Le nordet : vent qui souffle du nord-est

LE NORDET

Bulletin AA de la Région Nord-Est du Québec

Vol. 35, numéro 10

Août - Septembre 2018



Dans ce numéro

Mot de la rédaction	2
Mot du délégué	3
Serviteur régional Responsable des séminaires	3
Serviteur régional Secrétaire	4
Partage de service L'écureuil empaillé	5
Reportage du mois	6
Le Penseur Le pardon (1)	7
L'Informateur	8
Web	9
Calendrier de la Région	9
Congrès	10
Le coin des annonces	10
Mots croisés solution	11
Mots croisés 2	12

Le Nordet *est publié 6 fois par année par le comité du Nordet de La Région Nord-Est du Québec.*

Adresse : 14, rue St-Amand, Québec (Québec) G2A 2K9

Courriel : nordet@aa89.org

Abonnement pour un an :

1 copie - 12 $ *2 copies - 18 $*

3 copies - 22 $ *4 copies - 25 $*

5 copies - 28 $

Plus que 5 copies, ajouter 5 $ par exemplaire supplémentaire.

Info supplémentaire, page 11

Membres du comité : *Hélène C., Denis M., Gilles T.*

Mise en page et corrections :

Marie-Josée B.

LE NORDET

Le nordet : vent qui souffle du nord-est

Bulletin AA de la Région Nord-Est du Québec

Politique rédactionnelle

(version abrégée)

Le Nordet est un bulletin des membres AA de la Région 89 (Nord-Est du Québec). Publié tous les 2 mois, on y retrouve des articles sur les services, la structure et les Traditions AA, des témoignages de serviteurs, anciens et actuels, etc.

Son objectif est de pouvoir communiquer directement avec ceux qui forment les consciences de groupes, de les informer et de les soutenir tout au long de leur mandat. Le bulletin se veut la voix de la conscience collective régionale, il sert à promouvoir le service et favoriser l'unité et la communication au sein de la structure régionale.

Les articles publiés sont rédigés par des membres AA. Ils n'engagent pas la responsabilité du Mouvement des Alcooliques anonymes en tant qu'association, ni de celle des membres AA de la Région 89 (Nord-Est du Québec).

La version complète de « La politique rédactionnelle » est disponible au www.aa89.org sous l'onglet « Le Nordet »

Mot de la rédaction

Bonjour serviteurs de confiance,

Je suis toujours content de vous revoir et de pouvoir partager avec vous.

Vous savez que c'est le temps de trouver la relève pour différentes tâches dans votre groupe, au district ou à la région, car les élections se tiennent à l'automne et ça arrive vite. Je vous réitère mon invitation à prendre ma place comme responsable de notre bulletin Le Nordet. Ce n'est pas si compliqué et je peux vous assurer de mon entière collaboration quand vous prendrez la tâche. Même chose pour l'infographie. Venez m'en parler.

Nouvelle édition avec Benoît, notre délégué, qui n'a pas chômé cet été. Les serviteurs régionaux ce mois-ci sont Denis C. qui s'occupe des séminaires; il nous parle de ses états d'âme ainsi que Jacques, secrétaire, qui est rempli de gratitude envers le Mouvement et ses membres.

Le partage de service est comblé par Steeve qui a un parcours particulier; il a intitulé son écrit : L'écureuil empaillé, assez original, n'est-ce pas?

Le reportage du mois est écrit par un de mes bons amis d'une autre région géographique que la mienne; un homme qui ne fait pas de bruit, un homme réservé qui a quand même des choses intéressantes à écrire.

Le Penseur vous pardonne de ne pas tous le lire. Je vous suggère d'essayer! Ses réflexions sur le pardon sont très bonnes.

L'Informateur nous instruit sur les élections que nous vivrons à l'assemblée générale de la Région qui se tiendra à Roberval le 13 octobre. Monsieur Pierre, Webmestre, a deux grandes nouvelles à nous communiquer sur notre beau site.

Le deuxième « Mots croisés » est là, amusez-vous. Merci pour vos bons commentaires. Merci à Réjean M. d'avoir osé offrir ses talents.

Naturellement, les annonces des différentes activités de la Région sont aussi présentes dans cette édition.

Je tiens déjà à remercier tous les membres qui ont bien voulu écrire dans Le Nordet. C'est bon pour eux et c'est bon pour les autres aussi.

Merci aux fidèles lecteurs qui prennent la peine de mettre le nez et les yeux dans Le Nordet.

Et si vous avez des critiques ou des suggestions, ne vous gênez pas, car toute chose peut se dire, c'est la manière de le dire qui importe.

Merci de m'aider à grandir

Denis M.



Mot du délégué

Bonjour mes frères et sœurs AA,
je m'appelle Benoît et je suis alcoolique.

Hé oui! Encore une tranche de temps qui vient de s'écouler. Je suis toujours aussi heureux et rempli de gratitude de vous servir. Après notre dernière rencontre, soit quelques jours après l'assemblée générale, il y a eu un petit temps d'arrêt. Ce fut très bénéfique car depuis janvier, ça n'a pas arrêté du tout. Même si on est fort, ce petit repos fut très apprécié. Depuis ce temps, j'ai eu des communications avec les gens du comité avec qui j'ai travaillé durant mes deux conférences pour leur donner des idées et des suggestions pour celle de 2019.



Comme au début de juillet l'année passée et de façon non officielle, l'exécutif et les responsables de comité de notre Région se sont rencontrés lors d'un souper amical pour garder l'unité que nous avons depuis le début de notre mandat (rencontre aux frais de chacun)

Le 14 juillet dernier, il y a eu la réunion de La Vigne qui, comme à l'habitude, fut très enrichissante. Étant donné que les quatre délégués étaient réunis, on a fait un consensus au sujet du changement de semaine de la conférence de 2019. J'ai assisté au forum territorial de l'Est du Canada qui se tenait du 20 au 22 juillet à Victoriaville. J'y ai fait d'ailleurs une présentation de La Vigne le samedi matin et le soir, j'ai animé un atelier.

Nous avons eu la chance d'entendre les présentations de certains membres du BSG qui étaient excellentes; une entre autres sur le thème : « À quoi sert l'argent de la 7e Tradition? ». Ce fut très éclairant de voir que notre argent est bien administré. J'ai aussi rencontré la présidente du Grapevine, afin de lui demander que la traduction du livre ''emotional sobriety'' se fasse. Nous avons eu une belle ouverture dans ce sens. À suivre ..

Il y a une chose qui me rend triste ces temps-ci; c'est que pour des raisons familiales, je vais manquer une réunion. C'est la première fois que ça arrive depuis le début de mon mandat d'ARDR il y a 12 ans. Et n'ayez aucune crainte, mon cœur va être avec vous, car les deux lettres AA y sont bien gravées.

Merci à vous tous de me permettre de vous servir en tant que délégué et comme j'ai dit l'autre jour dans un partage : « même après mon mandat, je serai toujours là pour les membres qui auront besoin ».

La gratitude que j'ai envers le Mouvement, je n'aurai jamais assez de toute une vie pour remettre tous ces moments enrichissants que j'ai vécus.

Merci encore d'être là car sans vous, je ne suis rien et n'oubliez jamais que si on veut que notre Mouvement soit fort, il faut rester dans l'UNITÉ.

Amour et Service
Benoît B.
Délégué Région 89



Serviteur régional

Je suis à la fin de mon mandat de 3 ans. La première année, j'ai terminé le mandat de mon prédécesseur.

Séminaires

La restructuration du comité des séminaires ne s'est pas faite sans heurts. Malgré les embûches et les critiques, j'ai passé au travers. Servir me fait grandir et me fait voir ce que j'ai à améliorer chez moi. Merci aux RDR de leur soutien et de leur humour. Ce sont toujours de belles rencontres aux assemblées régionales et générales. Je lève mon chapeau et je remercie chaleureusement les animateurs et les adjoints des séminaires.



Serviteur régional

Séminaires (suite)



Ils font un très beau travail. Merci de votre confiance. De beaux liens se sont tissés au fil du temps dans le service.

« Tu ne seras plus jamais seul », c'est exactement ça qui m'arrive. On me pose la question : « Tu fais quoi après ton mandat? » Je leur réponds : « Rien ». Mais ce n'est pas tout à fait vrai. Je parraine un groupe dans une maison de réinsertion sociale depuis un an et j'aime ça, je vais donc continuer.

Je fais aussi de l'écoute téléphonique. Vous voyez bien que je ne ferai pas rien après mon mandat! Hihihi! Le simple fait de voir ces jeunes hommes et ces jeunes femmes vouloir se sortir de la consommation m'aide à continuer ma démarche personnelle et me stimule encore plus à les aider. L'implication m'aide à l'extérieur du Mouvement à accepter ce que je ne peux changer. Merci à tous les membres de la Région 89. J'ai beaucoup de gratitude pour AA et ses membres, car grâce à vous je grandis. Dans mon mandat, j'ai fait de mon mieux, c'est ce qu'on m'avait demandé. Je ne suis ni un poète ni un auteur, mais j'écris avec mon cœur.

Je suis juste moi. Merci à vous tous. On continue ce que Bill et Bob ont commencé. Car si mes enfants et petits-enfants ont besoin un jour; je veux que AA soit toujours là pour eux et de cela , je suis responsable.

Denis. C.
Responsable des séminaires



Serviteur régional

Gratitude

La Gratitude m'a amené à servir avec AA!

Bonjour mon prénom est Jacques, je suis un alcoolique,

Quand j'ai regardé la chronologie des gens qui ont à écrire un article pour Le Nordet, mon plus grand défi fut de trouver un sujet qui porte sur le service et qui me rejoins au niveau de mon rétablissement avec AA. Le premier sujet qui m'est venu à l'idée fut : « la gratitude ». Puis, ma première réaction fut de me questionner sur la définition du mot « gratitude ». Pour moi, dans mes mots, cela veut dire avoir de la reconnaissance pour quelque chose qui a changé ma vie et qui m'a donné une nouvelle façon de vivre ma vie sans alcool!

Je me suis dit que mon article porterait sur la tâche que j'occupe présentement à la Région 89 et de la gratitude que cette tâche m'apporte depuis janvier 2017 où j'ai été élu par le tirage au chapeau! Déjà, ma gratitude se fit sentir envers ma Puissance supérieure et de ce que ce mode de vie m'apporte au fil

Secrétaire

des vingt-quatre heures que je vis avec AA. Malgré les craintes que cette tâche pouvait me faire vivre avec les multiples situations qui se définissent par le syndrome de l'inconnu ainsi que le volume de travail qui m'attendait, je savais qu'au bout de la ligne, la gratitude envers les services dans AA me donnerait le résultat de mon aventure comme secrétaire à la Région 89.

Dans ma première année, le perfectionnisme prenait une grande place dans ma façon de faire les choses. Cette déficience, qui était en moi dans ma vie de consommation, venait me hanter dans ma routine. J'ai vite remis ce point négatif au placard. J'avoue que j'ai eu de l'aide dans cette situation qui n'était pas confortable au niveau de ma personnalité et qui me nuisait dans les actions que j'avais à accomplir avec mon implication.

Plus j'avance dans mon mandat, plus je savoure chaque instant qui m'est accordé pour me permettre d'évoluer au niveau de mes connaissances en secrétariat ainsi que dans mes relations avec les autres membres AA.

En plus, cela me permet de mettre mon mode de vie en évidence lors des réunions auxquelles j'assiste. Car, il arrive par moment que j'ai à jongler avec la patience et la tolérance qui sont des aides pour la tâche de secrétaire.

Pour moi, la gratitude m'apporte de la confiance en moi, le sentiment de me sentir utile et apprécié par les membres que je rencontre lors des réunions, de prendre la place qui m'est dûe ainsi que découvrir de nombreuses affinités avec les autres grâce à cette implication.



Au début de la deuxième année de mon mandat, je me suis aperçu que la chose qui collait le plus à ma personnalité et qui était présente au niveau des membres qui composent l'exécutif ainsi que les autres membres dans AA était la SIMPLICITÉ ! Avec cette simplicité, j'accomplis bien des choses et cela amène un gage de respect avec les membres qui composent cette belle Fraternité!

Mon expérience en tant que secrétaire à la Région me sert dans de multiples tâches dans ma vie et me facilite mon approche avec les gens de mon ouvrage malgré quelques réticences causées par mon 85% qui me rend vulnérable par moment! Le plus beau dans tout cela est que la gratitude envers le Mouvement m'aide à outrepasser ces extraterrestres de ma vie, car en tant qu'alcoolique, j'ai vécu des situations plus embarrassantes dans mon actif.

Cette gratitude est un indicateur pour moi qui me montre que mon cheminement dans les services ne sera pas terminé après mon terme comme secrétaire à la Région. Car servir avec AA me permet de ne plus être seul dans ma vie et dans la vie! Il est dit dans la littérature que la gratitude devrait être tournée vers l'avenir et non pas vers le passé!



Pour compléter cette belle phrase de la littérature, il est également dit que la gratitude doit se traduire par des actes aujourd'hui! Cela veut dire pour moi que je dois vivre ma vie aujourd'hui dans mon moment présent! Comme ma tâche me procure cette sensation d'être actif dans le sens fort du mot, pour moi la gratitude fait partie de mon mode de vie et les promesses se réalisent parfois lentement, parfois rapidement en m'impliquant dans les services.

Le plus important quand notre cœur déborde de gratitude est de transmettre le message afin de permettre au nouveau de trouver l'espoir qui lui assurera la sobriété pour ces vingt-quatre heures tout en appliquant les principes AA dans tous les domaines de sa vie.

Cette gratitude me sert partout dans mon implication! Dès que je commence un procès-verbal, je sens cette sensation qui monte dans mon for intérieur. Elle amène en moi une énergie qui se ne se décrit pas avec des mots mais plutôt avec mon CŒUR!

Jacques R.



Partage de service

L'écureuil empaillé

Nul doute qu'un membre AA qui ouvre la porte des services trouvera en lui une multitude de ressources afin de se libérer de sa personnalité maladivement attachée à soi ainsi que des pièges et des détours de la maladie. Comme pour la plupart des membres concernés par l'alcoolisme, j'ai pu expérimenter les joies et les bienfaits de nos legs laissés par nos fondateurs.



Lors de mon arrivée chez les AA, à l'âge de 23 ans, l'importance de mes efforts s'est limitée à boire du café, serrer des mains avec le sourire mais derrière celui-ci, j'avais les dents barrées. J'avais adopté le mode de vie Tim Hortons! Bref, à 30 ans je me retrouvais en dialyse quotidienne pour assister aux réunions afin de calmer mon "mal-être" et de combler momentanément ce vide sans fond. L'effet AA m'atteignait en surface et je me questionnais sur les résultats tel que décrits par nos attraits locaux. Peut-être que j'avais fait le tour d'AA et que ce serait mieux par d'autres moyens.

Dans la même période, j'ai eu l'occasion de quitter le Québec pour le travail. J'ai été surpris de l'importance du service lors de mon passage au Groupe 12 & 12 de Livermore en Californie.

Partage de service

Comme la majorité des réunions de l'Ouest américain, c'était un groupe discussion où les chaises étaient placées en cercle serré avec un sentiment d'unité difficile à décrire jusqu'alors. Au centre du groupe trônait fièrement un gros écureuil empaillé tenant fermement une noix. Lors de la pause, j'ai demandé à Fred, un membre « qui faisait le programme » et qui rayonnait d'attrait, quelle était l'importance cet animal pour leur groupe.



Il m'a répondu ceci: "l'écureuil rempli de paille est un membre qui est inhabité par la joie, le courage, la paix intérieure durable, bref le changement intérieur radical profond tel que relaté dans le Gros Livre. La noix, ce sont nos vieilles idées auxquelles nous nous accrochons comme c'est écrit dans la méthode''.

Arrêter de boire, m'a forcé à affronter les évènements de plein fouet, sans anesthésier mon cerveau et à gérer les conséquences de mes actes". L'histoire de Fred illustre comment le service peut détourner l'attention de soi-même vers les autres. "Avant de devenir sobre, j'étais misérable, fâché et contrarié", dit-il. "Il n'y avait qu'environ 15 minutes par jour où je ne voulais pas mourir." Mais établir des liens avec les autres, grâce aux AA, a fait la différence dans mon rétablissement.

« Quelque chose d'aussi simple que de montrer à quelqu'un comment faire le café et lui demander de revenir peut être une énorme partie de ma sobriété », dit-il. La peur paralyse. Nous arrivons pour la plupart déprimés. Une partie importante du rétablissement se trouve aussi dans le service. Comme par exemple: « Si tu as des difficultés à t'accueillir, eh bien! place-toi à l'accueil! Si tu as des problèmes à gérer tes finances, essaie la trésorerie. Tu es habité par la honte, et bien essaie d'être secrétaire. Problèmes d'estime de soi et de confiance, prends l'animation. Tu te trouves égocentrique, fais de la Douzième Étape. Tu es baveux, chiant et arrogant, va au district » dit-il en riant!

Chaque tâche que nous prenons nous pousse et ouvre notre cœur à mieux raisonner, à comprendre davantage les manifestations de la maladie et met un contrepoids à nos comportements malsains. Les membres impliqués dans une tâche sont pour la majorité convaincus que le fait d'aider nos compagnons de vie a changé la leur et leur a permis de rester sobre.



L'écureuil empaillé (suite)

Depuis que je me suis impliqué dans le Mouvement, je me suis fait plusieurs amis dans la Fraternité par le service et j'ai amélioré mes relations avec mon entourage.

Actuellement, Fred est parrain de groupe d'une réunion hebdomadaire, où il arrive tôt pour s'installer et s'assurer que les autres savent comment animer la réunion.

Il est beaucoup plus heureux de cela: « Je peux regarder les gars s'améliorer; il n'y a rien de mieux que ça », dit-il. Il s'interrompt un moment avant d'ajouter: « regarder une famille se ressaisir, c'est le plus beau cadeau qu'une personne peut recevoir des AA».

Steeve S.



Reportage du mois

Bonjour mes frères et sœurs AA,

Pour protéger mon anonymat, je vais m'appeler Monsieur X, alcoolique.
Il y a tout près de seize ans que je me suis joint à vous tous.
Dans la vie, j'avais tout perdu : femme, enfants, etc. Pendant plusieurs mois, je ne pensais qu'au suicide pour mettre fin à mes souffrances.
AA était la dernière porte avant de passer à l'acte.
La première année, je suis resté assis sur ma chaise, incapable d'en faire plus. Ceci m'a donné une année de plus à endurer mes souffrances.
J'ai commencé à suivre les suggestions que les plus vieux me proposaient et j'ai commencé aussi à servir dans AA après quelques années. Mon fils est devenu mon meilleur ami. Ma femme, la mère de mes enfants, est revenue vivre avec moi et ma fille s'est rapprochée de moi.
Je sers toujours dans le Mouvement et jamais je ne pourrai remettre à AA tout ce que j'ai reçu de vous.
Les seize plus belles années de ma vie, c'est à vous que je les dois.
J'espère pouvoir servir encore longtemps dans le Mouvement et continuer à vivre avec le mode de vie.
Heureux, joyeux et libre.
Merci de m'avoir lu.



Monsieur X

LE PARDON (1)

Voulez-vous être heureux un instant? Vengez-vous. Voulez-vous être heureux toujours? Pardonnez.

Votre Penseur, aussitôt terminé l`imposant travail, mais combien gratifiant sur l`amitié, s`embarque sur un autre sujet tout aussi complexe…un sujet que j`ai évité dans une vie antérieure au Mouvement. Je m`y suis agrippé dans mes pensées avec les AA. Je l'ai longtemps cru réglé et mis aux oubliettes. Il est passé au second plan durant le travail avec le parrain. Il a été réanimé de ses cendres durant les années de services. Finalement, il a été pris à bras le corps à mesure que la quête spirituelle prenait le dessus sur les souvenirs dérangeants, mais qui réellement sont: souvenirs amers, offenses vraies ou supposées, blessures à l`amour-propre pour ne pas dire à l`orgueil, vexations de toute sortes, petits et grands ressentiments, sentiments de culpabilité, rongeurs de confiance en soi. Toute cette famille des frères et sœurs, cousins et cousines proches ou éloignées ont une chose en commun avec tout être humain, peut-être un peu plus avec ceux et celles qui ont opté dans notre Mouvement pour la noble tâche que sont les services. Les serviteurs aux prises avec cette famille aux attitudes et actions grandement dysfonctionnelles éprouvent tôt ou tard le besoin de s`approcher et d`envisager une solution autre que la vengeance, la rancœur, les ressentiments allant jusqu'à la haine. Le sujet en titre est peut-être pour un être humain une nécessité. Mais pour un serviteur, il devient un ultime recours, un incontrôlable devoir. **Le pardon accordé à soi et aux offenseurs est la seule réelle solution abordable pour un serviteur**.



Quelques auteurs célèbres ont été consultés pour la rédaction de ces articles. Ma façon de travailler est toujours la même. Je vais chercher le plus d`informations possibles sur le sujet traité dans le but de vous apporter une connaissance la plus complète possible et de partager différentes opinions qui servent de canevas aux articles en préparation.



Pour ce sujet, j`ai débuté en consultant notre littérature AA. On y parle de pardon à une vingtaine d`endroits : réflexions de Bill, réflexions quotidiennes, le langage du cœur. Le point culminant de ces articles varie entre l`exhortation à la tolérance et au jugement à entretenir un lien étroit avec notre Force supérieure et croire à son pardon. Une mise en garde est formulée si nous continuons à faire tort aux autres; il est presque certain que nous boirons.

Pour ce qui est des personnes qui ont eu des torts envers nous, on nous suggère de réaliser que les alcooliques ne sont pas les seuls à souffrir d`émotions maladives. Nous sommes sur le point de demander pardon. Nous devons nous préparer à devoir pardonner aux autres. Bill en parlant des autres personnes dit : « *J`ai toujours cru que j`étais la victime des croyances et des paroles des autres. Chaque fois que j`ai dénoncé leurs défauts que je n`avais pas, j`aggravais les dommages. Si quelqu'un parle de moi en me blessant, je cherche si ce qu`il dit est vrai. S`il n`y a rien de tel, je me rappelle que j`ai déjà été ainsi. Je ne dois pas me sentir contrarié par leurs propos. Me pardonner et leur pardonner est la solution* ».



Dans les réflexions quotidiennes, on lit que si on désire faire de réels progrès spirituels, nous devons pardonner aux autres. Ce qui ne me parait pas évident à première vue. Les recherches m`ont appris que tous les grands maîtres spirituels insistent fortement sur ce point. Et ça continue ainsi dans plusieurs articles puisés dans notre littérature.

J`ai entendu dire, en parlant du pardon, que certains le présentent comme ceci PAR…..DON. Je dois avouer avoir déjà été séduit par l`explication suivante qui définit le par…..don comme inaccessible à un être humain et surtout à des alcos dont l`échelle des valeurs a été chamboulée par cette maladie; ce qui ne rend pas apte à se pardonner et à accorder le pardon. Une fois abstinents, ces alcos sont devenus les plus sévères juges de leurs défauts, déficiences et écarts de conduite envers leurs proches, amis et connaissances. Et les remords d'une telle inconduite réussissent à les convaincre que l`approche au pardon était inaccessible aussi bien à eux qu`aux autres. Tout en étant abstinents, ils ont vécu de nombreuses années avec ce poids qui est une auto-flagellation psychologique. Heureux ceux qui ont pu en parler avec une personne de confiance et mettre fin à cette torture et qui ont réussi à passer à autre chose.

Les médias sociaux nous rapportent souvent des déclarations de personnes ayant été victimes d`actes criminels ou ayant à déplorer la perte d`êtres chers lors d`accidents avec ou sans responsabilité légale : « **Je ne lui pardonnerai jamais** ». Il est malheureux que ces personnes ne puissent voir, aveuglées par une immense douleur, ce à quoi elles se préparent à vivre. Le ressentiment, la rancœur et la haine qu`elles éprouvent réussiront avec le temps à leur enlever toute joie de vivre.

Le penseur : suite

Ne pouvant eux-mêmes condamner le responsable de leur perte, elles espèrent que dame justice le fera. Ces personnes sont souvent très offensées si la peine imposée au responsable n`est pas à la hauteur de leurs désirs. Il est très difficile de porter un jugement sur ces personnes qui, détruites par la perte d'un être cher, exigent rétribution et nourrissent un sentiment de vengeance. Ce que leur douleur ne peut pas leur faire comprendre, c`est qu`une sentence plus lourde ne leur apporterait pas la paix. Elle ne ferait que d`autres victimes.

Loin de moi l`idée que les responsables d`actes criminels soient traités avec clémence. Qu'ils soient jugés et condamnés pour leurs actions comme la justice l`entend. Mais leur sentence n`apportera pas une de rétribution pour remplacer la perte subie. La douleur restera et seul le temps et la vie se chargeront d`atténuer cette douleur à un niveau acceptable. La perte sera toujours présente et le temps la changera en un triste souvenir.

Je conçois qu`accorder le pardon à une personne qui nous a offensé dont les actions irresponsables nous a causé un grand tort ne mérite pas de pardon. Mais voilà, le pardon n'a rien à faire avec le mérite ou la simple générosité humaine. Donc si les victimes des agresseurs de toutes catégories, de la calomnie au meurtre doivent se voir accorder le pardon de leurs victimes, ce n`est pas pour les agresseurs, mais pour les victimes qui elles, doivent continuer leurs vies avec autre chose qu`une rancœur haineuse qui ne réussirait qu`à bousiller ce qui leur reste de vie normale. Tel est le but de ces articles qui tenteront de vous décrire comment et pourquoi nous devons pardonner. C`est d'abord pour nous.

Guérir par la puissance du pardon

Comment aborder ce problème insoluble, qui semble dépasser l`entendement humain. D`abord voyons ce que le pardon n'est pas. Ce n`est pas l`oubli. Notre cerveau est incapable d`oublier que ce soit volontairement ou non. Il a été créé et conçu pour ne rien oublier et il accomplit son mandat sans faille. Il peut «stocker» sur son disque dur interne un nombre incalculable d`informations allant des sentis enregistrés par nos sens, d`innombrables dossiers sur nos pensées, d'actions et de réactions.

Et notre vie continue calmement tant qu`un évènement déclencheur ne vienne entrouvrir ce dépôt secret et mettre à jour ce qui avait été mis aux oubliettes.

Donc le pardon ne peut pas être l`oubli.



Le penseur.

L'informateur

Assemblée Générale

*B*onjour amis lecteurs

Nous voici à un moment charnière et très important de nos mandats respectifs, soit celui où nous allons choisir nos représentants durant les deux prochaines années. Et oui nous en sommes rendu à l`assemblée générale où nous aurons le privilège de nommer ceux-ci par voie d`élection.

Elle aura lieu le 13 octobre à Roberval.

Qu'est-ce qu'une assemblée générale d`élection ?

Elle a lieu à tous les deux ans, à la fin des années paires. C'est à ce moment que les six postes de votre exécutif régional sont renouvelés pour une période de deux ans, les mandats prenant effet le premier janvier suivant donc au début des années impaires.

Lors de cette assemblée, l'ordre du jour est allégé au maximum afin de laisser le plus de temps possible aux élections. Le déroulement est confié à un président d`élection (traditionnellement le délégué du mandat précédent) préalablement choisi par le Comité exécutif et informé des lignes de conduite régionales en cette matière lesquelles sont généralement conformes au Manuel du service chez les AA.

Il en va de votre responsabilité d`assister à cette assemblée très importante.

Alors soyons responsables ensemble!

Votre Informateur



Site Web / aa89.org

Bonjour frères et sœurs AA,

C'est la période creuse de l'année, celle où nos activités estivales ont tendance à prendre beaucoup de place. Nous pourrions croire que c'est au détriment de nos activités habituelles liées au site web… Eh bien non! Pas tant que ça! Votre comité du site web n'est pas vraiment en vacances!
Rappelons-nous que suite au départ de Gérald, nous avons dû réorganiser un peu le travail du comité. L'arrivée d'une nouvelle adjointe a maintenu le comité plus actif que d'habitude pour la période.
D'abord si vous ne connaissez pas encore cette nouvelle arrivante, il s'agit de Marie-Frédérique M. qui était (et est encore) RSW dans le district 22.
Marie-Frédérique a cette capacité de mettre de la couleur et de la gaieté dans nos pages web, ce qui sera sans aucun doute un atout parce que ni Carl ni moi ne sommes forts dans cet aspect du web!
Au mois de juin, nous avons eu notre rencontre avec les webmestres des autres régions ainsi que la réunion du comité provincial le lendemain et nous avons eu l'honneur d'avoir la présence de Marie-Frédérique avec nous à ces réunions.
Si vous avez parcouru les historiques de groupes et de districts ces derniers temps, vous aurez remarqué le travail de Marie-Frédérique qui s'est attelée à la tâche de mettre un peu de couleur et de gaieté dans ces derniers. Je vous invite d'ailleurs à aller voir les districts 21 et 22 qui sont de bons exemples. Par ailleurs, si vous avez des historiques (de groupe ou de district) que vous aimeriez publier sur votre page de district, je vous invite à en parler avec votre RSW qui nous transmettra ces documents, après approbation par le district bien sûr!
Autre nouvelle qui pourrait peut-être vous intéresser un peu, Meeting Guide est maintenant en français ! Je ne suis pas sûr que la mise à jour vers la version francophone soit automatique, dans mon cas j'ai dû désinstaller Meeting Guide et ensuite le réinstaller à partir du GooglePlayStore et cela a très bien fonctionné! Pour la version Apple, je ne sais pas, mais ça devrait être assez semblable!
Vous trouvez quelque chose qui ne fonctionne pas dans le site, faites-le-nous savoir (webmestre@aa89.org) et nous ferons notre possible pour y remédier !
Merci de nous lire et de nous aider à améliorer notre site web



Bon 24 heures à tous !
Pierre B.,
Webmestre

Calendrier de la région

DATE	ACTIVITÉ	ENDROIT	DISTRICT / RÉGION
11 AOÛT	ASSEMBLÉE RÉGIONALE	QUÉBEC	RÉGION 89
16-22 SEPTEMBRE	SEMAINE DES SERVICES		
13 OCTOBRE	ASSEMBLÉE GÉNÉRALE (élections)	ROBERVAL	RÉGION 89
10 NOVEMBRE	RÉUNION INTERRÉGIONALE	DRUMMONDVILLE	RÉGION HÔTE 88

CONGRÈS

24-25-26 août - 18e Congrès Autochtone AA Pessamit *" PAR LA GRÂCE DE DIEU ! "* *" ANITE UT TSHISHE-MANITU "* Chalet des ainés Près du village de Betsiamites, avant Baie-Comeau sur la Côte-Nord	**12-13 octobre – 19e Congrès AA Ste-Foy** *«AVEC LE TEMPS »* Centre communautaire Claude Allard 3200, avenue d'Amours Québec, G1X 1L9	
31 août - 2 septembre 2018 - Congrès AA du Saguenay *«AA, LA VOIX DU COEUR »* CEGEP de Jonquière 2505, rue St-Hubert Jonquière, G7X 7W2 Participation Al-Anon et Alateen Contact: 418-5492183	**26-27 octobre – 45e Congrès de Trois-Rivières** *«LE SOLEIL BRILLE POUR TOUT LE MONDE »* École Chavigny 365, rue Chavigny Trois-Rivière, G9B 1A7 Participation Al-Anon	
7-8 septembre – Congrès de Lévis *«PLUS JAMAIS SEUL »* Juvénat Notre-Dame 30, rue du Juvénat Lévis, G6W 7X2 Secteur St-Romuald Participation Al-Anon	**29 septembre 2018** **Journée des Centre de détention** ***Région 87*** Centre Nouvel-Envol, Valleyfield	**10 novembre 2018** **40e Congrès des Centres de détention** ***région 90*** École Laval Junior, Chomedey, Laval, Qc

LE COIN DES ANNONCES

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



Faites parvenir toute information à ce sujet **au moins 2 mois à l'avance**, afin de nous permettre d'en faire l'annonce à temps dans ***Le Nordet***.

Par la poste ou télécopieur : Veuillez utiliser le coupon-réponse, écrire tous les renseignements en caractères d'imprimerie et le poster (ou le télécopier) au bureau régional : **Le Nordet - Région Nord-Est du Québec (89)**

14, rue St-Amand, Québec (Québec) - G2A 2K9

Téléphone : 418 915-2929

Télécopieur : 418 915-4959

Par courriel : Envoyez tous les renseignements demandés sur le coupon-réponse à **nordet@aa89.org**

Date de l'événement : _____

Nom de l'événement : _____

_____

Thème (s'il y a lieu) : _____

_____

Lieu et adresse de l'événement : _____

_____

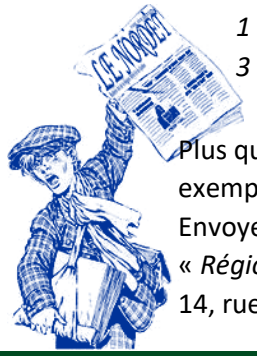
_____

Contact (nom et numéro de téléphone) : _____

_____

_____

ABONNEMENT AU NORDET - INDIVIDUEL OU DE GROUPE



Abonnement pour un an

1 copie - 12 $ *2 copies - 18 $*
3 copies - 22 $ *4 copies - 25 $*
5 copies - 28 $

Plus que 5 copies, ajouter 5 $ par exemplaire supplémentaire.
Envoyez votre chèque à l'ordre de : « *Région Nord-Est du Québec* » au 14, rue St-Amand, Québec (Qc) G2A 2K9

Nombre d'exemplaires : _____

Montant joint : _____

Nom (au complet) : _____

Adresse : _____

_____

Téléphone : _____

Horaire du bureau de la Région

mercredi et jeudi : 7h00 à 16h30

Pause dîner: 12h00 à 13h30

Téléphone : 418-915-2929

(Tous les messages laissés dans la boîte vocale de la Région seront traités dans les meilleurs délais)

Courriel : region89@videotron.ca

★Le bureau sera ouvert le vendredi précédant une assemblée générale ou une assemblée régionale



Pour accéder à l'édition électronique

consultez le site Web au www.aa89.org et sélectionner *Le Nordet* au menu principal

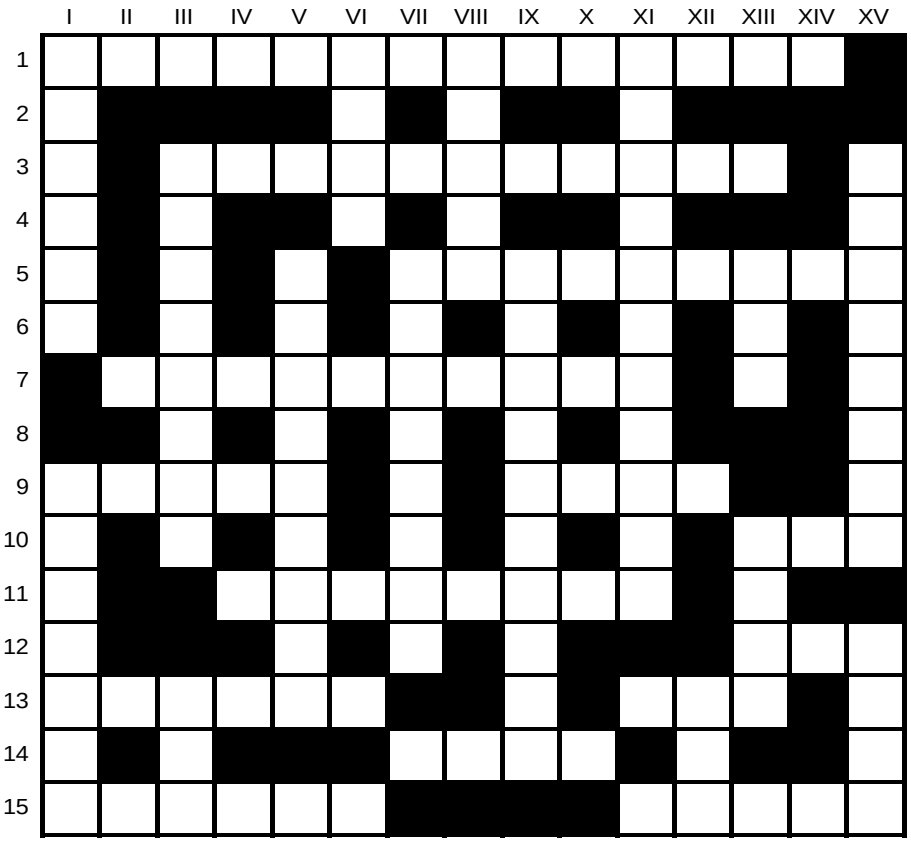
★Accessible 25 août

SOLUTION MOTS CROISÉS JUIN-JUILLET

	I	II	III	IV	V	VI	VII	VIII	IX	X	XI	XII	XIII	XIV	XV
1	J				L	U	I						S		
2	O		D				V	R	A	I			U		P
3	L	O	I				R		A		A		P		A
4	I		E	T	A	P	E				V	I	E		R
5	E	M	U		U		S				E		R		E
6		O			D	E	S	I	L	L	U	S	I	O	N
7	V	I	G	N	E		E		I		G		E		T
8					L				V	A	L	E	U	R	S
9		A	C	C	A	B	L	E	R		E		R		
10			O			O			E				E	G	O
11	T		L	I	E	N	S							U	
12	R		O			H		A	N	O	M	A	L	I	E
13	A		M			E					O			D	
14	H	A	B	I	T	U	D	E			R	E	V	E	S
15	I		E			R			B	U	T				

SOLUTION MOTS CROISÉS JUIN-JUILLET

MOTS CROISÉS 2



Horizontalement	Verticalement
1. Qui sort de l'ordinaire	**I.** Bourde - Teinte
3. Action d'accepter	**III.** Écraser - Saoul
5. Besogne	**V.** Effet d'être père
7. Action de ne pas boire d'alcool	**VI.** Affronter
9. Âme d'une pomme - Avoir chaud	**VII.** Endurance
10. Cadeau du ciel	**VIII.** Munir
11. Division territoriale	**IX.** Croit que l'absolu est inaccessible
12. Moi en latin	**XI.** Avec amitié
13. Réparer un crime - Touché	**XII.** Ego en français
14. Donne un arrière goût	**XIII.** Fatigué - Être suprême
15. Abri - Dévotion	**XV.** Répulsivité - Nacré

La solution dans le prochain numéro