder mon intimité. Y a-t-il quelque chose de plus désolant que de passer dans une rue et de voir des petits terrains gazonnés symétriques et identiques; à l'avant des résidences, on remarque que les propriétaires ont installé des haies plus haute qu'un homme, quand ce n'est pas une clôture en bois teint. Et si on se déplace vers l'arrière de la demeure on constate les mêmes constructions. L'être humain, animal social, se retranche de la société. L'habitation moderne encourage la solitude et l'isolement. La ségrégation des groupes est un facteur qui encourage la solitude et l'isolement des individus.

Autrefois, la société reposait sur des communautés de base. C'est à la campagne que l'on observait le plus de partage communautaire, l'entraide pour les récoltes en était un bon exemple; chaque ferme ne possédait pas tous les appareils et toute la machinerie agricole nécessaire.

(suite à la prochaine édition)

Le Penseur

L'acceptation

Depuis que le Fouineur écrit dans le Nordet, il s'efforce comme il est suggéré, de parler de service. Dans ce numéro, je ne veux pas déroger à la règle, mais ce texte sera un peu différent des autres. Dans notre mode de vie, il est recommandé d'exprimer ses états d'âme quand ça ne va pas bien. Écrire un texte et faire semblant, ce n'est pas mon genre et ce ne serait pas honnête envers vous, fidèles lecteurs. Alors, voici ce que j'ai à vous raconter.

Beaucoup de gens sont passés dans ma vie, mais il y en a un que je n'oublierai jamais…Il est arrivé à l'endroit où je travaillais vers la fin des années quatre-vingt. Il était jeune, il aimait la vie et vite il s'est fait des amis, en bon français, il pétait le feu. J'ai vite remarqué sa grande qualité qui est de rendre service aux autres. Nous faisions partie de la même équipe de travail. Nous avions la chance de partager souvent. Douze heures dans un véhicule, il y en avait des sujets de discussion. Ce fut aussi le temps de certaines confidences. Il avait remarqué que je ne consommais pas d'alcool, de bière. Je lui avais répondu que je ne pouvais plus consommer, que j'étais un alcoolique. Que je devais faire du mouvement AA pour mon rétablissement. Je lui ai fait comprendre que c'est une maladie, qu'avec le stress, les émotions de la vie et celles de mon travail il fallait que je fasse ce mouvement. Lui étant un aimant de la vie, il disait qu'il consommait, mais qu'il n'avait pas de difficulté à arrêter. Et il m'a respecté. Lorsque je me suis séparé, il s'est occupé de moi. Il savait que les procédures n'étaient pas faciles et souvent il m'a demandé si j'avais soif…Je lui suis très reconnaissant pour son soutien dans cette période.

Il adorait son travail. C'est certain que par ses interventions, ne serait-ce qu'une, il a sûrement incité une personne à adhérer au programme des Alcooliques Anonymes. Un jour, alors qu'il était en voyage en Floride, il fut pris d'un grand malaise, que l'on va par la suite appeler cancer. Après deux opérations, il va avoir une rémission de six ans… Pendant ces six années, il va faire beaucoup de bénévolat. Il va donner des conférences sur cette maladie.

Il va aussi s'occuper de certaines personnes qui sont en phase terminale. Il ne s'est jamais découragé. Même, quand lors d'un examen au CHU de Sherbrooke, le médecin lui a dit qu'il lui restait cinq semaines maximum à vivre, il a continué à péter le feu. C'est notre moral à nous, ses amis (es), qui en prenait un coup.

Nous aussi nous avons une maladie incurable, qui est notre alcoolisme, qui demande beaucoup d'acceptation. La différence pour nous, est que le seul remède est notre mode de vie et avec lui nous vivrons…

Ce confrère de travail, cet ami, il s'appelle Martin. Il avait 42 ans. Le 6 septembre dernier, il n'a pas perdu son combat contre cette m…… maladie, il a juste compris qu'après la Vie, il y avait autre chose ailleurs et Martin est décédé. Il m'a fait un beau cadeau… Nos deux puissances supérieures se sont certainement rencontrées… Ce matin-là, il a permis à l'équipe que nous formions avant la fusion des services, soit réunie une dernière fois, c'est-à-dire : J.P., Martin et moi. Nous étions toute une équipe! Quel beau cadeau… Il suffit d'y croire. Des personnes comme Martin que j'ai eu la chance de côtoyer, nous en avons tous près de nous dans notre quotidien. Même s'il ne pratiquait pas notre mode de vie, il en avait un grand respect. Combien de nos amis(es) seraient déçus si nous rechutions… Il(s) ou elles (s) sont au service de AA à leur façon et pour cela il ne faut pas les oublier, je leur suis reconnaissant. Je crois qu'aujourd'hui je viens d'accepter l'inacceptable. Non, je ne l'oublierai jamais, mais je vais mieux vivre, parce que je vous en ai parlé… Salut, Martin !

J'ai été libre le jour où j'ai accepté de confier ma volonté et ma vie à ma Puissance supérieure, que j'appelle Dieu. La sérénité s'est infiltrée dans le chaos de ma vie, le jour où j'ai accepté que ce qui m'arrivait fasse partie de la vie, et que Dieu m'aiderait à surmonter ces difficultés, et plus encore. Depuis, c'est ce qu'il n'a cessé de faire! Le jour où j'accepte les situations telles qu'elles sont et non comme je voudrais qu'elles soient, je commence à croître et à connaître la sérénité et la paix d'esprit. (Réflexions quotidiennes, page 271)

À la prochaine,

Le Fouineur

Les 12 recettes pour assurer des Fêtes sobres et joyeuses

1. Projeter plus d'activités AA pendant la saison des Fêtes. Amener des nouveaux aux réunions, offrez-vous à répondre au téléphone dans un club ou dans un bureau central, transmettez le message, aidez dans la cuisine ou visitez l'aile réservée aux alcooliques dans un hôpital;
2. Recevez des amis AA, particulièrement des nouveaux. Si vous n'avez pas l'espace voulu pour accueillir un groupe, n'invitez qu'une personne à dîner et recevez les autres au moment de prendre le café;
3. Gardez à portée de la main, votre liste téléphonique de membres AA. Si l'angoisse ou l'obsession de boire vous assaille, cessez toute activité jusqu'à ce que vous ayez téléphoné à un membre;
4. Renseignez-vous sur les réceptions, réunions ou autres rassemblements projetés pour le temps des Fêtes par les groupes de votre région et allez-y. Si vous êtes timide, amenez un plus nouveau avec vous;
5. N'assistez à aucune réception des Fêtes qui vous perturbe. Vous souvenez-vous de votre habileté à trouver des excuses lorsque vous buviez? Il est maintenant temps de mettre ce talent à profit. Aucune réception de bureau ne vaut votre bien-être;
6. Si vous devez aller dans une réception où l'on sert de l'alcool et qu'il est impossible d'être accompagné d'un membre AA, ayez des bonbons à votre portée;
7. Ne vous croyez pas obligé de prolonger votre soirée. Prenez à l'avance un engagement important que vous devrez respecter;
8. Allez à l'église, n'importe laquelle;
9. Ne restez pas inactif à broyer du noir. Faites de la lecture, visitez des musées, prenez des marches, écrivez à vos amis;
10. Ne commencez pas maintenant à vous préoccuper de cette tentation des Fêtes. Souvenez-vous : une journée à la fois;
11. Profitez de la véritable beauté des Fêtes qui se traduit par l'amour et la joie. Peut-être vous est-il difficile d'offrir des cadeaux tangibles, mais cette année vous pouvez offrir de l'amour;
12. Finalement, « après avoir connu…» point n'est besoin ici de répéter la 12^{e} étape, puisque vous la connaissez déjà.

et

LE SITE WEB DE LA RÉGION 89
www.aa-quebec.org/region89/

Bienvenue les internautes!

Nous voilà rendus à la fin de l'année ou presque et j'ai pensé faire une petite rétrospective de nos activités. Durant l'année qui se termine, il y a eu :

- ✓ Les adresses POP aa89.org
- ✓ La page anglaise du site
- ✓ La formation du comité
- ✓ Une page pour chacun des districts
- ✓ Un document «Quoi faire» pour les Représentants du site Web (RSW)

Dans les projets non terminés, il y a :

- ➢ Les itinéraires de groupes avec Google Maps
- ➢ La présentation d'un PPS sur le site Web de la région
- ➢ L'Atelier à la régionale du 12 février

Nous avons fait une demande afin de présenter un atelier lors de la régionale de février. Comme il y aura de nouveaux RDR en poste dès janvier, nous faisons appel à vous pour aviser les membres de votre district de cet atelier. Même si vous n'avez pas nommé un responsable du site Web dans votre district, rien n'empêche que vous pouvez demander à un serviteur intéressé par le site Web de se présenter à l'atelier. Il sera alors en mesure de transmettre l'information qu'il aura reçue à un éventuel serviteur et vous aurez ainsi toutes les informations pour remplir vos pages de district.

Vous pouvez contacter le responsable du comité à l'adresse suivante : comite-web@aa89.org.

Les RSW, contactez-nous

N'hésitez pas à transmettre à votre webmestre@aa89.org vos bulletins de nouvelles, informations générales ou autres documents en fichiers word de préférence.

Si vous avez des commentaires ou suggestions, vous pouvez nous contacter aux adresses déjà mentionnées.

Merci de votre attention, merci à tous les serviteurs qui envoient des infos pour les pages de district, grâce à vous, le site Web de la région 89 est vivant, vous transmettez ainsi le message d'espoir à l'alcoolique qui souffre !

Les membres du comité du site Web, René et Doris se joignent à moi pour vous souhaiter un Joyeux Noël et une Merveilleuse Année!

Francine L., webmestre, Région 89

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

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

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*_____

À noter à votre agenda

Calendrier et événements régionaux

4 décembre 2010 - Séminaire sur la fonction du RSG et Structures du Mouvement - Salle du Pont, 545, rue Du Pont Sud à Alma

25 décembre 2010 et 1er janvier 2011 :
Église St-Rodrigue, 4760, 1ère Avenue, Québec - sous le thème *Plus jamais seul*

24-25 décembre 2010 et 31 décembre et 1er janvier 2011 :
Institut Pie X, 106, rue Jean XXIII, Lévis (accès par la porte arrière) - Pour info : 418 835-1631 (horaire disponible sur le site Web)

31 décembre 2010 Party du Jour de l'An - avec la participation de Al-Anon au Sous-sol de l'Église de Baie St-Paul, (district 89-15) dès midi (horaire disponible sur le site Web) - Entrée gratuite

(suite de la page 4)

Une présentation PowerPoint des services AA, accentuée surtout sur la présentation des services régionaux, tel que demandé au dernier inventaire de la Région.

Vendredi soir, pour les membres qui viennent de l'extérieur, une présentation PowerPoint sur les services offerts par nos comités régionaux, sera présentée. Rien n'a été oublié pour vous accueillir dans la joie des services. Finalement, samedi après-midi et dimanche matin, il y aura un atelier plus personnalisé où vous pourrez échanger sur vos peurs et vos espoirs dans vos tâches respectives.

André L.
Délégué adjoint

Pour accéder à l'édition électronique, consultez le site Web au :
www.aa-quebec.org/region 89
et pointez *Le Nordet* tout au haut de la page

Bonne lecture!



Joyeux Noël
Bonne et Heureuse Année 2011

Les Fêtes nous offrent une occasion unique de nous rapprocher des personnes avec qui nous partageons des valeurs et des affinités

En cette saison de réjouissances, les membres de l'exécutif régional et les responsables des comités régionaux profitent de cette occasion pour vous offrir à vous et votre famille, leurs meilleurs vœux pour un très Joyeux Noël et une nouvelle année remplie de paix, de courage et empreinte de sérénité.

Tous ensemble, transmettons le message, soyons responsable et tendons la main à celui ou celle qui a besoin d'aide et demandons à DIEU de nous accompagner tout au long de l'année dans LE RESPECT ET L'UNITÉ DE TOUS

Votre exécutif régional :
Alain D., délégué, André L., délégué adjoint, Roger B., président, Bernard C. vice-président, Francine L., secrétaire, Estelle F., trésorière et Johanne G., adjointe administrative

Les responsables des comités :
Vallier R. (Séminaires), Bernard C. (Archives), France J. (Nordet), Alain É. (Communautés Éloignées), Réjeanne G. (C. détention et traitement)

L'équipe du Nordet
France J., Roger B., Robert C., Serge F., Raymond G., Bernard C. (collaborateur régulier)