Le nordet : vent qui souffle du nord-est

LE NORDET

Bulletin AA de la Région Nord Est du Québec Vol. 32, n° 4, Août-Septembre 2014



SOMMAIRE

Mot de la rédaction	2	Historique groupe *AA* St-Romuald	7
Mot des serviteurs régionaux :		Le service chez *AA,* l'Écho, Région 87	8
Que la chaise ne devienne pas vide/Comité des Séminaires	3	Le Fouineur	9
Le Penseur	4	Le site Web/Le secrétaire de la Région	10
Le Penseur	5	Les annonces	11
Historique groupe *AA* St-Romuald	6	Séminaires	12

MOT DE LA RÉDACTION

Bonjour,

Lectrices et Lecteurs du Nordet!

C'est encore avec un grand plaisir qu'on se retrouve pour une autre édition du *Nordet*.

Encore une fois, le Fouineur et le Penseur nous racontent leurs histoires.

Un historique de groupe, un article du Rédacteur en Chef de l'Echo, région 87.

Nous vous invitons à nous transmettre votre joie de servir et votre expérience. N'hésitez surtout pas à nous contacter nous, l'équipe du Nordet pour y participer

Bref, de tout pour tous.

Bonne lecture !





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 :
14, rue St-Amand
3e Étage
Québec QC G2A 2K
Tél : 418-915-2929
Courriel : region89@videotron.ca

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

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



Que la chaise ne devienne pas vide

Le titre parfait pour décrire ce qui habite chacun d'entre nous, serviteurs de confiance, lorsque la fin de nos mandats approche.

À la dernière Générale le 14 mai à Alma, nous avions convenu que chaque membre de l'exécutif et tous les représentants de comité prennent quelques minutes pour décrire leurs services et préparent la chaise à un prochain serviteur dans leurs postes.

En ce qui me concerne, ce fut avec beaucoup de gratitude que je vous ai parlé de mon expérience dans ce comité. Mon mandat? Ce fut simplement une histoire d'amour avec *le Nordet*.

Depuis mon arrivée dans *AA* et avec le privilège de pouvoir servir plus bas dans la pyramide, je sens les dividendes se pointer dans mon quotidien. Je ne compte plus les fois où mes expériences de service ont été utiles dans ma vie.

C'est évident que l'amour du service s'est installé au fil des ans, délicatement, subtilement mais sûrement! Et oui, je suis une passionnée du service.

J'ai perçu souvent la même chose de mes pairs dans le service et, même malgré la tâche, chacun d'entre nous vit des expériences exceptionnelles et de nouvelles rencontres deviennent très souvent de si belles amitiés : «*Plus jamais seul.*»

«*Quand je serai à ma retraite, je servirai un peu plus*» est ce que j'entends le plus souvent, dans le service, par les membres qui se retiennent. Cette réponse, pour moi qui n'ai jamais été aussi active dans ma vie et très loin de la retraite, m'a beaucoup fait réfléchir. Personnellement, si j'avais attendu d'être plus libre, j'aurais passé à côté de pas mal de choses. Le service pour moi, c'est d'avoir doublé la protection de ma police d'assurance contre la rechute. J'y tiens « mordicus »!!!

En janvier, ma chaise sera libre pour quelqu'un d'autre. Je souhaite avoir été un attrait pour un membre. J'accompagnerai cette personne si elle le désire comme on m'a supportée à chaque fois. Puissiez-vous être nombreux à vivre ces belles expériences!

Maintenant, à vous de faire en sorte «que la chaise du Nordet ne reste pas vide ».

Je vous dis :

Merci!

de me permettre de devenir celle que je suis.

Anne S.

Le Nordet





Nous voilà déjà rendus à la fin de ce magnifique mandat. Le temps a passé trop vite car, plus on avance dans ce comité, plus on voudrait s'accrocher. Le principe de rotation oblige; il est temps de passer le flambeau.

Je ne vous remercierai jamais assez de m'avoir fait confiance pour ce poste de responsable. Vous m'avez permis de servir avec amour, fierté et gratitude. Durant ce mandat, nous avons rencontré beaucoup de membres désireux de connaître le fonctionnement et la structure afin de mettre ces connaissances en pratique et de les transmettre à d'autres (parrainage) dans les groupes, les districts et même à la Région.

Il y a encore de la place pour des séminaires à l'automne alors, n'hésitez pas à me contacter pour réserver votre place.

Je vous laisse sur cette pensée:
« Quelqu'un qui n'a jamais fait d'erreur, n'a jamais fait quelque chose de nouveau ».

Humblement,

Carol T,

Responsable du comité des Séminaires





« Dans la colère rien ne convient mieux que le silence »

Sapho

Le penseur, tel le gérant d'une certaine compagnie, a dû tomber sur la tête : oser parler de colère et justifiée en plus. Notre littérature à maints endroits nous sert des mises en garde très explicites sur les dangers et risques, pour nous, de se permettre un tel luxe.

D'autre part, le fait d'être un alcoolique en voie de rétablissement qui tente d'assimiler la philosophie des 12 étapes, de comprendre, de mettre en pratique les judicieuses suggestions des 12 traditions qui nous incitent à assainir nos relations personnelles avec le reste du monde et le mouvement *AA* puis finalement, les 12 concepts qui nous guident et nous maintiennent dans les services. Si nous avons le très grand privilège de faire partie de l'armée des serviteurs et après X temps dans le mouvement et beaucoup d'efforts pour assimiler la philosophie du 1728 (12X12X12). Se peut-il? C'est une question qui s'adresse à tous les serviteurs. Donc, il y aura probablement autant de réponses qu'il y a de serviteurs. Se peut-il que ceux qui s'adonnent complètement au programme puissent à l`occasion sortir quelque peu de leurs gonds et, selon l'expression québécoise, « *péter une coche »* brève pour après coup se sentir soulagé?

Voilà, le chat est sorti du sac. Je crois que je viens de lancer le duel des *POUR* et des *CONTRE*. Je vous le dis tout de suite, je n'ai pas de réponse à cette question. Je ne peux que répondre pour moi même et, même là, c'est discutable. Je ne fais que lancer une réflexion et c'est dans le plus strict anonymat que vous pourrez répondre pour vous personnellement. Votre découverte ne s'appliquera qu'à vous-même.

Le sujet de la colère, je crois va exiger 3 articles. Le matériel de recherche est très volumineux. Mon but, comme toujours, est de susciter une réflexion, de donner de l'information. Qui peut aider les personnes œuvrant dans les services et, par le fait même, l'être humain en eux. Je ne donnerai pas de règles de conduites, ni de conseils. Chacun de vous décidera ce qu'il y a lieu de faire pour lui. En effet, comment un alcolo peut dire à un autre alcolo quoi faire : *Impensable n`est-ce pas?* Ce serait peine perdue. Nous ne sommes pas très obéissants; à peine décidons-nous d'accepter des suggestions.

Il y a eu beaucoup d'écrits sur la colère. Certains auteurs prônent et endossent une voie, d'autres des voies contraires; certains y voient d`éternelles interrogations sans pouvoir apporter de réponses Ce penseur tentera de se placer au centre de ces prises de positions. Alors, allons-y!

La colère est une émotion. L'être humain se doit d'apprendre à gérer sept émotions, notamment ***la joie, la colère, l'angoisse l'adoration, la tristesse, la peur et la honte*** qui ont toutes des sous produits. Pour en nommer quelque uns, disons que *la joie* a ses exubérances. *La colère* peut donner libre court à la violence, à la rancune et au ressentiment : « *vous connaissez »*? *L'angoisse* peut se transformer en une anxiété maladive qui conduit à la dépression. *L'adoration*, quant à elle, a ses adeptes du fanatisme et porte en elle un amour exclusif et désordonné. *La tristesse* peut faire sombrer dans une nostalgie sans fond. *La peur* conduit à un manque de foi en la vie et en nous : *« La peur vint frapper à la porte. La foi alla ouvrir, il n'y avait personne ». La haine* ne connaît pas de limites et s'accapare de tout l'aspect de notre vie en nous encourageants à la vengeance : « *Qui cherche la vengeance, doit creuser deux tombes : une pour l'autre et une pour lui ».*

Pour ces articles, nous ne nous occuperons que de la colère en abordant différents aspects : notamment les colères inconscientes et refoulées. Les colères qu'on dirige vers les autres. Les colères dirigés vers nous et celles que les autres nous font subir. Et, pour clôturer tout çà, que faire avec nos colères? Tentons de définir cette émotion. Définir la colère c'est s'immerger dans le monde des émotions. On entend souvent dire dans *AA* : « *l'alcoolisme est une maladie des émotions* ». C'est vrai pour les uns et non pour les autres. Nos émotions sont non seulement utiles mais nécessaire à notre vie et à notre survie. Alors, pourquoi nous troublent-elles autant? Elles viennent perturber, décontenancer notre sacrée zone de confort que nous avions pu établir de peine et de misère. Elles nous troublent à nous en faire perdre les pédales. Elles réussissent à nous déstabiliser à un tel point que nous ne savons plus où nous en sommes. D'autre part, elles infusent une énergie nouvelle soit positive, soit négative et tout notre être devient aux prises avec un enjeu vital. Nos émotions, honnies ou bénies, font qu'on se sent en vie et nous ne pouvons pas les ignorer. Nous ne pouvons pas les refouler et les laisser en nous en essayant de les oublier. Elles demeurent en nous et, tôt ou tard, un déclencheur les fera remonter à la surface et nous serons alors forcés de nous occuper d'elles ou bien elles s`occuperont de nous. Refoulées en nous, elles agissent comme une souffrance étouffée ou un stress non identifié.

Dans son livre, le psychologue et psychothérapeute Marc Pistorio nous dit et je cite :

« *Dès la conception intra utérine et probablement avant, sur le plan fantasme parental qui prélude à la conception, nous nous inscrivons radicalement dans une histoire psychologique qui parle d'émotions complexes conjuguées à un héritage familial qui allient deux parents bien sûr mais aussi deux histoires générationnelles. Nous sommes un pur produit d`émotions et il y a bien des subtilités à saisir sur la réalité identitaire de notre être ».*

Donc, nous connaissons les émotions à une époque où nous ne pouvons pas y faire grand-chose. Il semble évident que la qualité et la durée de ces expériences sur le plan émotif vont déterminer pour nous, s'il s'agit d'expériences positives ou négatives, constructives ou destructives, motivantes ou traumatisantes ».
Fin de la citation.

Le refoulement des émotions jette une lumière sur ce qui va se passer plus tard lorsqu'un déclencheur va venir perturber le quotidien. Une personne se protège de ses émotions; blessée dans l'enfance, les émotions refoulées forceront cette personnes à élever des murs de protection pour se munir d'un système de défonce contre de telles souffrances : « *On ne m'y prendra plus, c'est trop douloureux ».* Les blessures de l'enfance ne sont pas toutes des agressions ou des abus de la part des adultes. Les enfants qui ont connu un environnement familial apparemment normal mais, que pour diverses raisons, les parents ne pouvaient pas ou ne se donnait pas la peine par négligence, par manque de temps ou d'autres raisons de créer un milieu familial sécuritaire et entourer leurs enfants d'affection. Je crois que nous avons été créés avec un besoin de sécurité et d'amour que nul être humain ne peut accorder à une autre personne. « *Nous, les alcooliques, sommes bien placés pour comprendre cet état, n'est-ce pas »?*

On qualifie les personnes qui ressentent et manifestent leurs émotions, d'émotifs et ceux qui les ressentent et les manifestent moins, de cérébraux. On juge les premiers d'être trop expansifs et d'être des émotifs sans contrôle, des personnes faible et les seconds comme personnes fortes bien en contrôle de leurs émotions. Mais on les blâme tout de même de n'être pas assez communicateurs : leur mutisme nous exaspère.

Comment, dans tout çà, trouver une norme qui a raison et qui a tort, si tort ou raison il y a. Nos émotions sont utiles, voir indispensable. Elles nous incitent à prendre position dans l'immédiat. Elles nous ramènent à nos instincts, à notre coté animal. Il y a des millions d'années, nos émotions ont joué un rôle indispensable dans la survie de l'espèce. La peur faisait pressentir le danger et amener un influx d'adrénaline, substance miraculeuse, qui a permis à nos ancêtres de survivre et, beaucoup plus tard, de réaliser des prouesses olympiques. Magnifique substance jouant un rôle d`hormone et de neurotransmetteur, secrété par les nerfs végétatifs sympathiques et surtout par la glande médullosurrénale. Elle accélère le rythme cardiaque, augmente la pression artérielle, dilate les bronches et les pupilles, élève la glycémie qui concentre assez de glucose dans le sang pour doubler voir tripler l'action de tous nos sens et de nos muscles.

La vie moderne, dans de très rares occasions, va mettre l'être humain en situation où il devra assurer sa survie. Quelques faits, de temps à autres, sont portés à notre connaissance. Des personnes qui craignaient pour leurs vies ou qui voulaient en sauver une autre ont accomplies d'une façon spectaculaire des prouesses, des efforts physiques et psychologiques inexplicables. Ces actions, que la science n'arrive pas à expliquer, sont souvent réalisées par des personnes qui ne possédaient, de prime à bord, aucunes des qualités requises pour accomplir ce qu'elles ont accompli face à une urgente nécessité. Il en demeure néanmoins que ces personnes ont fait ce quelles ont fait. Si l'être humain du 21^{ième} siècle n'est pas forcé d`assurer sa survie à tous les instants, il doit, à chaque instant, vivre avec des pressions constantes qui causent un stress affligeant et un train de vie dont le rythme d'enfer est source d'une multitude de problèmes physiques et psychologiques. Le stress de la vie moderne est pour l'humain du 21^{ième} siècle tout aussi néfaste que les situations que nos ancêtres ont vécues. Les émotions doivent se vivre au jour le jour, *« vous connaissez »? Se pavaner* en montrant que nous possédons une force de caractère que rien ne touche s'avère être la pire décision de notre vie. L'émotion, ainsi refoulée, reste enfermée à l'intérieur n'attendant qu'un déclencheur pour sortir et être dirigée vers l'individu ou le plus souvent vers d'autres personnes.

L'exemple le plus explicite et le plus simple des émotions refoulées et interdites est, sans contredit, tout ce qu'on enseigne et permet sur les **pleurs :**

On ne pleure pas quand on est fort

Ce sont les femmes qui pleurent;

Un homme, çà ne pleure pas.



On permet de pleurer dans certaines situations : la perte d'un proche, lors d'une grande tragédie. Ces pleurs, interdits dans le jeune âge, trouveront une échappatoire plus tard et ce ne sera certainement pas par des larmes.

Que se passent-ils dans notre corps lorsque nous exprimons une colère?

Ce sera un des sujets de notre deuxième article.

À suivre….



LE PENSEUR



Grâce à l'implication soutenue de quatre personnes, la première assemblée du Groupe St-Romuald a eu lieu le 28 juin 1972 à l'école Maria-Dominique située au 119, rue de la Fabrique, maintenant renommée Chemin du Sault, à St-Romuald. Les membres fondateurs du groupe sont Albert C., Robert B., Jules B. et Yvonne B.

Le Groupe St-Romuald est enregistré à New York le 6 juin 1972 soit quelques semaines avant la tenue de sa première assemblée. Jules B. préside alors cette première réunion. Trente-cinq personnes sont présentes. Ce groupe ouvert, créé sous le numéro 116-345, tiendra ses assemblées le mercredi à 20h30.

Il s'agit de la création d'un 3e groupe *AA* sur la Rive-Sud de la Ville de Québec.

Des membres sont nommés à différents postes de responsabilité. Le représentant aux services généraux (RSG) est Robert B. et son substitut, Albert C. Le poste de secrétaire est comblé par Yvonne B. alors que celui de représentant intergroupe l'est par Gilles G.

Comme il n'est pas question de niveau d'études, de race, de couleur, de sexe ou de religion dans la Fraternité *AA*, il en est de même au Groupe St-Romuald. Personne ne se sent jugé, ce qui favorise pour plusieurs le développement de capacités dont ils ignoraient même l'existence. Les membres ont ainsi acquis une plus grande confiance en eux qui leur permet, par exemple, de s'occuper du comité d'accueil ou même de présider un congrès se déroulant sur la Rive-Nord.

On peut certainement dire que la semence des fondateurs porte fruit. Le nombre de membres responsables que le Groupe St-Romuald a formés dans tous les domaines en témoigne éloquemment. En effet, tous les postes du district de la Rive-Sud sont, un jour ou l'autre, comblés par des membres du groupe. Certains se sont également investis sans compter à la Région.

Fonctionnement du groupe d'attache : pratiques et traditions

Le groupe fonctionne dans le respect de ses traditions. Depuis 1984, la réunion d'affaires se tient le 2e jeudi de chaque mois et les membres s'impliquent généreusement dans tous les postes de responsabilité. Après plus de vingt ans d'existence, et malgré la présence de cinq autres groupes *AA* sur la Rive-Sud de Québec, l'assistance au Groupe St-Romuald se maintient à environ 40 personnes à chaque assemblée. Il en est de même encore aujourd'hui. L'attention que les membres du groupe portent aux nouveaux et aux visiteurs en fait sa marque de commerce. De fait, le groupe est remarqué par la qualité de son accueil.

On ne peut passer sous silence un phénomène allant grandissant au Groupe St-Romuald. De façon plus marquée depuis quelques années, le nombre de femmes présentes aux assemblées ainsi qu'aux réunions du comité d'affaires augmente significativement. Il semble que cette situation est très peu observée dans les autres groupes du district.

Entre 1972 et 1978, le groupe offre du fromage et des biscuits variés aux visiteurs. Toutefois, certains membres se montrent

insatisfaits de la sorte de fromage ou de biscuits disponibles. Le responsable du café, qui est également responsable des achats, en vient à n'offrir que du café et des boissons gazeuses. Les autres groupes de la Rive-Sud adoptent finalement cette façon de faire.

Au début, lorsqu'un membre prend un gâteau, une invitation est faite à ses proches frères et sœurs *AA* à venir le partager à son domicile. Aux alentours de 1989, le gâteau est plutôt offert sur place à tous les membres présents. Les traditions du groupe permettent maintenant au membre qui prend un gâteau de choisir son conférencier.

Afin de souligner les anniversaires du groupe, l'ensemble des lectures sont faites par les membres enregistrés. Les coûts du gâteau alors offert à l'assemblée sont également défrayés par les membres enregistrés au groupe. L'excédent des revenus accumulés pour ce faire est acheminé, via la région, au Bureau des services généraux situé à New-York.

Il est dorénavant défendu de fumer dans la sacristie de l'Église, même dans le portique. Il s'agit ici d'une exigence de la compagnie d'assurances qui, si elle n'était pas respectée, risquerait de mettre un terme au contrat de location avec la Fabrique. Perdre cette seule salle disponible avec stationnement à St-Romuald ne serait pas sans conséquence pour le groupe.

Trouver un lieu d'attache

À maintes reprises au cours de ses 21 premières années de cheminement, le Groupe St-Romuald doit faire preuve de créativité et d'adaptation. Par exemple, dans ses débuts le groupe se voit offrir gratuitement un local à l'école Maria Dominique. Pour respecter les Traditions *AA*, un montant minime est remis au concierge à chaque assemblée. Au fil du temps, la commission scolaire demande non seulement 15.00$ par réunion, mais exige que la porte du local soit ouverte et fermée par le concierge. Plus tard, le groupe doit accepter une nouvelle hausse de 10.00$, ce qui porte la location à 25.00$ par réunion. En 1984, de nouveaux responsables à la commission scolaire augmentent les coûts de location à 42.00$ par réunion, somme que le groupe est incapable de payer. Cette situation force un déménagement dans la sacristie de l'Église de St-Romuald. Avantageusement, les coûts de location passent à 100.00$ par mois. La journée de la réunion est aussi changée pour le jeudi. Le Groupe St-Romuald occupe ces lieux depuis juillet 1984.

Bien que le local soit accessible sans contrainte pour le responsable qui fait le café, le bail signé avec la Fabrique, plus particulièrement avec Monsieur le curé Roy, prévoit la location de la sacristie pour une durée de deux heures par semaine, soit de 20h à 22h. Cette plage horaire doit inclure le déroulement de l'assemblée du groupe et la remise en ordre du local. Afin que le local puisse être libéré dans les délais prévus, le Groupe St-Romuald décide de limiter la durée des partages à 25 ou 30 minutes. Après plusieurs années, dans presque tous les groupes de la Rive-Sud, cette façon de faire est appliquée.

Remercions les fondateurs d'Alcooliques Anonymes, Bill et Bob, ainsi que les fondateurs du Groupe St-Romuald. Sans eux, notre groupe d'attache n'existerait pas.

Remercions également toutes les personnes qui ont contribué à la continuité du Groupe.

Le présent document reprend les informations contenues dans celui intitulé « Historique du groupe AA St-Romuald », (1994).

Mise à jour, mai 2014

Les membres enregistrés
Groupe St-Romuald,
District 89-05





Bonjour,

Je m'appelle Guy et je suis un alcoolique.

J'ai connu notre merveilleuse fraternité en 2009 durant une thérapie où on m'a expliqué que ma consommation effrénée d'alcool était le symptôme d'un mal de vivre profond. En effet, j'étais devenu isolé, dépressif et paranoïaque. De nature plutôt solitaire, j'étais généralement méfiant face aux gens que je ne connaissais pas et réticent à essayer des choses nouvelles. J'ai assisté à beaucoup de réunions *AA* à ma sortie de thérapie, sans m'impliquer. J'étais abstinent, mais pas vraiment plus heureux qu'avant.

Mon parrain m'a alors suggéré de prendre une tâche dans un groupe en fonction de mes goûts et de mes capacités et de voir ce qui arriverait. J'ai donc commencé à faire des présentations de littérature dans des réunions terrorisé par la peur de me tromper, de ne pas être parfait. Les membres présents ont vu mes craintes et m'ont dit: «*Fais de ton mieux, c'est ce qui compte*!». Mon malaise a lentement diminué après quelques réunions et j'en suis même venu à apprécier ma tâche. Peu de temps après, je suis devenu serviteur au Centre de littérature *AA* de la rive-sud de Montréal. Au début, j'étais mal à l'aise d'avoir à servir des gens que je ne connaissais pas. Mais là aussi j'ai persisté et, chose nouvelle pour moi, j'ai demandé de l'aide et des conseils quand c'était nécessaire. Après quelques mois, je me suis senti en confiance et j'ai pris goût à partager avec les membres qui se présentaient au comptoir d'achat. Mon isolement et ma méfiance faisaient graduellement place à des contacts humains enrichissants.

À la fin de 2011, on m'a offert de devenir le reporter du bulletin de service de la Région 87 (l'Écho) et j'ai accepté. La tâche consiste à assister à diverses activités de service (assemblées régionales, ateliers, rassemblements provinciaux, etc.) et à écrire des articles «d'humeur». Au cours des deux années suivantes, j'ai beaucoup appris sur notre mouvement tout en exprimant ce que je ressentais. J'ai eu l'occasion de rencontrer plusieurs membres passionnés par la transmission de notre message de rétablissement au moyen des services. Au-delà de mon rôle de reporter, c'est le partage avec mes frères et soeurs *AA* qui me motivait.

Depuis janvier 2014, je suis le rédacteur en chef du bulletin Écho. J'avoue que j'étais craintif au début, car cette fonction implique des contacts réguliers avec plusieurs personnes tout au long de la préparation des bulletins. Mais le service me transforme doucement. J'apprends à travailler en équipe en fonction d'un objectif commun. Je demande de l'aide et j'accepte d'être guidé. Je n'ai plus cette phobie de l'erreur. Ma perception, presqu'exclusivement rationnelle auparavant, fait maintenant place à l'intuition. Mon coeur commence à parler à mon cerveau. Je me suis longtemps cru incapable de communiquer avec les gens; je ne leur faisais pas confiance et je n'avais pas confiance en moi. Mais, je change….

Servir chez *AA* m'aide beaucoup dans mon rétablissement. Si vous avez le goût de vous impliquer, il y a certainement une place pour vous. Vous vous rendrez un grand service et votre bien-être en sera accru.

«*Vous trouverez un sens nouveau à la vie. Voir des gens se rétablir et apporter de l'aide aux autres, ne plus connaître la solitude, voir grandir un groupe autour de vous, avoir une foule d'amis, voilà une expérience à ne pas manquer…..*»

Les Alcooliques Anonymes, p. 101

Guy C.

Rédacteur en chef

Écho... Echo… Echo…





L'autre jour, le Fouineur circulait sur une route très sinueuse avec d'un coté un rocher et de l'autre une rivière et cela sur une bonne distance. Ce qui m'a surpris, c'est de voir le nombre de croix érigées le long de cette route et qui représente, à chaque endroit, un accident mortel.

Vous vous demandez où je m'en vais avec cette introduction. Hé bien, sans être aussi dramatique, j'ai fais la comparaison avec les groupes qui sont « disparus » à jamais. Si j'avais à mettre sur une carte géographique une croix à tous les endroits où il y avait une réunion des Alcooliques Anonymes, je crois qu'il y en aurait autant que lorsque j'ai sillonné cette route. Mon ami, Le Penseur, a déjà fait mention de la disparition de groupe *AA* et je crois qu'il avait soulevé quelques interrogations.

Ici, je veux vous faire part des sentiments que j'ai cru percevoir lors d'une certaine réunion des *AA*. Une membre a mentionné à une réunion que le dernier samedi de mai, il y aurait une réunion du groupe et que ce serait la dernière parce que la municipalité veut se départir de cette petite maison. À cet endroit, il y avait au moins quatre réunions par semaine.

Alors, par esprit de solidarité envers mes frères et sœurs *AA,* je me suis rendu à cette réunion et j'y ai vu des membres résignés mais aussi révoltés. Et, j'en ai vu d'autres qui avaient le sentiment du travail accompli. Ils profitaient de cette décision politique pour passer le *« flambeau »* à d'autres membres qui auraient le goût de servir à un autre endroit.

Je comprends les membres. Ils sont désemparés, ils perdent leur local et, par le fait même, leur groupe. Dans notre jargon à nous, c'est la conscience de groupe qui s'éteint à cet endroit. Il s'agit de quatre groupes qui ferment leur porte. Je suis certain que si les murs de cette petite maison où se tenaient les réunions *AA* pouvaient parler, ils en auraient long à raconter : que de confidences se sont dites, que d'accueil du nouveau ou de la nouvelle se sont faits, que de témoignages ont été partagés. Pour certains membres, c'est comme perdre un être cher.

Depuis un certain temps dans ma région, il y a eu plusieurs fermetures de groupes. Est-ce qu'il y a une raison? Oui, il y en a plusieurs. Le manque de serviteur ou les serviteurs présents sont à bout de souffle. Il y en a un qui m'a dit : «*Si je n'étais pas là pour ouvrir la salle, faire le café et placer les chaises il n'y aurait pas de réunion*.» Toutes les raisons sont bonnes, mais que faire? Est- que *AA* va disparaître? Certainement pas.

À QUI LA FAUTE ALORS ???



Je crois qu'avec le Mode de Vie et les Traditions, nous ne devons pas chercher de coupable. Encore une fois, il faut *ACCEPTER* la situation et s'en remettre aux mains de cette Puissance Supérieure. Ce n'est pas la première fois qu'*Alcoolique Anonyme* traverse une tempête.

J'ai trouvé cet article qui nous aidera à comprendre!
«Il nous arrive parfois d'éprouver un choc, de la surprise et de la colère lorsque les gens critiquent les AA. Nous pouvons être troublés au point de perdre le bénéfice d'une critique constructive.

Il est donc évident que l'harmonie, la sécurité et l'efficacité à venir d'AA dépendront en grande partie de notre capacité à conserver une attitude totalement pacifique et dépourvue d'agressivité dans toutes nos relations publiques. C'est un devoir exigeant pour nous qui, quand nous buvions, étions enclin à la colère, l'hostilité, à la rébellion et à la hargne. Et, même si nous sommes sobres maintenant, les anciens comportements nous habitent encore, jusqu'à un certain point, toujours prêts à exploser à la moindre excuse.

Mais çà, maintenant, nous le savons et c'est pourquoi j'ai confiance que, dans nos relations publiques, nous aurons toujours l'élégance de nous retenir»

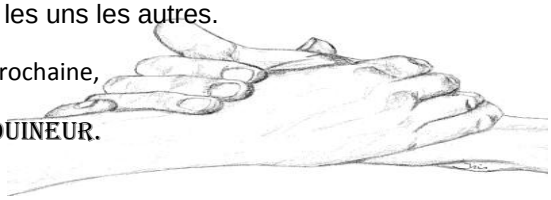
Réflexions de Bill, p.56.

EN CONCLUSION :

Avec la fermeture des groupes *AA,* il faut éviter que les membres se divisent. Il faut comprendre que nous sommes tous dans la même association si nous voulons continuer notre but ultime qu'est la sobriété. Nous devons rester ensemble : c'est une question de vie ou de mort. Il faut continuer à nous aider les uns les autres.

À la prochaine,

Le FOUINEUR.



LE SITE WEB DE LA RÉGION 89



www.aa89.org

Bonjour, frères et sœurs AA internautes!

Depuis le dernier Nordet, les nouveaux développements au site web ont été plutôt relatifs. Toutefois les mises à jour régulières de congrès, de bulletins de nouvelles etc. qui sont effectuées par Francine n'ont pas ralenti d'un iota et je la remercie de tout mon cœur pour sa constance et sa disponibilité.

Des rencontres et des discussions ont eu lieu avec les collègues webmestres des autres régions et des projets passionnants sont en route dont on pourra reparler dans un futur qu'on ne souhaite pas trop lointain.

Comme toujours, nous nous faisons un plaisir de publier vos programmes de congrès ainsi que vos bulletins de nouvelles. Si vous avez besoin d'une adresse courriel @aa89.org pour votre congrès, n'hésitez pas à prendre contact avec nous On se fera un plaisir de vous en créer une.

Vous avez dû remarquer que de nouveaux districts se sont ajoutés. Nous leur souhaitons donc Bienvenue et Bonne Chance dans leurs nouvelles responsabilités.

A ce jour, il ne manque que les districts 06 Beauport, 08 Dolbeau, 10 Sept-Iles, 11 Chicoutimi, 21 Portneuf et 24 Saguenay.

Francine et moi vous remercions d'être là, de nous lire et nous gardons l'esprit ouvert à vos nouvelles idées.



Pierre B.,

Webmestre, Région 89



Je suis présentement rendu au trois quart de mon mandat à titre de secrétaire de la Région 89 et c'est une très belle expérience à vivre. Durant ce mandat, il y a une bonne entente dans notre comité exécutif et une bonne compréhension des demandes que nous recevons des Districts.

Au mois d'octobre, nous aurons une élection pour remplacer les membres en poste. Je vous invite donc à venir vivre cette expérience qui, j'en suis certain, vous apportera beaucoup dans tous les domaines de votre vie. Il est toutefois important d'avoir de la disponibilité pour servir à la Région : plusieurs assemblées et beaucoup de déplacements. Mais cela nous rapporte beaucoup pour continuer notre cheminement dans les *AA*.

Je suis dans les services depuis que je fais parti des *A*lcooliques *A*nonymes ; cela me donne la chance de continuer dans mon abstinence et parfois dans la Sérénité, chose qui peut s'envoler si on ne persiste pas dans le mouvement. Pour moi, servir me garde les pieds sur terre et pendant ce temps, je n'ai aucunement le temps de penser aux choses négatives de la vie.

Après cette tâche, je crois bien retourner servir dans mon groupe d'attache pour être encore plus près de l'alcoolique qui souffre encore. Les *AA* ont donné un sens à ma vie et une raison de vivre. Ma gratitude pour le mouvement me donne toujours le goût de continuer.

Merci a tous les membres pour leur aide.

Claude P.

Secrétaire, Région 89



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

Faites parvenir toute information à ce sujet au moins un 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 au bureau régional :

Région Nord Est du Québec
14, rue St-Amand
La porte à droite si face à la bâtisse
3e Étage
Québec QC G2A 2K9
Tél : 418-915-2929
Courriel : region89@videotron.ca
Adresse du site Web : www.aa-quebec..org/region89

Abonnement individuel ou de groupe

Le Nordet est le bulletin d'information de la Région Nord Est du Québec (89), et est publié six fois par année.
Pour vous abonner (ou vous réabonner), veuillez utiliser ce coupon-réponse, écrire tous les renseignements en caractères d'imprimerie, joindre un chèque ou mandat, libellé à l'ordre de la Région Nord Est du Québec, d'une somme de 12 $ pour un abonnement individuel; 18 $ pour deux abonnements; 22 $ pour trois abonnements et 25 $ pour quatre et 28 $ pour cinq abonnements. (Si vous en voulez plus de cinq : comptez 5 $ par abonnement supplémentaire) et poster le tout au bureau régional, à l'adresse ci-haut mentionnée.

Nombre d'exemplaires _____
Montant joint _____
Nom (au complet) _____
Adresse _____
Téléphone _____

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

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

Bonne lecture

À noter à votre agenda

Calendrier et événements régionaux

41ème CONGRÈS *AA DE TROIS-RIVIÈRES*
21 et 22 novembre 2014
41 ANS DE GRATITUDE...MERCI AA
École secondaire Chavigny,
365, rue Chavigny
Trois-Rivières
Avec la participation d'Al-Anon

32ème CONGRÈS DISTRCTS 90-08 90-18
31 oct., 1er et 2 novembre 2014
ENSEMBLE
Polyvalente Jean-Baptiste-Meilleur,
777, boul. Iberville
Repentigny, Qc
Avec la participation d'Al-Anon
et
Des centres de détention

CONGRÈS *AA* DU SAGUENAY
29, 30 et 31 août 2014
ENSEMBLE VERS LA SOBRIÉTÉ
CÉGEP de Jonquière,
2505, rue St Hubert
Jonquière, Qc
Avec la participation d'Al-Anon et d'Al-Ateen
Accueil et inscription : vendredi 18h30



CALENDRIER DES SÉMINAIRES –AUTOMNE 2014

SEPTEMBRE				
District	Date	Nom du Séminaire	Endroit	District invité
89-14 Alma	20 septembre	12ème Étape	Salle Dupont 545, rue Dupont sud Alma	07, 08, 11, 23 et 24

OCTOBRE				
District	Date	Nom du Séminaire	Endroit	District invité
89-10 Sept-Iles	11 0ctobre	Le Parrainage	À déterminer	District 09
89-12	25 octobre	Les Fonctions du RSG et les Structures du Mouvement *AA*	Centre Claude Allard 3200, Rue D' Amours Ste-Foy	04, 05, 06, 13 et 16

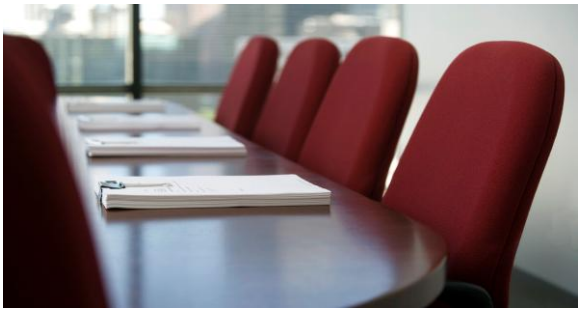
DÉCEMBRE		
Région 89	05, 06 et 07 décembre	Assemblée générale/Accueil Nouveaux Serviteurs

Description des Séminaires *:*

12ème Étape : Le séminaire de la Douzième Étape a pour objectif de nous aider a mieux comprendre comment le travail acharné d'un alcoolique auprès d'un semblables est essentiel à un rétablissement permanent. Nous verrons aussi comment notre Douzième Étape constitue le **service de base** que rend l'association des Alcooliques Anonymes.

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 individuel et un autre au parrainage de service

Les Fonctions du RSG et les Structures du Mouvement AA : Ce séminaire s'adresse a toutes les personnes que le service intéresse, ou qui aimeraient connaitre les structures de notre association. Une invitation spéciale est lancée aux serviteurs, qui vont entrer en fonctions, oui qui sont entres 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.



Pour information contacter le bureau régional :

Région Nord Est du Québec - 89
14, rue St-Amand
3e Étage
Québec QC G2A 2K9
Tél : 418-915-2929
Courriel : region89@videotron.ca