Le nordet : vent qui souffle du nord-est

LE NORDET

Bulletin AA de la Région Nord-Est du Québec

Vol. 40, numéro 6 Décembre 2022 – Janvier 2023



Toute l'équipe du Nordet

vous souhaite un joyeux temps des Fêtes

Mot de la rédaction 2
Donner l'heure… ou faire des suggestions 3
Accueil des nouveaux serviteurs 4
Retour sur l'assemblée générale 5
Message d'un alcoolique incarcéré 5
Gratitude et … 6
Nouvelle adjointe administrative 7
Mot de Michel C. 8
Mot de André L. 9
Le coin des annonces 10
Séminaires et congrès 11
Abonnement au Nordet 12

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

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 de 5 copies, ajoutez 5 $ par exemplaire additionnel.
Information supplémentaire, page 10

Responsable : Gisèle V.
Révision, mise en page et infographie :
Diane P. et Johanne M.
Membres du comité :
Gisèle V. et Diane P.

LE NORDET

Politique rédactionnelle (en bref)

Le Nordet est un bulletin des membres AA de la Région 89 (Nord-Est du Québec). Publié tous les deux 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.

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

MOT DE LA RÉDACTION

Bonjour chers membres,

Je termine mon mandat de responsable de notre bulletin régional Le Nordet et je vous représenterai comme déléguée du Panel 73 pour 2023-2024.

Vous dire comment je suis fière d'avoir accompli cette tâche dans l'amour de tout ce que j'ai pu obtenir de chacun des membres qui ont accepté de collaborer à en faire des éditions intéressantes à lire. Merci à tous de votre confiance! Je suis rempli de gratitude.

Je profite de cette tribune pour remercier chaleureusement tous les membres de l'exécutif qui termineront leur mandat à la fin décembre. Aussi, je félicite tous ceux et celles qui ont levé la main pour des mandats dans tous les paliers de notre structure du mouvement. Bravo! Et bons mandats dans l'unité!

Dans cette édition vous pourrez y lire les bienfaits du service avec les partages du président Michel C., de Diane P. qui fait un retour sur son dernier mandat, de Johanne M., nouvelle adjointe administrative du bureau régional, qui débutera en janvier prochain, ainsi que André L. qui nous partage son rétablissement grâce à ses implications dans les services.

Notre collaborateur l'Éternel rebelle médite sur la façon de transmettre notre expérience à un nouveau ou à quelqu'un qui vit un épisode difficile.

Le comité du Nordet vous souhaite pour la nouvelle année de profiter un jour à la fois... des bienfaits du service pour un bon rétablissement dans l'amour du service!

Gisèle V.
Responsable du bulletin régional « Le Nordet »

Serviteurs régionaux et Comités

Serviteurs régionaux

Délégué – Délégué adjoint
Président – Vice-président
Trésorier – Secrétaire

Comités

Information publique – Séminaires
Web – Correctionnel et centre de traitement
Publications – Archives – Le Nordet

DONNER L'HEURE… OU FAIRE DES SUGGESTIONS

Chaque membre hésite à donner des conseils. Nous parlons souvent de suggestions. Personne, surtout pas les alcooliques, n'aime se faire dire quoi faire et comment le faire. Comment peut-on alors transmettre notre expérience à un nouveau ou à quelqu'un qui vit un épisode difficile ?

Lorsqu'on parle « d'alcoolique qui souffre encore », on ne parle pas seulement d'ivrognes incapables de demeurer sobres; on parle aussi des membres AA qui n'arrivent pas à surmonter des épreuves difficiles.



À de très rares endroits, dans le Gros Livre, l'auteur parle en disant : « Vous devriez essayer… » ou « Vous devez… »; il utilise plutôt « : … Nous avons… » et il laisse le lecteur tirer ses propres conclusions. « Ce que tu fais parle plus fort que ce que tu dis ! » « À notre avis, celui qui prétend qu'il suffit de cesser de boire n'a pas assez réfléchi à la question. » (Le Gros Livre, chap. 6.) « L'expérience démontre que rien n'immunise mieux contre l'alcool que de travailler intensivement auprès d'autres alcooliques. Cette méthode fonctionne là où d'autres sont inefficaces. » (Le Gros Livre, chap. 7.)

La plupart du temps, un membre ayant cumulé quelque vingt-quatre heures voudra beaucoup plus « EXPLIQUER » que prêcher. Il voudra PARTAGER son expérience, car de se livrer ainsi lui assurera, à lui aussi, un autre jour de sobriété. Donner l'exemple est beaucoup plus profitable que de tenter d'enseigner.

« Dites-lui …que vous avez ressenti la même chose, mais que vous doutez aujourd'hui que vous auriez fait autant de progrès si vous n'aviez consenti à passer à l'action. » (Le Gros Livre, chap. 7.)

« Vous réussirez mieux auprès des alcooliques en évitant de vous présenter comme un croisé ou un réformateur passionné. Ne parlez jamais à un alcoolique du haut de votre grandeur morale ou spirituelle : contentez-vous de lui présenter les outils spirituels pour qu'il les examine. Démontrez-lui comment ils vous ont servi. Offrez-lui l'amitié… Dites-lui que, s'il désire se rétablir, vous ferez n'importe quoi pour l'aider. Mais agissez toujours avec discernement. » (Le Gros Livre, chap. 7.)

L'Éternel Rebelle



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

C'est dans cet esprit d'échange et de parrainage, que se tiendra les 9, 10 et 11 décembre 2022, la fin de semaine d'accueil des nouveaux serviteurs, tenue conjointement avec la dernière assemblée régionale du présent mandat. À cette occasion, les serviteurs actuels oeuvrant au sein du comité régional (exécutif régional, responsables des comités régionaux, RDR des 19 districts et leurs adjoints) accueilleront les responsables nouvellement élus qui débuteront leur mandat en janvier 2023.

Cette manifestation est une occasion unique pour tous de fraterniser dans un esprit de partage. Par le biais d'ateliers divers, ce sera l'occasion d'en apprendre un peu plus sur la structure de notre mouvement, les tâches et responsabilités des divers postes et fonctions de service, ainsi que la possibilité de se familiariser aux divers outils de service qui nous sont offerts pour mieux accomplir notre tâche.

Espérant avoir le plaisir de vous y rencontrer et de partager avec vous. Nous vous y attendons avec impatience.

Diane P.
Vice-présidente sortante
(en remplacement du délégué adjoint)

Date : Les 9, 10 et 11 décembre 2022

Endroit : Campus Notre-Dame de Foy (Québec)

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



RETOUR SUR L'ASSEMBLÉE GÉNÉRALE À BAIE-COMEAU – UN NOUVEL EXÉCUTIF

Le 15 novembre dernier, à Baie-Comeau, se tenait l'assemblée générale de la Région 89 au cours de laquelle se sont réunis 118 membres. À cette assemblée, les membres ont élu les personnes suivantes pour siéger à l'exécutif régional pour un mandat de deux ans.

- Déléguée : Gisèle V.
- Délégué adjoint : Léopold H.
- Présidente : Diane P.
- Vice-présidente : Jocelyne C.
- Trésorier : Rodrigue L.
- Secrétaire : Laurier L.

Les membres présents devaient aussi élire une personne pour être candidate au poste d'administrateur universel pour représenter l'ensemble du Canada au Conseil des services généraux. Il y a deux administrateurs universels qui siègent au Conseil — un pour les États-Unis et un pour le Canada. Avec son expérience de service et sa connaissance des principes des AA, c'est Robert L. qui a été proposé.

Avant la séance de nomination, durant la semaine de la Conférence, les délégués régionaux de chaque territoire (nous faisons partie de celui de l'Est du Canada) réduisent la liste des candidatures reçues à quatorze candidats canadiens, à condition que chaque région présente un candidat. Le choix de l'administrateur universel canadien est fait durant la Conférence des Services généraux qui se tiendra à New York, du 23 au 29 avril 2023.

MESSAGE D'UN ALCOOLIQUE INCARCÉRÉ

Il est 21 h 15 et je viens de revenir d'une réunion des AA. Je suis assis sur mon lit dans une cellule à Baie-Comeau. Je suis au minimum.



Merci aux AA d'être venus au centre de détention. Ma gratitude s'exprime aux deux membres des AA, un homme et une femme, qui sont venus même au temps de la Covid et du temps qu'il fait, il neige beaucoup.

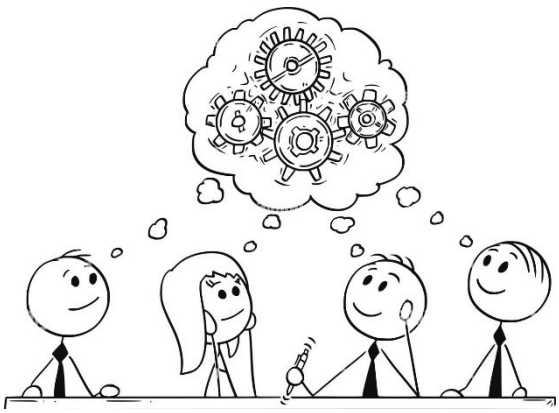
Je suis bien aujourd'hui et je voulais vous écrire ces quelques mots pour vous remercier du temps que vous nous avez consacré.

Détenu anonyme

Me voilà au terme d'un mandat de deux ans comme vice-présidente et il me semble que c'était hier que je le commençais, toute fébrile d'un retour à la Région (car j'avais été déléguée adjointe et déléguée quelques années auparavant) d'une nouvelle expérience avec des gens de cœur. Comme VP, mon mandat consistait surtout à être la coordonnatrice des comités régionaux.

Mais, quelle tâche facile quand on travaille avec des gens aussi inspirés et inspirants. J'ai eu le privilège de côtoyer des responsables engagés, soucieux de faire une différence dans notre dynamique régionale et surtout, d'être là pour faire connaître notre mouvement à l'extérieur (IP – CMP - Bernard), aider à l'intérieur des murs (correctionnel - Jacques), garder notre mémoire (archives), faire découvrir les nouveautés écrites et parlées (Publications - Jacques), publier notre bulletin régional (Le Nordet – Gisèle), informer et outiller les serviteurs (Séminaires – Alain) et finalement nous garder bien présents dans les nouvelles technologies et faire de notre site Web un endroit convivial (Web – Marie-Frédérique et ses joyeux complices, Carl et Pierre).

Merci, mes amis, d'avoir facilité ma tâche par votre engagement profond pour l'alcoolique qui souffre encore, qu'il soit nouveau ou ancien. Merci aussi à mes acolytes de l'exécutif qui ont contribué à rendre ce parcours instructif et formateur et m'avoir permis de grandir un peu plus.



Pour les deux prochaines années, j'aurai le privilège de vous servir à titre de présidente. On offre nos services, on y croit et lorsqu'on est choisi, on se dit : « mais qu'est-ce que je vais faire là ? Je n'aurais pas été mieux de me contenter d'aller m'asseoir tranquille dans une salle ? » Mais, après quelques moments d'anxiété, probablement injustifiée, la gratitude reprend le dessus et on se dit qu'on va faire un kilomètre de plus pour aider et s'aider.

Le prochain exécutif est aussi composé de gens stimulants avec qui il fera bon de travailler. Je connais Gisèle et Léopold depuis des années. Nous avons déjà servi ensemble. Avec Laurier, ce sera la continuité, puisqu'il était là durant ce mandat qui s'achève. Je connais Jocelyne et Rodrigue depuis moins longtemps, mais ils sont tellement engagés, eux aussi, stimulés et stimulants, alors notre prochain mandat ne pourra être que palpitant et fort agréable.

Je vais fermer les yeux un instant pour savourer ce qui s'en vient. Le temps passe trop vite en bonne compagnie. Et, vous savez quoi ? Quand je les ouvrirai, il sera déjà le temps de céder ma place, mais ça, c'est une histoire à suivre.

Diane P.
Vice-présidente

NOUVELLE ADJOINTE ADMINISTRATIVE À LA RÉGION 89

Je m'appelle Johanne M. et je suis alcoolique. C'est avec plaisir que j'ai accepté le poste d'adjointe administrative pour la région 89. Comme je prendrai ma retraite à la fin décembre, quoi de mieux que de m'investir dans de nouveaux défis tout en continuant de servir cette belle fraternité que sont les AA.

Mon expérience dans les services

Dès ma première année dans les AA, on m'a proposé le poste d'adjointe au responsable des services généraux (ARSG) que j'ai accepté pour en apprendre plus sur le mouvement. Après ce mandat, j'ai bien évidemment accepté de poursuivre comme RSG. Cette expérience m'a appris à mieux comprendre tous les rouages de ce mouvement. J'ai d'ailleurs été surprise d'apprendre que la structure des AA se présentait comme un triangle inversé. Quand tu montes dans les services, tu descends dans la structure! Rappelons-nous que l'ultime autorité revient aux groupes. C'est le fondement même de la structure de service.

Ensuite, en 2016, je me suis impliquée dans le Comité du congrès de Québec avec un premier mandat de responsable du programme et de la promotion, ensuite, un nouveau mandat de responsable des conférenciers et, enfin, mon dernier mandat était secrétaire du comité. Il était temps pour moi cette année de laisser ma place.

Aussi, lors d'une assemblée générale du Bureau central des services de Québec (BCSQ), on m'a demandé d'agir à titre de secrétaire du BCSQ. J'ai occupé ce poste durant trois ans. D'ailleurs, pendant ce mandat, il m'est arrivé fréquemment de communiquer avec Johanne, l'adjointe administrative d'alors à la Région. Jamais je n'aurais cru occuper son poste aujourd'hui!

Toutes ces années de service m'auront surtout appris à exercer ma patience, ma compréhension et à « placer les principes au-dessus des personnalités ».

Que fait au juste une adjointe administrative à la Région?



Elle est d'abord le lien entre la Région et le Bureau des services généraux (BSG) à New York. Ensuite, elle effectue la tâche de registraire qui a la responsabilité de tenir à jour le fichier des coordonnées de tous les représentants à la Région (RSG, ARSG, RDR, ARDR, membres des comités de services, membres du comité exécutif, délégué et anciens délégués). Elle travaille également avec le Service des dossiers du BSG pour mettre à jour les renseignements régionaux dans leur base de données. Enfin, avec ses tâches administratives, elle traite les appels téléphoniques, le courrier, les courriels, fait le suivi des différentes contributions financières reçues des membres, des groupes et des districts et prépare les documents pour les différentes réunions de la Région.

Je tiens à remercier chaleureusement Francine L. qui m'a montré l'essentiel de la tâche. Je me sens maintenant prête et disponible à donner mon temps au service des AA. J'assurerai la permanence au bureau, sur la rue Saint-Amand à Québec, tous les mardis et mercredis et un vendredi par mois.

Au plaisir de vous rencontrer!

Johanne M.



MOT DE MICHEL C.

Bonjour, mon nom est Michel C. et je suis alcoolique. J'aimerais partager avec vous quelques-unes de mes expériences et réflexions sur les services dans les AA. En premier lieu, je peux affirmer en toute franchise que c'est dans les services que j'ai trouvé les meilleurs apprentissages pour mon rétablissement personnel.



Vous y trouverez non seulement de la camaraderie et de l'entraide, mais aussi des personnes qui deviendront vos amis et d'autres qui vont s'opposer systématiquement à vos idées. Vous devrez apprendre à composer avec des opinions différentes des vôtres, cela fera de vous une meilleure personne, pourvu que vous acceptiez que les relations humaines soient parfois une source de gratification ou parfois une source de frustration. Dans tous les cas, je crois qu'il faut apprendre à séparer les enjeux des personnalités. Tel que mentionné dans les traditions, il faut placer les principes au-dessus des personnalités.

En second lieu, les services sont une composante fondamentale du mouvement des Alcooliques anonymes. Sans les services, il ne peut y avoir ni de mouvement ni de rétablissement. Le mouvement fonctionne grâce aux services. De plus, les services m'ont permis de partager des expériences avec les autres membres, ce qui a pour effet d'avancer encore mieux dans mon cheminement avec les AA. Prenons par exemple, rédiger un article dans le Nordet. C'est une activité qui me force réfléchir et à analyser mon rétablissement afin de partager avec vous directement comme si nous étions en train de nous parler dans une salle de réunion. À la différence que je m'adresse à tous les lecteurs du Nordet plutôt qu'a une personne à la fois.

Si vous prenez une responsabilité dans un comité, c'est certain que vous approfondirez vos connaissances dans la mission de ce comité. Il y aura plusieurs opportunités de prendre des tâches qui s'offriront à vous. Vous devrez fournir des efforts pour y arriver. Vous aurez ensuite un sentiment d'avoir accompli quelque chose pour aider les autres et pour vous-même.

Les services m'ont également permis d'explorer en profondeur la littérature des AA. C'est enrichissant et facilitant pour le relèvement personnel. Vous trouverez dans la littérature des recettes gagnantes pour garantir votre rétablissement. Le comité des publications de votre groupe d'attache, de votre district ou de la région est l'endroit idéal pour y arriver.



Je ne voudrais surtout pas oublier de vous dire que si vous prenez une tâche de responsable dans les services, vous aurez le droit de parole et parfois aussi le droit de vote également. Lors des réunions de service, vous aurez l'occasion de participer aux décisions de votre groupe. Ainsi, votre sentiment d'appartenance grandira sûrement et vous vous sentirez comme chez vous dans les réunions des AA.

Pour conclure, j'aimerais reprendre les propos de Bill W. qui résument parfaitement le fonds de ma pensée : « Tous les services des AA prouvent chaque jour que des activités soi-disant matérielles peuvent produire de magnifiques résultats spirituels » tiré de « Le Langage du cœur », article du Grapevine par Bill W. (p. 137).

Michel C.
Président sortant

MOT DE ANDRÉ L.

Bonjour à tous les serviteurs. Mon prénom est André et je suis alcoolique. J'ai eu la demande d'écrire un article sur mes expériences de services. Je ne pouvais pas refuser parce que j'ai reçu beaucoup, via mon implication dans les services. J'ai commencé de bonne heure à servir. Dès les premiers mois dans AA, j'ai fait le café, l'animation, l'accueil, etc. À



chaque fois où j'ai débuté une tâche, le premier sentiment qui m'habitait était la peur. La peur de ne pas être à la hauteur, la peur de faire des erreurs, la peur qu'on me voie tel que je suis ou du moins tel que je croyais être, un faible, un incompétent. D'ailleurs quand j'ai pris la tâche de trésorier du groupe, lorsque je comptais l'argent il en manquait toujours. Je recomptais et recomptais et ça n'arrivait pas. Alors j'appelais un membre de mon groupe que j'avais choisi comme parrain de services et il me posait toujours la même question: est-ce c'est toi qui l'a pris. Je répondais « non ». « Donc ne t'inquiète pas quelqu'un en avait besoin plus que nous ».

J'ai compris avec le temps que j'avais des capacités à servir que je ne connaissais pas. J'ai pris de l'assurance et j'ai continué mon aventure dans les services. J'ai d'abord pris des tâches dans mon district: information publique, comité des séminaires et participé à d'autres comités (12e étape, 24 heures, publications, etc.). Plus tard, j'ai été approché pour être responsable du comité des séminaires à la Région. J'ai dit oui, mais avec beaucoup d'appréhension et pourtant, c'est encore aujourd'hui un de mes plus beaux souvenirs parce que j'ai connu des membres de partout dans la région, dont certains sont demeurés des amis.

Par la suite, j'ai pris la responsabilité du comité des communautés éloignées. Là aussi, j'ai eu du plaisir! J'ai trouvé des textes sur le site du BSG en plusieurs langues autochtones que j'ai fait parvenir aux différents responsables autochtones. Plus tard, j'ai été élu délégué adjoint. C'était une grosse tâche, mais je l'ai mené à bien parce que j'ai su m'entourer de personnes plus qualifiées que moi (c'est ce qu'on appelle du leadership). À la fin de mon mandat, je me suis présenté au poste de délégué, je n'ai pas été élu. Sur le coup, je fus déçu, mais je crois en la démocratie, je suis donc retourné à mon district. J'ai été élu responsable adjoint du district. Une autre belle expérience.

Je ne me suis pas présenté comme responsable du district. J'ai préféré travailler dans l'ombre. J'ai pris



en charge le comité des archives pour le district et ce, pendant une période de quatre ans, parce qu'il n'y avait aucune archive structurée. Il n'y avait que des boîtes, un vrai fouillis.

Après ce mandat, est arrivée la période d'isolement dû à la COVID et à la fermeture des salles. Aussitôt que les salles ont pu ouvrir leurs portes, je me suis impliqué dans un groupe (ouverture de salle, café et animation).

Pourquoi je m'implique encore ? Parce que je connais les bienfaits de l'implication dans les services. Entre autres choses, la mort de l'égo, même si parfois il trouve le chemin pour revenir, mais toujours avec un pouvoir de plus en plus diminué. Dans les services j'ai rencontré des gens généreux et souvent plus compétents que moi.

Merci de m'avoir permis de vous servir

André
Alcoolique

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 : Sur le coupon-réponse ci-joint, ou sur une feuille de papier, inscrivez tous les renseignements en caractères d'imprimerie et postez-le (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 : _____
Jour / Mois / Année

Nom de l'événement : _____

_____

Thème (s'il y a lieu) : _____

_____

Lieu et adresse de l'événement : _____

_____

Contact (nom et numéro de téléphone) : _____

_____



Vous aimeriez vous joindre à l'équipe du bulletin « Le Nordet » comme reporter ?
Communiquez avec nous à nordet@aa89.org



Affiche publicitaire Meeting Guide



Pour accéder à l'édition électronique, consultez le site Web au nordet@aa89.org et sélectionnez *Espace membres* et *Le Nordet* dans le menu principal.

SÉMINAIRES

Plus d'information sur le contenu des séminaires https://aa89.org/wordpress/seminaires/

Aucun séminaire n'est prévu
en décembre 2022 et janvier 2023

CONGRÈS

Les 24 et 25 mars 2023
Congrès de Québec
Collège Notre-Dame-de-Foy
5000, rue Clément Lockquell
Saint-Augustin-de-Desmaures (Qc) G3A 1B3
Responsable : Richard B. au 418 456-3188

Le 13 mai 2023
Congrès AA du Cap-de-la-Madeleine
« S'accueillir ensemble »
Au 1001, rang Saint-Malo
Trois-Rivières (Qc) G8V 1X4
Responsable : Vanessa au 819 979-5819

Les 24 et 25 décembre 2022 et
le 31 décembre 2022 et le 1er janvier 2023
Activités des Fêtes
Église Saint-Joseph-de-la-pointe-Lévis
291, rue Saint-Joseph
Lévis (Qc) G6V 1G3
Pour information : 1 866 376-6279 ou aa89.org (voir District 05-Lévis)

ABONNEMENT AU NORDET POUR UN AN – INDIVIDUEL OU DE GROUPE



1 copie : 12 $ 2 copies : 18 $ 5 copies : 28 $

3 copies : 22 $ 4 copies : 25 $ Pour plus de 5 copies, ajoutez 5 $ par exemplaire additionnel.

Envoyez ce coupon-réponse et votre chèque à l'ordre de « *Région Nord-Est du Québec* »

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

Nombre d'exemplaires : _____

Montant joint : _____

Nom (au complet) : _____

Adresse : _____

_____

Téléphone : _____

Chère Sœur, Cher Frère,

La période des fêtes est une occasion d'inventaire et de promesses. Les principes des AA font-ils partie de ma vie ? En intégrant dans nos vies ces éléments : les Étapes, les Traditions et les Concepts », la sobriété, l'amour viendront et le service les fera grandir.

Lorsqu'arrive le temps des Fêtes, nos pensées se tournent avec gratitude vers ceux et celles qui nous ont permis de toujours aller de l'avant. Soyons, pour l'année qui vient, les étoiles scintillantes et éclairées pour aider l'alcoolique qui souffre encore.

Les membres de l'exécutif de votre Région espèrent avoir été pour vous des serviteurs de confiance et le demeurer au cours de l'année qui arrive à grands pas.

Nous vous souhaitons, à vous et aux membres de votre famille, nos meilleurs vœux pour la nouvelle année. Merci pour tous les moments déjà partagés mais surtout ceux à venir !

À bientôt pour de belles retrouvailles en 2023.

Les membres du comité exécutif et des comités

Michel C.

Diane P. Laurier L. Denis M.

Anne S.

Jacques R. Bernard P. Gisèle V.

Alain G. Jacques L. Marie-Frédérique M.