

Il n'est jamais trop tard pour commencer à vivre abstinente

Les résultats du sondage triennal de 1996 auprès des membres montrent qu'environ neuf pour cent des membres ont entre 61 et 70 ans et que trois pour cent d'entre eux ont plus de 70 ans. La plupart d'entre nous connaissons des pionniers qui sont confortablement abstinents dans le Mouvement depuis des années. Cependant, ceux qui ont confronté leur alcoolisme plus tard dans la vie sont moins visibles, mais ils n'en sont pas moins heureux chez les AA depuis ce temps.

Voici l'histoire de deux alcooliques âgés qui ont accepté de l'aide, le rétablissement et le relèvement de leur vie :

De Dearborn Heights, Michigan, la déléguée Christine H. nous raconte l'histoire de sa grand-mère bien aimée : « Dans les années 80, il n'était pas rare d'arriver chez elle et de la trouver évanouie sur le divan. Elle avait toujours une bonne provision de scotch et elle sentait toujours l'alcool. Veuve depuis 1960, elle a eu 76 ans en 1989, buvait beaucoup chaque jour et s'évanouissait le soir. Ses tapis et ses meubles portaient des brûlures de cigarettes. Chaque jour, il lui était de plus en plus difficile de vivre seule.

« En fin du compte, après d'innombrables discussions et désaccords, notre famille a surmonté ses hésitations et a décidé de demander l'aide d'un professionnel d'un centre de traitement. Avec force détails, nous avons confronté grand-mère au sujet de son alcoolisme, mais nous lui avons dit en même temps que nous l'aimions et que nous voulions qu'elle vive longtemps. Elle a trouvé des excuses, elle a déprécié nos observations, et elle a résisté. Soudain, lasse, elle a baissé quelque peu sa garde et a accepté d'aller à l'hôpital pour se faire désintoxiquer. Avant qu'elle ne change d'avis, nous l'avons amenée rapidement au centre de traitement.

« Le premier mois a été très difficile, nous dit Christine. Je ne peux imaginer combien d'années grand-mère avait passé sans boire à chaque jour. Maintenant, elle était alitée, incohérente et très en colère. J'ai craint qu'elle ne meure, et si elle vivait, qu'elle ne nous pardonne jamais. Il semblait qu'il eut mieux valu la laisser à elle-même et je me suis demandé si, par hasard, elle n'était pas trop âgée pour cesser de boire et si nous n'avions pas fait une grosse erreur.

« Elle a alors commencé à prendre du mieux. Son attitude a changé radicalement. Sa colère a disparu et elle était même reconnaissante de son abstinence. Après son traitement, elle a assisté à des réunions des AA, a rencontré beaucoup de gens

sympathiques dont l'abstinence créait des liens communs, et sa vie a complètement changé.

« Aujourd'hui, grand-mère a 85 ans et elle est abstinente depuis 9 ans. Elle s'amuse avec ses amis et passe de bons moments avec sa famille. Elle est retournée au collège pour suivre des cours d'écriture. Elle y a obtenu la note A pour tous ses travaux. Elle rit beaucoup et est très heureuse. Lorsque je la regarde, je frémis à l'idée que nous avons failli l'abandonner à son sort, nous disant que de toute façon sa vie était terminée. Je remercie Dieu pour le temps additionnel que ma famille a pu passer avec grand-mère grâce à son abstinence. Je suis particulièrement reconnaissante aux AA qui ne nous ont pas lâchés au cours des difficiles premiers mois de sa désintoxication. J'allais aux réunions, prête à la laisser tomber, et ils me donnaient la force de poursuivre une journée de plus. »

Évoquant de chers souvenirs, l'administrateur de classe B (alcoolique) Carl B., de Rock Springs, Wyoming, nous parle de son père qui avait alors près de 70 ans, qu'il a eu « le privilège de parrainer vers l'abstinence » alors qu'il n'était lui-même abstinente que depuis 3 ans. « Mon père, Dan B., était un vieux cow-boy, propriétaire d'un ranch prospère à Big Piney, Wyoming. Pendant plusieurs années, il a été membre du conseil d'une banque locale. Il picolait aussi à l'occasion. Incapable d'admettre une faiblesse, il croyait qu'avec de la volonté et de la détermination, on pouvait tout faire par soi-même. »

Mais en 1950, ce fut la guerre de Corée. Malcolm, le frère de Carl, a été une des premières victimes. Pendant deux ans, son nom est apparu sur la liste des portés disparus au combat avant confirmation de sa mort et le retour de son corps au pays. « Cet événement a profondément marqué notre famille, dit Carl. Ma consommation d'alcool a beaucoup augmenté et je crois que c'est à partir de ce moment que mon père a commencé à boire à chaque jour. »

En janvier 1968, Carl a découvert les AA alors qu'il vivait à Coffeyville, Kansas. Cet automne-là, Dan est venu en visite et son fils l'a invité à « assister à une réunion pour rencontrer des gens qui m'ont aidé. » « Après, raconte Carl, le seul commentaire de mon père a été : 'Ces AA, ce sont vraiment des gens bien -- ils pourraient probablement même aider un gars qui n'a pas de problème d'alcool.' » Dan est retourné chez lui à Big Piney avec l'idée de tenter une expérience : essayer de contrôler sa consommation d'alcool. « Il a tenté de rationner son alcool, dit Carl, mais à l'époque, il n'y avait pas de réunions dans la région, et sa

Le **Box 4-5-9** est publié bimestriellement par le Bureau des Services généraux des Alcooliques anonymes, 475, Riverside Drive, New York, N.Y. 10115 ©Alcoholics Anonymous World Services, Inc., 1998

Adresse postale : P.O. Box 459, Grand Central Station,
New York, NY 10163

Abonnement : Individuel, 3,50 \$ US pour un an; de groupe, 6 \$ US par année pour chaque jeu de 10 exemplaires. N'oubliez pas d'inclure votre chèque ou mandat-poste payable à : A.A.W.S., Inc.

dose quotidienne du Gros Livre ne donnait pas le même effet que quelques rasades de whiskys et quelques bières. Ainsi, l'expérience a échoué et papa s'est maltraité pour une autre année. »

À sa visite suivante, Dan a demandé d'assister à une réunion fermée. Mais Carl lui a expliqué que puisqu'il ne se considérait pas comme un alcoolique, il devrait se limiter aux réunions ouvertes car les réunions fermées étaient réservées aux alcooliques. Pourtant, quelques soirs plus tard, le père et le fils se sont trouvés par inadvertance à une réunion fermée, et Dan a pu entendre un homme qui aurait pu être son jumeau raconter l'histoire de sa consommation et de ses 10 ans de rétablissement chez les AA. « Le message a porté, se souvient Carl. Dan a admis simplement qu'il était alcoolique. De retour chez lui, Dan a remplacé son traditionnel verre de whisky sur sa table de nuit par le Gros Livre et le Grapevine auquel je l'avais abonné. Il a commencé à m'appeler souvent puis, il m'a demandé de le parrainer — 'non pas parce que tu es une bonne personne, mais parce que je suis un mauvais alcoolique.' »

Peu de temps après, Carl a passé ses vacances à Big Piney pour aider Dan à lancer un groupe. « La première réunion a été superbe, souligne Carl. Nous avons un conférencier Al-Anon et un conférencier AA et nous avons accueilli environ 30 personnes. » Mais la semaine suivante, dans une salle de la bibliothèque publique, ce fut autre chose. Carl raconte : « Comme j'étais de retour au Kansas, je n'ai pu apporter mon aide. Dan a préparé un pot de café et s'est mis à lire le Gros Livre en attendant que quelqu'un se présente. Personne n'est venu, ni ce soir-là, ni les suivants. Pourtant, Dan n'a jamais abandonné. Tous les samedis, comme une horloge, il faisait le café et lisait le Gros Livre. Une heure plus tard, il jetait le café, éteignait les lumières et s'en allait, son Gros Livre sous le bras. Ce scénario s'est répété pendant plus d'un an, jusqu'à ce que Ray S. déménage dans la région, entende parler de la réunion de Big Piney et s'y présente. Peu après, un troisième alcoolique se présenta, plus un autre, et un autre encore... »

En novembre 1990, Dan a marqué son 20^e anniversaire chez les AA à une réunion du groupe *Big Piney Drys* qu'il avait fondé. Il y avait dix-sept membres présents, en plus de Dan qui a remis un médaillon de 20 ans à son père. « Il savait déjà qu'il était atteint d'un cancer en phase terminale, dit Carl. Mais, ce jour-là, il était bien et aussi vif que d'habitude. Je lui ai dit : 'Merci papa, non seulement parce que tu es mon père, mais parce que tu es mon meilleur ami.' Il m'a répondu : 'Fils, ne t'attriste

pas de ma mort. À toutes fins utiles, j'étais mort lorsque je suis arrivé chez les AA. Les 20 dernières années ont été un boni que je n'ai pas mérité. Maintenant, disparaïs.' »

Le 9 janvier 1991, trois mois avant son 90^e anniversaire, Dan est décédé dans son lit d'où il avait une vue magnifique sur les montagnes entourant le ranch. Carl ajoute : « Papa croyait, comme (un des fondateurs des AA) Bill W. l'a si souvent dit, que 'la foi est notre don le plus précieux et notre première responsabilité est de la partager avec les autres.' (*Réflexions de Bill*, p. 13). Pendant les dernières années de sa vie, il avait essayé de faire sienne cette croyance et il a remarquablement réussi. »

Le mois de la gratitude est le moment de dire : 'AA, je suis là pour toi!'

Depuis longtemps, octobre a été désigné comme le mois de la gratitude aux États-Unis et au Canada. Les lettres reçues au Bureau des Services généraux nous disent que des milliers de membres des AA apprécient la chance de « donner ce que j'ai reçu », comme nous le souligne la résidente du Vermont Joann C. Chacun le fait à sa manière, pendant le mois de la gratitude et durant toute l'année.

Abordant ce thème, le délégué Steve T., de El Reno, Oklahoma, voit dans l'expression de la gratitude un moyen vital de renforcer sa ligne de sauvetage AA : « Pour demeurer abstinents, nous devons nous impliquer dans notre propre abstinence, dit-il. Les Alcooliques anonymes sont un programme d'action. Je ne crois pas que de simplement m'asseoir dans une réunion me rendra abstinent, pas plus que le fait de m'asseoir dans un poulailler fera de moi une poule. C'est l'action de mettre en pratique et de vivre les Étapes et les Traditions qui assure l'abstinence. »

Par la même occasion, il a découvert « qu'il ne suffit pas de m'impliquer dans ma propre abstinence ». Dans un récent numéro du bulletin de la région de l'Oklahoma, Steve écrivait : « Il est encore plus important de s'impliquer dans l'abstinence des autres : travail de Douzième Étape, parrainage, assistance aux réunions – autant pour les autres que pour moi – et le service. Ces choses ont donné un sens à ma vie chez les AA. De plus, transmettre le message signifie donner de l'argent, une chose dont nous n'aimons pas parler parce que nous avons peut-être de la difficulté à relier l'argent à la spiritualité. »

Depuis qu'il est membre des AA, Steve rapporte qu'il « a entendu des centaines de ces discussions malgré le fait que Bill W. (un des fondateurs de AA) ait dit si souvent qu'il y a 'un endroit où la spiritualité et l'argent se rejoignent, c'est dans la collecte' (*Réflexions de Bill*, p. 324). Trop souvent semble-t-il, nous nous concentrons sur l'argent et non sur les effets de nos résultats sur le service.

« À quoi servent nos contributions ? Elles permettent de payer les services aux groupes des AA et la préservation des

artefacts de l'histoire des AA pour nous éviter de refaire les erreurs du passé. Elles paient pour l'engagement dans l'abstinence de ceux et celles qui sont dans les centres de détention, les centres de traitement et les hôpitaux. Elles aident à transmettre le message à nos amis dans les secteurs de la médecine, de la psychiatrie, de la religion et la société – des amis dont les AA ont eu besoin pour survivre. Elles paient pour les traductions du Gros Livre et autres publications des AA pour permettre aux habitants des autres pays d'avoir la chance de devenir abstinentes. Elles paient pour les moyens de communications afin de permettre aux Isolés de communiquer avec d'autres alcooliques. En résumé, elles permettent de donner aux alcooliques qui souffrent encore la chance de devenir abstinentes. Je crois que cela en vaut la peine et que vous partagez mon avis. »

Il observe qu'il faut chercher loin « pour trouver une organisation non religieuse qui ressemble aux AA, qui refuse souvent de l'argent de donateurs bien intentionnés, dans l'esprit de la Septième Tradition : 'Les AA subviennent à leurs besoins par leurs propres contributions'. Ce qui signifie que la participation active de chaque membre des AA est vitale pour le Mouvement. »

Pour montrer leur appréciation et donner leur appui aux AA, plusieurs membres marquent leur anniversaire AA en envoyant un cadeau à leur intergroupe local ou au Bureau des Services généraux pour les services mondiaux – habituellement, un dollar par année d'abstinence. Un groupe canadien observe ce plan anniversaire en recueillant les contributions volontaires des membres pendant toute l'année, ou jusqu'à ce que le montant soit égal aux années d'abstinences collectives du groupe. À l'anniversaire du groupe, le montant est envoyé au Bureau des Services généraux comme cadeau d'anniversaire.

On peut facilement exprimer sa gratitude par l'action, individuellement ou par son groupe. Certains groupes organisent des réunions de discussion sur ce sujet, envoient de l'argent à l'entité des AA de leur choix ou donnent le AA Grapevine à une personne retenue à la maison ou dans un centre de traitement ou de détention. D'autres groupes peuvent transmettre le message en préparant des enveloppes du nouveau, des enveloppes contenant une liste de réunions, un carnet d'adresses et un crayon, un exemplaire de *Vivre... sans alcool* et quelques brochures des AA. Des membres individuels des AA peuvent inviter un parrain ou un filleul à manger, ou lancer une réunion sur les Étapes ou les Traditions là où le besoin se manifeste. Ou encore, il peuvent se faire un point d'honneur d'accueillir les nouveaux ou les visiteurs qui se présentent aux réunions de leur groupe d'attache.

Dans une lettre de 1959, Bill W. a suggéré que « La gratitude devrait nous pousser à avancer plutôt qu'à regarder en arrière. En d'autres mots, si tu portes le message à d'autres alcooliques, ce sera pour toi la meilleure façon de remettre aux AA l'aide que tu as reçue. » (Ibid, p. 29).

Au nom de l'Unité, ne déformons pas notre « opinion minoritaire »

Salon Tanya E, de Maui, la déléguée de Hawaii : « Je ne connais rien de plus futile que de dire à des membres des AA – particulièrement à ceux qui font du service – qu'ils ne peuvent pas dire ce qu'ils pensent. Heureusement, dans sa recherche constante de l'unanimité dans la prise de décisions, le Mouvement a inclus dans le Cinquième Concept l'assurance que la plus petite des voix serait entendue. Le Cinquième Concept se lit : ' Dans toute notre structure de service mondial, un 'Droit d'appel' traditionnel devrait prévaloir, nous assurant ainsi que l'opinion minoritaire sera entendue et que les pétitions pour remédier à des griefs personnels seront soigneusement prises en considération. ' (Les Douze Concepts des services mondiaux, p. 31)

Prenant la parole au Forum territorial du Pacifique, à Sacramento, en Californie, Tanya a observé : « Me retrouvant souvent dans la minorité, j'ai été à même de constater personnellement que le fait de permettre à toutes les opinions de se faire entendre est absolument vital pour l'unité des AA. Nous avons besoin de l'unité si nous voulons continuer à survivre comme mouvement et transmettre notre message qui sauve des vies. Il ne me viendrait pas à l'esprit de limiter le droit de toute personne d'exprimer son opinion chez les AA, cependant, j'espère que nous pouvons réfléchir au rôle de l'opinion minoritaire et aux principes qui sous-tendent ce concept. Nous pourrions nous demander si nous ne nous sommes pas trop concentrés sur le 'droit' de la minorité d'être entendue au point d'oublier que ce



Extrait des « Douze Concepts des Services mondiaux illustrés »

droit est destiné à assurer l'unité des AA tel que l'entendait un de nos fondateurs, Bill W., au moment où il écrivait les Traditions et créait la structure de la Conférence. »

Selon Tanya, « il y a problème lorsqu'une minorité, ayant eu toute la latitude de faire valoir son opinion, ne réussit pas à modifier celle de la majorité, refuse de se ranger avec la conscience de groupe et poursuit son lobby pour faire adopter sa cause. À mon avis, ce jeu de politique incessant en faveur d'une cause viole l'esprit de la Deuxième Tradition. Celle-ci nous suggère d'en arriver à une décision sur des questions importantes après une discussion approfondie et l'atteinte d'une unanimité substantielle. La voix de la minorité est partie intégrante de ce processus. Dans un article publié dans l'édition de janvier 1948 du Grapevine, Bill se disait convaincu que « ...pour ce qui est des affaires du groupe, la conscience collective se révélera avec le temps parfaitement fiable. Elle sera, en fin de compte, un guide plus infaillible pour les affaires du groupe que la décision d'un seul membre, peu importe sa compétence ou sa sagesse. » (*Le langage du cœur*, p. 84).

Elle poursuit : « En tant que membre de la minorité, une des choses les plus importantes que j'aie apprises était que lorsque, incapable d'influencer le groupe, je devais écarter mon ego et mes plans et respecter ce processus spirituel, d'accord ou pas avec les résultats. Cette humilité, ce sacrifice, si vous voulez, était essentiel à mon propre bien-être spirituel. J'ai appris que notre bien-être commun devait venir en premier lieu. L'unité est plus importante que mon opinion personnelle. »

Tanya insiste : « Chez les AA, on a intentionnellement voulu que le processus de prise de décision soit lent et réfléchi. Cela donne parfois lieu à de longues discussions pour permettre à tous les points de vue de s'exprimer. Par contre, que crois que le processus fonctionne comme Bill l'avait voulu : il favorise la confiance, protège les opinions minoritaires et nous donne le temps de nous informer et d'en arriver à un consensus. Il est indispensable que nous fassions confiance au processus de la conscience de groupe car il a fait ses preuves, s'est avéré être presque infaillible, comme Bill l'avait prédit en 1948, et a assuré l'unité de notre Mouvement depuis 63 ans. La minorité n'a rien à perdre en faisant confiance aux conséquences... et les AA en ont tout à gagner.

Aider le nouveau à se sentir spécial et non différent

Pendant la pause à une de nos réunions, notre secrétaire a dit : « Si vous revenez, ne vous souciez pas de donner. Nous avons plus besoin de vous que de votre argent. »

Un membre de la côte Est nous écrit : « J'ai dû entendre cette phrase dans des centaines de réunions et je ne l'ai jamais aimée. Mais cette fois, j'ai soudainement compris pourquoi : elle dit au nouveau qu'il est spécial et unique et qu'il n'a pas à participer à la Septième Tradition des AA. J'ai pensé : 'Mon Dieu, ces nouveaux se sentent déjà comme des extraterrestres et voilà que

nous leur disons de rester ainsi – Soyez différents, vous ne faites pas partie de notre groupe. Quelle façon triste de les exclure de ce qui devrait leur donner un sentiment d'appartenance !' »

Il insiste sur le fait que la Septième Tradition « ne parle pas seulement de subvenir à nos besoins, mais aussi de participation : 'Nous avons admis...', 'Nous avons confié notre vie...', 'Nous subvenons à nos propres besoins...' Il est certain que plusieurs d'entre nous sont arrivés chez les AA complètement fauchés (étrangement, je trouvais toujours assez d'argent pour mon alcool). À cette époque, je donnais cinq ou dix cents, gardant mes dollars pour mes cigarettes. Au moins, je participais. Personne ne m'a dit de ne pas le faire et, de plus, on attendait ça de moi. Je sentais que je faisais vraiment partie du groupe quand je mettais ces pièces dans la collecte comme si j'avais été un richard donnant mille dollars. J'étais propriétaire de ce qui me servait à étayer mon abstinence.

« Mes actions faisaient de moi un membre des AA. J'étais chez moi. J'étais membre des AA parce que je disais l'être. Pour la première fois, l'égoïste, l'égoцентриque que j'étais, voulait donner, non seulement aux autres nouveaux mais aussi aux AA tout entier, à mon groupe, à ma région, au Bureau des Services généraux, à l'intergroupe. Redonner avec mon cœur et ma bouche (qui m'avait si souvent causé des difficultés) et mon portefeuille. Comme le disait Bill W., un des fondateurs des AA, le fait est que : 'Il y a un endroit où l'argent et la spiritualité se rejoignent... dans la collecte.' Dans le Mouvement, l'argent est spirituel ; ma pièce de dix cents jetée dans la collecte me revenait sous forme d'amis, de ma famille et de l'occasion de servir. Tous autour de moi faisaient de même et je savais que j'étais à ma place. J'en ai des frissons de gratitude seulement à y penser. Ainsi donc, dire aux nouveaux : 'Nous avons plus besoin de vous que de votre argent' est une absurdité. Nous avons besoin des deux. Nous avons besoin des nouveaux et de leur argent pour leur faire savoir qu'ils sont à leur place et que le mouvement des AA tout entier peut subvenir à ses besoins.

« Que penser des fois où, alcooliques radins, déjà abstinents depuis un bon moment, nous laissons passer le panier de la collecte sans y contribuer ? Il est possible que fouiller dans nos poches pour en sortir des sous nous demande trop d'effort. Plusieurs d'entre nous évitons le panier de la collecte, puis allons au gymnase à la mode ou, avec nos amis nous commandons des cappuccinos ou cafés au lait à 3 \$ pièce. Je sais que je dépensais entre 40 et 100 \$ à chaque soir lorsque je buvais. Abstinents, je suis devenu très économe, aux dépens des AA.

"Mes amis, je sais que je ne suis pas le seul à penser ainsi. Que pensez-vous de ce texte d'ouverture pour nos réunions : 'Les AA ne demandent aucune contribution, mais nous avons des dépenses. Si vous êtes nouveau ou renouveau, nous apprécions votre participation. Votre contribution aidera ce groupe à subvenir à ses besoins et à maintenir ouvertes les portes des AA pour tous ceux qui souffrent d'alcoolisme.' »

Questions les plus fréquentes, Congrès international de 2000

Dans un peu moins de deux ans, le Congrès international marquera le 65^e anniversaire des AA, du 29 juin au 2 juillet 2000, à Minneapolis, Minnesota. Sous le thème *Transmettons-le au 21^e siècle*, les membres des AA du monde entier se rendront à Minneapolis pour fêter l'abstinence, partager leur expérience, leur force et leur espoir dans des réunions, des tables rondes et des ateliers au Centre des Congrès, au Hubert Humphrey Metrodome et à d'autres endroits de cette belle ville. Comme toujours, les membres du Mouvement se préparent à cet événement merveilleux et le Bureau des Services généraux reçoit déjà des questions. Voici donc les réponses aux questions les plus fréquemment demandées au sujet du Congrès.

Inscription

Q. Quand pourrons-nous nous procurer les formulaires d'inscription ?

R. Les formulaires d'inscription et d'hébergement seront postés au Mouvement à l'automne de 1999.

Q. Pourra-t-on s'inscrire sur place ?

R. Il y aura un centre d'inscription au Minneapolis Convention Center. Les heures d'ouverture n'ont pas encore été déterminées mais il est probable que le centre d'inscription sera accessible dès le mercredi 28 juin 2000.

Q. Combien en coûtera-t-il pour s'inscrire ?

R. Les frais d'inscription seront fixés en 1999.

Q. Faut-il tous s'inscrire ? Je croyais que les événements des AA étaient gratuits.

R. Oui. Chacun doit s'inscrire. La participation à cette fête spéciale est libre et, en tant que membres responsables des AA, nous « payons notre part ».

Q. Les personnes et les groupes peuvent-ils se faire inscrire par leur agent de voyage ?

R. Nous n'accepterons pas les paiements d'agences de voyage au nom de groupes. Les individus doivent s'inscrire eux-mêmes.

Logement

Q. Les membres peuvent-ils appeler les hôtels directement ?

R. Non. Pour être aussi équitable que possible, toutes les demandes d'hébergement seront traitées par le bureau officiel d'hébergement. Les réservations d'hôtel seront traitées sur la base de premier arrivé, premier servi. Les formulaires d'hébergement seront expédiés avec les formulaires d'inscription. Nous vous demandons de collaborer au système mis en place.

Q. Quels sont les hôtels où se dérouleront les principaux événements ?

R. Les événements auront lieu au Minneapolis Convention Center, au Hubert Humphrey Metrodome et aux hôtels Hilton et

Hyatt.

Q. Les agences de voyages peuvent-elles faire des réservations de chambres ?

R. Les chambres ne peuvent être réservées qu'au nom de personnes. Les agences de voyages ne recevront pas de commission sur les chambres disponibles par l'entremise du Bureau d'hébergement. Une fois que les hôtels auront été attribués par le Bureau d'hébergement, les confirmations seront envoyées par les hôtels.

Q. Pouvons-nous demander à être logés au même hôtel que nos amis ?

R. Oui, à la condition que vos demandes, vos dépôts et vos choix d'hôtels nous parviennent dans la même enveloppe. Nous ferons tout en notre possible pour vous loger ensemble.

Q. Si nous formons un groupe de 50 personnes en provenance de la même région, pourrions-nous loger au même hôtel ?

R. Nous faisons un effort pour répondre aux demandes d'hébergement des groupes. Il y a une procédure spéciale pour ces demandes afin d'être équitable tout en tentant de répondre à votre demande. Nous vous en reparlerons plus abondamment plus tard.

Transport

Q. Y aura-t-il du transport organisé ?

R. AA fournira le transport aller-retour des hôtels et motels désignés par AA, sans frais pour les participants. Il sera aussi possible d'utiliser les transports en commun (il y a peut-être un coût minime pour ce service). Des navettes gratuites relieront tous les lieux où se tiendront des événements.

Q. Y aura-t-il des tarifs spéciaux pour le transport aérien ?

R. Comme lors des autres Congrès internationaux, il y aura des tarifs spéciaux pour le transport aérien. Cette information sera envoyée à l'automne de 1999 en même temps que les renseignements sur l'inscription.

Q. Où puis-je me procurer plus d'information ?

R. Au cours de 1999 et 2000, des informations additionnelles seront publiées dans le Box 4-5-9 et sur le site Web des AA (www.alcoholics-anonymous.org). Toute l'information pertinente sera incluse dans la pochette qui sera disponible à compter de septembre 1999. Cette pochette contiendra aussi des numéros de téléphone pour obtenir des réponses à des questions précises sur l'hébergement, le programme, les visites organisées, etc. Le site Web des AA sera mis à jour à mesure que les informations deviendront disponibles.

Nous espérons vous voir à Minneapolis, Minnesota, à l'occasion du 65^e anniversaire des AA !



La « bonne vieille méthode » des Douzièmes Étapes

Alors que de plus en plus de centres de traitement ferment leurs portes, de plus en plus de membres des AA cherchent à retourner à la bonne vieille méthode des Douzièmes Étapes.

Le comité des publications de la Conférence de 1998 a envisagé préparer une brochure sur le travail de Douzième Étape à partir d'un document préparé et utilisé dans la région 25 (Kansas). Bien que les membres de la Conférence aient reconnu que cet effort convenait au travail local, ils ont voulu insister sur l'importance d'utiliser la section *Notre méthode* du Gros Livre, en plus de demander des conseils par le parrainage, l'expérience des membres plus anciens et les ateliers.

L'intergroupe du *Elmira (New York) Answering Services Committee* a organisé un atelier sur ce thème le printemps dernier. Ce second atelier de la région sur le travail de Douzième Étape a été préparé en s'inspirant du document de service du BSG *Suggested Workshop Format*. De cet atelier, on a tiré des suggestions de lignes de conduite. Leur utilité a incité le comité à les partager avec le BSG dans le format qui suit, dans l'espoir qu'elles servent aux autres :

1. *Retournez les appels le plus tôt possible.* Rappelez immédiatement pour écouter, partager et fixer l'heure et le lieu d'un rendez-vous, évitez les bars. Si on vous appelle d'un bar, n'y allez que pour aller chercher la personne et, de préférence, amenez-la à une réunion.

2. *Travaillez en équipe, de préférence avec une autre personne du même sexe.* Le travail de Douzième Étape peut être difficile. Mieux vaut être épaulé par une autre personne. De plus, deux têtes valent mieux qu'une. Soyez ponctuel et soignez votre tenue.

3. *Faites votre travail de Douzième lorsque le candidat est abstinent ou presque.* Les visites aux alcooliques ivres ne réussissent presque jamais à cause des pertes de mémoire. Attendez la fin de sa cuite ou profitez d'un moment de lucidité alors que le candidat est encore nerveux.

4. *Lors des visites à domicile, isolez, si possible, le candidat de sa famille (suggérez à la famille de communiquer avec Al-Anon).* De trop nombreuses interventions de tiers pour vous parler du méchant peuvent nuire à votre travail. Demandez à des membres plus expérimentés comment ils échangent avec la famille ou le conjoint qui se trouve à la maison. Ils pourront aussi vous dire à quel moment il vaut mieux se retirer et quand il convient de rester sur place.

5. *Au besoin, suggérez la désintoxication ou le traitement.* Dans de tels cas, prenez des dispositions nécessaires auprès de la famille ou du conjoint, en accord avec le candidat si possible. Si la situation tourne à la violence, quittez les lieux après avoir fait les appels téléphoniques qui s'imposent lorsque cela semble indiqué.

6. *Racontez votre histoire.* Ne faites pas la morale ni de sermon, ne qualifiez pas le candidat « d'alcoolique ». Cette

décision lui appartient, comme celle de détruire l'alcool qui lui reste. Décrivez vos propres symptômes, vos habitudes de consommation et autres expériences personnelles avec l'alcool.

7. *Partagez votre connaissance de la maladie de l'alcoolisme.* Dites à la personne que la maladie est évolutive et qu'elle peut mener à la folie ou à une mort prématurée. Décrivez l'état du corps, du cerveau et de l'esprit causés par l'alcool.

8. *Racontez en détail ce qui vous est arrivé.* Le candidat voudra sans doute savoir depuis combien de temps vous êtes membre des AA et comment vous êtes devenu et demeurez abstinent.

9. *Racontez votre expérience chez les AA.* Racontez comment les AA vous ont aidé et comment vous êtes redevenu sain d'esprit tout en demeurant abstinent. Dites comment vous en êtes venu à croire à une Puissance supérieure à vous-même. Employez un vocabulaire simple et évitez d'éveiller les préjugés en évitant les termes de théologie et les idées controversées.

10. *Parlez de comment vous êtes maintenant — de votre rétablissement et de votre spiritualité.* Tracez les grandes lignes du programme d'action des AA et insistez sur le fait qu'il ne s'agit pas de la fin tragique de quelque chose (préférentiellement de la consommation d'alcool) mais plutôt le début d'un vie pleine de défis et qui en vaut la peine, fondée sur des principes spirituels.

11. *Laissez-lui une liste de réunions, des brochures des AA et votre numéro de téléphone.* Faites un suivi, soit une visite ou un appel téléphonique. Offrez-lui de revenir pour répondre à ses autres questions et, si possible, pour l'amener à une réunion. Parlez des réunions des Al-anon des environs avec la famille et le conjoint.

12. *Comprenez bien que le succès veut dire que VOUS êtes toujours abstinent.* L'expérience démontre que rien n'immunise mieux contre l'alcool que de travailler intensivement auprès d'autres alcooliques.

L'exercice du droit à l'erreur peut amener l'harmonie

Ces jours-ci, aux réunions du groupe *Sobriety in the Park*, de Ventura, Californie, l'unité du groupe est aussi palpable que le soleil qui rechauffe les corps des membres et l'étalage extérieur de publications. « Grâce à un incident survenu l'été dernier, raconte le secrétaire Mike H., j'ai compris que l'unité du groupe n'est pas un point d'arrivée. C'est un voyage perpétuel. Et les rouspéteurs comme moi ont toute la latitude voulue pour changer d'avis sur un sujet donné lorsque la conscience de groupe nous indique une meilleure voie. »

Le déclencheur, dans le cas qui nous intéresse, a été la motion de Mike pour réserver des fonds pour un *beach party*. Il raconte : « Il me semblait alors que c'était une bonne idée.

Les deux dernières fêtes avaient été organisées par un groupe local, le *Horizon*, et les gens en raffolaient – l'an dernier, près de 200 membres des AA et leurs amis y ont participé. J'étais donc très enthousiaste. » Cependant, à la grande surprise de Mike, tout le monde ne partageait pas son avis.

« Certains avaient de sérieuses réserves, dit-il. Plus spécifiquement, il disaient avoir contribué des sous au groupe pour des activités reliées aux AA : la Douzième Étape, les publications, le loyer (au club Alano, où notre groupe se réunit par mauvais temps), les boissons et, ce qui restait, était réparti selon le barème 60-30-10 : 60 pour cent au bureau central de Camarillo, 30 pour cent au Bureau des Services généraux et 10 pour cent à notre comité régional. »

Mike ajoute : « Le consensus était que de prendre une partie des fonds pour financer une activité sociale constituerait un manque de foi. Cela m'est apparu plein de bon sens et j'ai rapidement changé mon fusil d'épaule et j'ai voté contre ma propre proposition, heureux de donner préséance à l'unité du groupe. »

« En fin du compte, dit-il, nous avons voté en faveur d'une collecte spéciale pour financer cette fête pour que tous ceux et celles qui le désiraient puissent y contribuer. La première fois, nous avons recueilli 20 \$ et depuis ce temps, nous avons amassé autant que ce que nous prenions à même les fonds du groupe. Ces dons sont une plus grande manifestation de l'unité du groupe que tout ce que j'aurais pu imaginer. Cet incident a aussi illustré un principe qui devrait inspirer nos serviteurs de confiance – si le but est de faire preuve de leadership, il faut éviter de devenir une entrave. Aujourd'hui, j'aime penser que je mets cette idée en pratique. »

IP

Les nouveaux MIP proposent de l'aide à une vaste gamme de personnes

Le comité de l'information publique du conseil a produit quatre nouveaux messages d'intérêt public (MIP) pour la télé et ils sont maintenant disponibles au Bureau des Services généraux. Approuvés par la Conférence des Services généraux de 1998, les MIP insistent sur le membership des jeunes et des minorités, en plus de donner de l'information d'ordre général, selon la recommandation de la Conférence de 1997. Sous-titrés pour les malentendants, les vidéos existent aussi en espagnol. Une version française est en préparation.

Les messages de 20 et 30 secondes sont présentés en format Betacam, ou U-matic ¾ de pouce pour la télévision. Le premier (*Homme*, article TV-14) montre un homme dans un bar qui dit (dans la version courte de 20 secondes) : « Bon-sang que j'avais des problèmes. Je buvais donc pour me sentir mieux. Vous savez

quel était le vrai problème ? L'alcool. Lorsque j'ai assisté à ma première réunion des AA, je ne savais pas trop ce qui se passait. Mais aujourd'hui, un jour à la fois, j'aime être abstinent. » Puis, le narrateur intervient (son message est le même dans chacun des nouveaux MIP) : « Si votre consommation d'alcool vous inquiète, appelez-nous. Les Alcooliques anonymes, nous sommes passés par là. »

Le second MIP (*Femme*, TV-17) montre une femme regardant une photo de jeunesse de son enfant. Elle dit : « Vous savez, j'ai bu pendant de nombreuses années. Je suis devenue abstinente, ma fille avait dix-huit ans. Les AA ne m'attiraient pas avant ma première réunion. Je suis très reconnaissante aux AA. » Le troisième message (*Jeunes*, TV 20), montre une jeune fille à une fête qui dit : « Salut les amis ! » Une autre fille dit avec mépris : « Qui veut d'elle ? Elle est toujours soûle. » Puis, un jeune homme s'exclame : « Attention ! Tu as un problème ! ». Sur quoi, la première fille se demande silencieusement : « Qu'est-ce qui ne va pas chez moi ? »

Le scénario du message de 30 secondes *Information* (TV-20, aussi), se déroule ainsi : Homme âgé : « Ils m'ont dit que l'alcoolisme était une maladie. » Jeune femme : « Ça peut arriver à tout le monde. » Femme adulte : « L'alcoolisme m'a coûté mon emploi. » Homme âgé : « Moi, j'ai perdu ma famille. » Jeune femme : « J'ai failli mourir à cause de l'alcool. » Femme adulte : « Rien n'a pu m'aider avant que j'assiste à ma première réunion des AA. »

Le comité de l'IP du conseil suggère d'échelonner le lancement des nouveaux messages, en offrant un nouveau message aux stations à tous les six mois. On pense que plus les contacts des comités locaux d'IP avec les stations de télévision seront fréquents, meilleures seront les chances d'augmenter la fréquence de diffusion des messages, ce qui augmentera la présence des AA auprès de l'alcoolique qui souffre encore. Comme l'a fait remarquer un des fondateurs des AA, Bill W., « De bonnes relations publiques constituent des bouées de sauvetage que le mouvement tend à l'alcoolique qui ne nous connaît pas encore. » (*Le langage du cœur*, p. 97).

Les scénarios des nouveaux MIP sont disponibles sur demande. Si vous avez des questions ou si vous voulez commander des scénarios ou des MIP en format télévision (Coût : 10 \$ pièce, avec escompte de 20 % pour les groupes), téléphonez au responsable de l'Information publique du BSG au (212)870-3119.

Où commence et où se termine la transmission du message

« À chacun son métier ! » nous enjoint la Cinquième Tradition, dont le principe est la raison d'être même des AA : « Chaque groupe n'a qu'un objectif primordial, transmettre son message à l'alcoolique qui souffre encore. » Plusieurs membres des AA ont cependant découvert que la pratique n'aboutit pas toujours à la perfection.

Selon Bill W., président du comité d'information publique du

Nord du New Jersey : « À l'occasion, on nous demande de parler des dangers de l'alcool devant une classe de l'élémentaire, ou un groupe de jeunes scouts, pour, on peut l'imaginer, inciter les jeunes à réfléchir avant d'essayer l'alcool. Les AA ont-ils leur place dans ce scénario ?

Dans un article publié dans l'édition d'été de *This Day* (Aujourd'hui), le bulletin des services généraux/intergroupe, de la région 44 (New Jersey), Bill écrivait : « Mon plus cher souhait se réaliserait si personne n'avait à vivre l'enfer que j'ai subi pendant ma période active. Cependant, je dois me souvenir que nous ne sommes pas une société de tempérance, et que nous ne prêchons pas l'abstinence. Dans le passé, les sociétés de tempérance et les loi anti-alcool ont échoué.

Il souligne : « Nous connaissons tous plein de gens qui peuvent boire sans problème. Nous, membres des AA, ne le pouvons pas. Nous sommes pleinement qualifiés pour transmettre le message du rétablissement de l'alcoolisme. Mais notre expérience ne fait pas de nous des autorités sur les dangers de l'alcool en général. L'alcool n'est pas un problème pour la majorité des gens. »

« De plus, ajoute-t-il, il y a la question de donner une opinion sur des questions étrangères et l'avertissement que nous donne la Dixième Tradition qui dit : ' le nom des AA ne devrait jamais être mêlé à des controverses '. Lorsque nous prenons la parole devant des groupes extérieurs aux AA, nous sommes AA, même si on nous incite à dire que nous parlons en notre nom personnel. Les AA n'ont aucune opinion sur la fabrication, la distribution, la vente ou la consommation d'alcool. Nous n'avons pas d'opinion sur l'âge légal de consommation ou sur la définition du 'pourcentage d'alcool dans le sang' aux fins d'application des lois. Cela peut sembler dur, mais nous ne nous soucions pas de ces choses. Plusieurs d'entre nous avons des opinions bien arrêtées sur le sujet. Mais en tant que membres des AA, nous n'avons pas d'opinions sur les questions étrangères aux AA, comme celles-là. »

Il ajoute : « Où, exactement, transmettons-nous le message ? Nous le transmettons à tout individu ou groupe qui veut entendre ce que sont les AA et ce qu'ils font. Nous ne sommes pas des experts en alcoolisme. Nous transmettons le message aux personnes qui ont perdu le contrôle sur leur consommation d'alcool et aux groupes qui veulent entendre notre message de rétablissement de l'alcoolisme. Notre message n'est pas de dire à tous : ' Ne buvez pas ! ' Par contre, si vous avez un problème d'alcool, notre message est bien : ' Ne buvez pas et assistez aux réunions ! ' »

Tim P., président du comité de l'IP/CMP (collaboration avec les milieux professionnels) du comté de Sonoma, dans la région de la Californie Côte Nord, donne l'avertissement suivant à ceux qui prennent la parole devant des groupes extérieurs aux AA. Dans l'édition de juillet du bulletin de l'Intergroupe du comté de Sonoma, il écrit ... « il est facile de se laisser entraîner [en dehors du sujet], de nous éloigner de l'unique raison de notre présence à cet endroit : notre alcoolisme et notre rétablissement chez les AA.

Par exemple, dit-il, prenez la question de la drogue. Ça peut

être tout un défi que de répondre honnêtement, d'une manière qui rende justice à la confiance mise en nous par le Mouvement et en même temps de bien fermer la question et de retourner à notre sujet principal, les Alcooliques anonymes. »

CMP

Il faut une main secourable pour collaborer avec nos amis

Les AA se sont servis de présentoirs pour transmettre le message depuis le milieu des années cinquante. Ainsi que le confirme le Manuel de la CMP, la plupart des comités CMP des régions ou des districts ont su qu'ils pouvaient animer un kiosque dans une réunion de professionnels, tant à l'échelle locale, de l'état ou du territoire, par des contacts avec des professionnels, des bureaux de congrès, des bureaux et chambres de commerce, et des associations de professionnels.

Récemment, le BSG a reçu une lettre de John V., président du Comité CMP de la région Wyoming. Ce dernier écrit : « La collaboration avec les milieux professionnels nous donne une merveilleuse occasion de faire notre part pour donner des informations au public et contribuer à changer cette attitude négative et ancienne envers l'ivrogne.

« Songez, par exemple, aux millions d'alcooliques qui n'ont pas atteint leur bas-fond dans les prisons et les quartiers mal famés, ajoute John. Les AA seraient utiles à ces personnes si elles pouvaient fréquenter nos réunions assez longtemps. Mais, auront-elles cette lueur d'espoir de ne pas devoir mourir ainsi ? Nous pouvons aider à la transmission du message aux services de police, aux avocats, aux écoles, de l'élémentaire au collégial, aux membres du clergé, aux soins de la santé et à de nombreux autres professionnels qui sont sur la ligne de feu quant vient le moment d'aider des alcooliques malades et de les amener vers le rétablissement par la méthode des AA.

« En septembre, poursuit John, nous avons eu une occasion en or de 'faire bon usage de l'argent' après avoir reçu l'invitation d'avoir un présentoir à la réunion du Western Corrections Association de Cheyenne. Nous y sommes allés avec une attitude de collaboration sans affiliation, et dans un solide esprit de franche amitié avec nos amis. Grâce au travail d'équipe de nos comités des centres de détention, d'information publique et de CMP, le présentoir a mis en lumière un éventail de publications et de vidéos qui convenait à ces professionnels. »

D'autre part, les présentoirs aux réunions de professionnels à l'échelle nationale et internationale tombent sous la supervision du service de la CMP du BSG. Les invitations reçues au service de la CMP sont étudiées par le Comité de la CMP du conseil, responsable d'approuver la participation du Mouvement à des réunions spécifiques d'envergure nationale. En accord avec le comité local de CMP, tout en informant le

délégué régional, les membres des AA animent ces présentoirs. Tous les coûts et les arrangements préalables sont payés par le BSG, y compris les frais d'expédition du présentoir mobile de la CMP au président ou au membre de comité responsable.

« Si l'un d'entre vous, dit John en terminant, au Wyoming (ou ailleurs) a l'occasion d'aider à la transmission du message à un professionnel et si vous avez besoin d'aide pour démarrer, soyez très à l'aide de communiquer avec nous. » De plus, le BSG sera heureux de savoir ce qui se passe dans votre district à propos de la CMP, afin que nous puissions faire profiter les autres de votre expérience. »

CENTRES DE TRAITEMENT

Objectifs suggérés pour les Comités CT

Le Comité des centres de traitement de la Conférence des Services généraux de 1998 a discuté de la création d'une liste de suggestions d'objectifs pour distribution à tous les délégués et présidents de comités CT.

Cette liste se voudrait un « point de départ » seulement pour les comités. Elle servirait d'expérience en ce sens que si une conscience de groupe de comité choisit un seul projet et le suit jusqu'à ce qu'il soit terminé, il en ressort un vif sentiment d'unité, d'amour et de service, lequel est partagé par tous les membres du comité.

Pour en connaître davantage, consultez le Manuel des centres de traitement, parlez à des membres d'expérience dans la région, et n'oubliez pas que notre responsabilité première va aux Traditions des Alcooliques anonymes.

1. Étudier le Manuel des Centres de traitement.
2. Fournir le *Handbook* des Centres de traitement à tous les membres du comité.
3. Envoyer une liste des réunions tenues dans des centres de traitement à tous les RDR et bureaux locaux d'Intergroupes/ Bureaux centraux.
4. Inviter les agents de liaison des comités Centres de Détention, Collaboration avec les milieux professionnels et Information publique aux réunions du comité des Centres de traitement.
5. Faire des présentations à trois Centres de traitement et offrir des rencontres de suivi aux quatre mois pour tenir compte des mutations du personnel.
6. Monter des présentoirs de publications sur les Centres de traitement aux réunions de district, de région, aux séminaires, congrès et autres.
7. Créer une version locale d'une présentation sur les Centres de traitement à partir du Manuel des Centres de traitement et de l'expérience locale, par ex. pour les hôpitaux psychiatriques, les cliniques, les centres non-correctionnels pour les jeunes, les refuges et les maisons de transition.
8. Créer un programme de contacts temporaires (Favoriser le rapprochement).
9. Communiquer avec trois cliniques pour leur offrir des présentations ou des réunions des AA.
10. Communiquer avec trois hôpitaux psychiatriques pour

leur offrir des présentations ou des réunions des AA.

11. Surmonter l'apathie dans le Mouvement ; recruter un adjoint au président et des gens intéressés à réaliser ce qui précède.

12. Transmettre par écrit au Bureau des Services généraux toute suggestion qui pourrait s'ajouter à cette liste.

CENTRES DE DÉTENTION

La transmission du message dans les centres de détentions juvéniles

Les AA qui font un travail de service dans les centres de détention juvéniles sont confrontés à mille et un défis. Selon un sondage de 1996 auprès des présidents régionaux de comités de centres de traitement, les bénévoles AA ont besoin d'aide pour transmettre le message des AA à un nombre sans cesse croissant de jeunes en prison. En réponse, la Conférence des Services généraux de cette année a recommandé qu'une nouvelle section sur les centres de détention juvéniles et les centres pour courtes sentences soit ajoutée au Manuel des centres de détention.

L'amélioration de la transmission du message des AA dans les centres de détention juvéniles est une question qui préoccupe un nombre de plus en plus grand de membres engagés dans le travail en CD. Tout en mentionnant des différences à plusieurs niveaux, les membres des AA bénévoles soulèvent plusieurs questions — pourtant, les réponses échappent même aux parrains AA de l'extérieur les plus expérimentés. Par exemple, les AA veulent savoir :

Les jeunes qui ont à peine effleuré l'expérience de l'alcool pourront-ils s'identifier aux témoignages des adultes aguerris ? De nombreux jeunes nient avoir un problème d'alcool.

Quel comportement adopter face à un jeune en colère et plein de ressentiment qui a reçu l'ordre d'assister à des réunions des AA ?

Comment d'autres ont-ils pu établir un contact avec des jeunes, vu le roulement fréquent dans plusieurs centres de détention juvéniles ?

Plusieurs de ces questions demeurent sans réponse. Quelqu'un peut-il en trouver ? Nous le croyons. Le comité des centres de détention du conseil aimerait que les membres des AA qui ont des réponses aux questions énumérées ci-dessus ou à toute autre question nous les communiquent. Veuillez nous parler de vos succès et comment vous les avez obtenus, afin que nous puissions partager votre force, votre espoir et votre expérience avec d'autres.

Coïncidence, le comité des centres de traitement de la Conférence de 1998 a demandé que les expériences des comités CT des É.-U. et du Canada concernant la transmission du message dans les centres pour jeunes à l'extérieur des prisons soient consignées dans un rapport à être analysé par le Comité des centres de traitement de la Conférence de 1999. Il est à souhaiter que votre expérience et votre partage encourageront les membres des AA à tendre la main aux alcooliques de tous âges, y inclus les jeunes.

Douze recettes pour vous assurer des Fêtes sobres et joyeuses

Les réceptions des Fêtes sans alcool peuvent encore sembler redoutables aux nouveaux membres. Mais beaucoup d'entre nous ont connu les plus belles Fêtes de leur vie sans consommer d'alcool, chose que nous n'aurions jamais imaginée, souhaitée ou crue possible au temps où nous buvions. Voici quelques recettes qui vous permettront d'être joyeux sans qu'il vous soit nécessaire de consommer d'alcool.



1 Projetez plus d'activités AA pendant la saison des Fêtes.

Amenez des nouveaux aux réunions. Offrez-vous à répondre au téléphone dans un club ou dans un bureau central, transmettez le message, aidez dans la cuisine ou visitez l'aile réservée aux alcooliques d'un hôpital.



2 Recevez des amis AA, particulièrement des nouveaux. Si vous n'avez pas l'espace voulu pour accueillir un groupe, n'invitez qu'une personne à dîner et recevez les autres au moment de prendre le café.



3 Gardez à portée de la main votre liste téléphonique de membres des AA. Si l'angoisse ou l'obsession de boire vous assaille, cessez toute activité jusqu'à ce que vous ayez téléphoné à un membre.



4 Renseignez-vous sur les réceptions, réunions ou autres rassemblements pro-

jetés pour le temps des Fêtes par les groupes de votre région et allez-y. Si vous êtes timide, amenez un plus nouveau que vous.



5 N'assistez à aucune réception des Fêtes qui vous perturbe. Vous souvenez-vous de votre habileté à trouver des excuses lorsque vous buviez ? Il est maintenant temps de mettre ce talent à profit. Aucune réception de bureau ne vaut votre bien-être.



6 Si vous devez aller dans une réception où on sert de l'alcool et qu'il est impossible d'être accompagné d'un membre des AA, ayez des bonbons à votre portée.



7 Ne vous croyez pas obligé de prolonger votre soirée. Prenez à l'avance un « engagement important » que vous devrez respecter.



8 Allez à l'église, n'importe laquelle.



9 Ne restez pas inactif, à broyer du noir. Faites de la lecture, visitez des musées, prenez des marches, écrivez à vos amis.



10 Ne commencez pas maintenant à vous préoccuper de ces tentations des Fêtes. Souvenez-vous : « une journée à la fois ».



11 Profitez de la véritable beauté des Fêtes qui se traduit par l'amour et la joie. Peut-être vous est-il difficile d'offrir des cadeaux tangibles, mais cette année, vous pouvez offrir de l'amour.



12 « Après avoir connu... » Point n'est besoin ici de répéter la Douzième Étape puisque vous la connaissez déjà.

CALENDRIER DES ÉVÉNEMENTS AA FRANCOPHONES AU CANADA ET À L'ÉTRANGER

Rassemblements AA

Octobre-novembre 1998

Calendrier des événements

Les événements mentionnés dans cette page constituent uniquement un service aux lecteurs et non une affiliation. Pour de plus amples informations, communiquer directement avec les organisateurs de chaque événement.

OCTOBRE

2-3 – Moncton (Québec) - Journées de partage et services. 450, 8e avenue, Moncton (Québec). Thème : Servir, c'est vivre. Inf. : Resp. 956B Moncton (Québec) G1S 2Y5. Tel. : (418) 688.3390

9-11 – Fleurimont (Québec) 28e Congrès AA de Sherbrooke. Centre Julien-Ducharme (aréna), 1671 chemin Duplessis, Fleurimont (Québec). Thème : Vie, Espoir, Liberté. Participation Al-Anon et Alateen.

OCTOBRE

9-11 – Montréal (Québec) - 39e Congrès régional AA de Montréal. - Palais des Congrès de Montréal, 201, ave, Viger, Montréal. Thème: C'est en donnant qu'on reçoit. Participation Al-Anon et Alateen.

VOUS PROJETEZ UN ÉVÉNEMENT POUR DÉCEMBRE, JANVIER, FÉVRIER ?

Veillez nous faire parvenir vos informations (dactylographiées) sur des événements de deux jours ou plus au plus tard le **20 novembre** afin qu'elles soient publiées dans le numéro de décembre-janvier du *Box 4-5-9* du Calendrier des événements et faites-les parvenir au BSG.

Date de l'événement : _____

Lieu (ville, état ou prov.) : _____

Nom de l'événement : _____

Pour information, écrire (adresse postale exacte) : _____

COUPON D'ABONNEMENT AU BOX 4-5-9

publié tous les deux mois

Veillez remplir ce coupon et l'envoyer avec votre chèque ou mandat-poste, payable en fonds américains, à l'adresse suivante :

A.A.W.S., Inc.
P.O. Box 459, Grand Central Station,
New York, NY 10163

Abonnement individuel3,50 \$

U.S.*

Abonnement de groupe (10 exemplaires).....6 \$ U.S.*

Nom.....

Adresse.....

Ville.....

Province.....Code postal.....