

# LE BiG

Bulletin des  
Intergroupes  
N° 313 Avril 2011

LE BiG  
N°313 Avril 2011



EN AVRIL, UN P'TIT COUP DE FIL

## **Sommaire**

Page 2	: Sommaire & Calendriers	Page 12	: Les groupes et la littérature
Page 3	: Editorial	Page 15	: Témoignages de serviteurs: RSG
Page 4	: Nouvelles des groupes	Page 19	: Anniversaire des groupes
Page 5	: Informations générales	Page 20	: Anniversaires
Page 6	: Permanence	Page 22	: Sujets de réflexion
Page 8	: Intergroupe Paris - Banlieue	Page 23	: Bordereaux de versement
Page 10	: Trésorerie au 28 février	Page 24	: Vos infos & Vos Anniversaires
Page 11	: Fête des groupes		

## **Calendrier des réunions de service**

### **Avril**

Samedi 2	Préparation de Chevilly	9h00 Villejuif
Lundi 4	Réunion R.I.	20h00 8, rue de la Durance
Mercredi 6	Atelier Big	14h00 3, rue Frédéric Sauton
Jeudi 7	Atelier Permanence	19h30 3, rue Frédéric Sauton
Dimanche 10	Comité régional IdF	9h00 Villejuif
Dimanche 30	Préparation de Chevilly	9h00 Villejuif

### **Mai**

Mardi 3	Réunion R.I.	20h00 8, rue de la Durance
Mercredi 4	Atelier Big	14h00 3, rue Frédéric Sauton

**NB:** *Toutes les réunions de service sont ouvertes à tous les amis intéressés*

## **Calendrier des manifestations**

<b>2/3 Avril</b>	20 <sup>e</sup> Convention régionale Nord Pas de Calais et Picardie UFCV, 234, rue Saint-Hubert, 59830 Bouvines
<b>2/3 Avril</b>	20 <sup>e</sup> Convention régionale Auvergne Centre de vacances Léo Lagrange, La Gare, 43100 Saint-Beauzire
<b>29/30 Avril et 1<sup>er</sup> Mai</b>	24 <sup>e</sup> Convention régionale Bretagne L'abbaye, 22750 Saint-Jacut de la Mer
<b>7/8 Mai</b>	24 <sup>e</sup> Convention régionale Rhône-Alpes Les Balcons du Lac, 1487 route de Cessenaz, 74320 Sevrier

Retrouvez **Le B.I.G. actualisé sur Internet:** <http://pagesperso-orange.fr/igaa/>

et aussi : Informations nationales, réunions France :

Site officiel Internet A.A. France : <http://www.alcooliques-anonymes.fr>

et pour lire le **Journal des Services Généraux** : <http://bsg.alcooliques-anonymes.fr> (Lien interne)

## **Editorial**

*Chères amies et chers amis,*

*La réunion exceptionnelle interdistricts et intercomités, avec à l'ordre du jour « les 12 étapes », a bien eu lieu, comme prévu, le 17 mars dernier à Daumesnil. L'objet était un débat en vue de réorganiser les étapes pour éviter un immobilisme tant du mouvement que de ses membres.*

*Etant donné qu'aucun consensus n'a été trouvé après presque trois heures et demie de discussions, une solution provisoire a été trouvée et sera testée pendant tout le mois d'avril, mais seulement dans les réunions Paris intra-muros dans un premier temps.*

*Une autre réunion exceptionnelle aura lieu, toujours à Daumesnil et au même horaire que la précédente, le 21 avril, pour un premier bilan de cette initiative. Vous êtes bien évidemment tous conviés à y participer et à apporter vos suggestions.*

*Mais voilà en quoi consistera exactement cette nouvelle méthode. La plupart d'entre nous, à quelques exceptions près, travaillent*

*les étapes dans l'ordre, 1<sup>re</sup> étape, 2<sup>e</sup> étape, 3<sup>e</sup> étape... Chaque groupe, à partir du mois d'avril, tirera avec un dé (pour les étapes 1 à 6) puis deux dés (pour les étapes 7 à 12) afin de savoir dans quel ordre ses membres travailleront les étapes.*

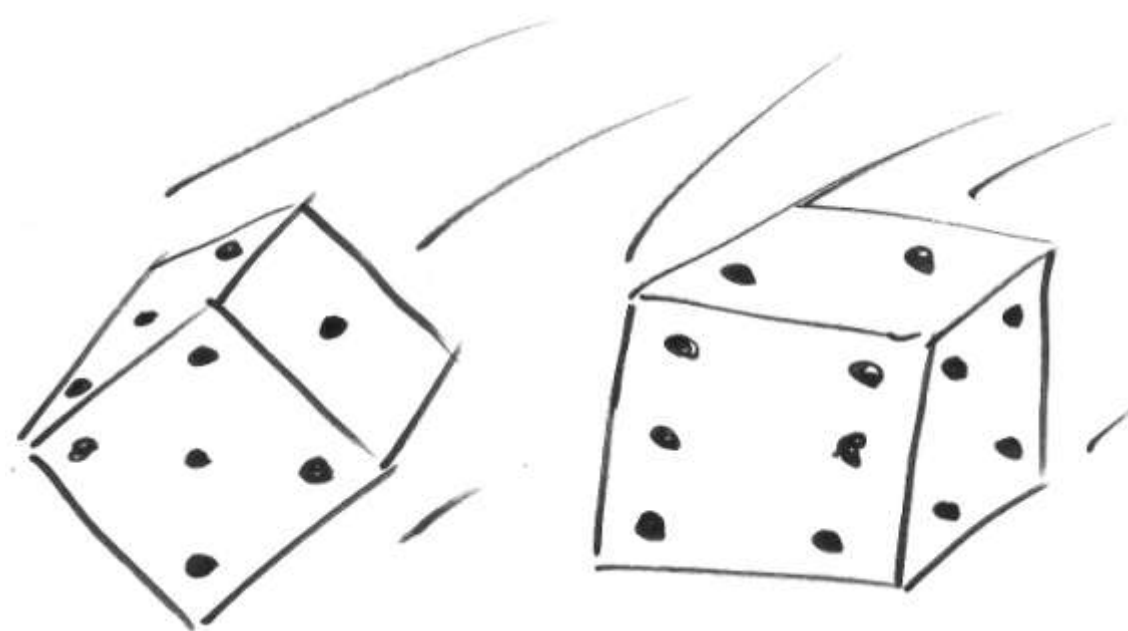
*Cette méthode sera certes sans doute déconcertante dans un premier temps, mais nous sommes convaincus qu'un peu d'imprévu et de fantaisie seront salutaires dans un deuxième temps.*

*Et n'oublions pas la réunion d'avril qui permettra de rectifier le tir et de pratiquer, s'il y a lieu, quelques réajustements.*

*Un jeu de deux dés attend chaque RSG des groupes parisiens au secrétariat rue Frédéric-Sauton. Nous vous attendons !*

*Chères amies et chers amis, il ne nous reste plus qu'à vous souhaiter un bon mois d'avril, 24 heures à la fois.*

*L'atelier du Big*



## ***Nouvelles des groupes***

**Par décision de l'atelier du Big, depuis janvier 2010, les annonces ne paraîtront qu'une seule fois dans cette rubrique.**

### **Déménagement**

**TRANSMETS-LE** réintègre ses locaux habituels au 10bis, avenue Jean Aicard, le mercredi à 18h45.

### **Divers**

**HOMOSEXUEL(LE)S** A l'issue de la réunion d'anniversaire du groupe le vendredi 29 avril 2011, le groupe invite tous les amis à une petite collation sous forme d'auberge espagnole, et vous espère nombreux.

**VICTOIRE** La réunion du jeudi 21 avril 2011 ne pourra se tenir dans la salle habituelle. Si le soleil est de la partie, la réunion se tiendra dans le square tout proche, le plan pour s'y rendre sera affiché sur la porte.

**NEUILLY SUR SEINE** La réunion du lundi 25 avril 2011 (lundi de Pâques) ne sera pas tenue.



**Le secrétariat de l'intergroupe sera fermé du lundi 28 mars inclus au lundi 10 avril à 14h 30 en raison des travaux de rénovation.**

## ***A l'œuvre***

**DIMANCHE MIDI** recherche des serveurs pour étoffer son comité.

**QUINAULT-LINOIS** Les amis intéressés par l'éventualité de constituer un comité solide et responsable pour envisager la réouverture du groupe, peuvent contacter Elisabeth au : 06 70 91 92 34

### **Recherche de témoignages**

Ce B.I.G. est le vôtre et il doit refléter la vie des groupes : n'hésitez pas à nous transmettre vos témoignages de service et des zooms sur votre groupe. Faites nous part de vos expériences !

Notre mail : [igaa@wanadoo.fr](mailto:igaa@wanadoo.fr)

---

## ***Informations générales***

### **13<sup>e</sup> Convention Territoriale Paris Ile-de-France Chevilly-Larue – 17, 18 et 19 juin 2011**

#### **" Aujourd'hui, j'ai le choix "**

Venez rejoindre l'équipe des serviteurs du comité lors des prochaines réunions de préparation qui auront lieu le

**Samedi 2 et 30 Avril à 9h30**, salle Deparis,  
Hôpital Paul Brousse à Villejuif, métro Paul Vaillant-Couturier (ligne 7)

Plusieurs services restent à pourvoir:

Titulaire : décoration

Suppléants : secrétaire, trésorier, imprimerie, chapeaux, soirée dansante, décoration, accueil et parking.

*Contacts : Anne 01 42 07 30 55, Jean 06 75 87 87 94*

☛ Pour **la rénovation du secrétariat de l'Intergroupe**, le comité recherche des ami(e)s bricoleur(euse)s (peinture, pose de moquette, petite électricité...)  
disponibles par tranche de quatre heures entre le 30 mars et le 10 avril.

Merci de s'inscrire auprès du secrétariat au :  
01 43 29 35 09 ou sur **igaa@wanadoo.fr**

☛ Le **comité de l'intergroupe** recherche pour étoffer son comité :

- Un(e) secrétaire suppléante
- Un(e) trésorier suppléant
- Un(e) titulaire littérature
- Un(e) responsable pour la fête des groupes

## Tableau de la permanence

**Du 17 Mars 2011 au 17 Avril 2011**

DATES	9 h 00 / 13 h 00	13 h 00 / 17 h 00	17 h 00 / 21 h 00
Jeudi 17	Sérénité	Sérénité	Sérénité
Vendredi 18	IGPB		Mercredi au soleil
Samedi 19		Saint-Eustache	Rue Vernet
<b>Dimanche 20</b>	Carrefour XV	Saint-Antoine	
Lundi 21	Batignolles	Batignolles	Batignolles
Mardi 22	Sérénité	Sérénité	Sérénité
Mercredi 23	IGPB	Saint-Sulpice	Chelles
Jeudi 24		Trois héritages	Ville d'Avray
Vendredi 25	Victoires	Montreuil sous Bois	Plaisance
Samedi 26	Tournan en Brie	Tournan en Brie	Tournan en Brie
<b>Dimanche 27</b>	Mardi de Corvisart	Mardi de Corvisart	Mardi de Corvisart
Lundi 28	Savigny sur Orge	Trois héritages	Ternes
Mardi 29		Saint-Denis	Saint-Cloud
Mercredi 30	Printemps	Salpêtrière	Montsouris
Jeudi 31		Hôtel-Dieu	Hôtel-Dieu
<b>AVRIL</b>			
Vendredi 1 <sup>er</sup>			Rue Vernet
Samedi 2	Belleville Dumas/Nation	Belleville Dumas/Nation	Belleville Dumas/Nation
<b>Dimanche 3</b>	Les Halles	Saint-Eustache	
Lundi 4		St Antoine	
Mardi 5	Hôtel Dieu	St Denis	
Mercredi 6		Trois héritages	AA and Co
Jeudi 7		Carrefour XV	Rue Vernet
Vendredi 8	St Sulpice		
Samedi 9	St Maur/Champigny	St Maur/Champigny	St Maur/Champigny
<b>Dimanche 10</b>	Aqueduc	Aqueduc	Nogent s/Marne/Aqueduc
Lundi 11			Cochin
Mardi 12			
Mercredi 13	Antony/Bagneux	Antony/Bagneux	Antony/Bagneux
Jeudi 14			
Vendredi 15	Batignolles		Plaisance
Samedi 16	Pavillons/Aulnay/Fontenay	Pavillons/Aulnay/Fontenay	Pavillons/Aulnay/Fontenay
<b>Dimanche 17</b>		Dimanche Matin	

**Pour les groupes n'ayant pas, pour une raison ou une autre, pu venir à la dernière réunion R.I. et désireux de prendre une tranche horaire de permanence, merci de bien vouloir le faire savoir au secrétariat de l'intergroupe au 01 43 29 35 09 ou sur [igaa@wanadoo.fr](mailto:igaa@wanadoo.fr) par le biais de leur R.I.**

---

## ***Statistiques de la permanence***

### **Mois de février 2011 Permanence de jour (9h00 – 21h00)**

**314 heures assurées sur 336, soit 93 %, par 43 Groupes sur 83, soit 52 %.**

**1151 appels traités à la permanence, (feuille du 8 février manquante)**

**Dont : 285** Premiers appels de personnes concernées,

**154** Appels de leurs proches,

**325** Appels d'Ami(e)s désireux de partager,

**331** Demandes d'adresses ou d'horaires de réunions,

**19** Appels d'Alliés Naturels,

**37** Autres Appels Divers (N.A., O.A., D.A., etc.).



**Attention ! Désormais la permanence de nuit (21h00 – 9h00)  
ne peut être jointe qu'en composant le 0820 32 68 83 ou  
0820 ECOUTE**

---

### **Atelier Permanence du mercredi 9 mars 2011 à Sauton**

Présents: Camille, Jean-Yves, Mado, Nils  
Excusés: Agnès, Didier

#### **1) Le tableau de Permanence**

Sa mise en ligne fonctionne bien (avec des rappels aux RI par envoi de courriels régulièrement) et plusieurs RI (ré)agissent à la vue des cases blanches restantes.  
Des amis se sont étonnés du taux de 97% de présence en permanence au cours du mois de janvier, compte tenu du nombre de cases non remplies sur le tableau, mais

c'est normal, des amis se présentent pour répondre aux appels.

A ce propos, je rappelle qu'il faut toujours en prévenir au préalable Frédéric, secrétaire de l'Intergroupe.

Je rappelle également aux RI qu'il est toujours bon de laisser aux amis, qui se sont inscrits sur la feuille de permanence d'un groupe, un message la veille. parfois, ce n'est pas du luxe, les oublis ne sont pas si rares (autre alternative, bien dire aux amis que, s'ils ne peuvent être présents, ils doivent le signaler en temps voulu au RI du groupe de permanence).

#### **2) Les clefs**

Vaste sujet... que nous n'aborderons pas ici!

**3) Le quotidien de la Permanence**

Le message quant au ménage, donc à la propreté de la Permanence, commence à porter ses fruits et il faut le poursuivre, en étiquetant par exemple le tiroir où se trouvent les sacs poubelle et le placard où l'on peut trouver les produits ménagers, ainsi qu'en rappelant que l'on peut également en cas de besoin demander ces produits au Secrétariat à l'étage au dessus.

**4) Points à prospecter**

- \* Réactualiser le Bordereau de Versement sur le site de l'Intergroupe
- \* Idem pour la fiche sur le rôle du RI
- \* Nous faisons appel aux amis pour nous aider à améliorer le Guide de la Permanence. Toutes les idées et propositions sont les bienvenues.

Dans la foulée de ce dernier Atelier, nos amis Camille, Jean-Michel et Pascal ont travaillé sur les documents suivants que nous vous avons proposé afin d'avoir votre avis.

**Feuilles de permanence**

Tout d'abord une nouvelle feuille de statistiques quotidiennes proposée semble recueillir

l'assentiment des RI (pas de commentaires à son sujet) et sera donc mise en place.

Par contre la feuille de permanence à faire circuler dans les groupes a suscité diverses réactions (une bonne quinzaine), pour la plupart très favorables, mais suggérant différentes améliorations, dont nous avons bien sûr tenu compte. Je propose que trois versions soient mises en ligne sur notre site, l'une où figure le Serment de Toronto en bas de page, l'autre avec des "conseils pratiques" (en deux versions, Pdf et Word, personnalisable, par exemple pour raccourcir en cas de prise partielle). Les RI choisiront une des versions selon leur convenance, sur notre site: <http://igaa.pagesperso-orange.fr/docutiles.html>

**Le prochain Atelier Permanence aura exceptionnellement lieu le jeudi 7 avril 2011 à 19 heures (et non le 13 avril).**

**Enfin, le Comité de l'Intergroupe a pris une permanence le mercredi 23 avril de 9 heures à 13 heures. Donnons l'exemple!**

---

## ***Intergroupe Paris-Banlieue***

**Réunion du jeudi 03 mars 2011 à 20h00  
8, rue de la Durance – Paris 12<sup>e</sup>**

**Présents** : Jean-Yves, Liliane, Marie, Jean D, Jean.L, Jean-Claude, Nils

**Absents et excusés** : Jean-Louis, Jean-Michel, Didier, Olivier

**Modérateur** : Nils

**Appel des groupes.** 40 groupes présents ou représentés sur 84 groupes Paris/ Banlieue.  
24/50 groupes de Paris et 16/34 de Banlieue.

**Prière de la sérénité****Assemblée Générale Ordinaire :**

- Eric, président sortant, lit le rapport moral, adopté à l'unanimité

- Liliane, trésorière, lit le rapport financier, adopté à la majorité, une abstention.

**Parole à l'invité** : Christian, président suppléant du comité d'organisation de la XIII<sup>e</sup> Convention Territoriale Paris-Ile de France. Christian insiste sur la dimension territoriale qui réunit les deux régions, c'est la convention de tous les groupes. Les intergroupes sont invités à tenir un stand s'ils le souhaitent. Outre l'appel à serveurs pour rejoindre le comité, on aura besoin de bonne volonté sur place (accueil, chapeaux, bar...) : la convention c'est 25 réunions de partage plus la plénière du dimanche. Les tarifs et modalités d'inscription paraîtront dans le BIG de mai. Tous les tarifs sont à prix coûtant, pas de badge d'entrée.



### **Appel à serviteurs**

**Marie** (rue Vernet) se présente au poste de secrétaire suppléante : élue à l'unanimité  
**Josiane** (Saint Denis) se présente au poste de suppléant Littérature : élue à la majorité, 26 oui, 9 blanc sur 35 votes exprimés  
Le comité recherche : deux responsables  
Transmission du message, des responsables  
Fête des Groupes.

### **Trésorerie**

Le bilan du mois de janvier présente un débit de 2451€ (243€ en 2010). Ceci peut s'expliquer par le fait que les contributions ont été élevées en décembre et plus faibles en janvier. Il est trop tôt pour s'alarmer. Liliane demande néanmoins de rester vigilants et rappelle la nécessité d'un versement régulier des contributions.

### **Parole aux Ateliers**

**Atelier Maintenance.** Le sanibroyeur a été débloqué. Des aménagement d'isolation sont à l'étude (porte du fond, joints de la baie vitrée) et sont programmés pour la rentrée de septembre. En ce qui concerne la serrure de l'entrée, Jean rappelle que l'objectif principal n'est pas la sécurité mais le filtrage des accès inopportuns (squatters). La solution « digicode » est provisoirement suspendue dans l'attente d'un examen plus complet des contraintes techniques. Il est suggéré au comité d'effectuer un recensement précis des clefs actuelles et rappelé que nous partageons un programme de rigoureuse honnêteté.

### **Atelier Permanence.**

- le tableau des permanences, mis à jour, et la liste des réunions sont consultables sur le site : <http://igaa.pagesperso-orange.fr/tableauperm/SAUTON.pdf>
- une réactualisation de la fiche « rôle du RI » est en cours
- Camille et Mado sont disponibles pour modérer sur le rôle de la permanence

Nils rappelle que la permanence est aussi un lieu d'accueil et pas un club privé. Le nettoyage y est l'affaire de tous, y compris du comité.  
Un ami demande une modification de la feuille de permanence : ajout d'entrées par tranche (actuellement deux).

### **Atelier Littérature.**

Jean-Louis, excusé, fait passer l'info concernant la nouvelle rubrique littérature du BIG « un groupe, un livre » inaugurée en mars et renouvelle l'appel à la participation des groupes

**Atelier BIG.** L'appel à illustrateurs a eu des retours, deux amis se sont proposés. Jean-Michel demande aux secrétaires de raccourcir les comptes rendus  
Une amie apprécie la nouvelle maquette, sur deux colonnes, et demande s'il est possible de justifier à droite.

**7<sup>e</sup> tradition.** Le montant du chapeau est de 68,35 euros

**Prise des permanences** : période du 14 février au 15 avril 2011

Plus personne ne demandant la parole, la séance est levée à 22h

**Prochaine réunion : lundi 4 avril 2011 à 20 h, 8, rue de la Durance**

## Trésorerie au 28/02/2011

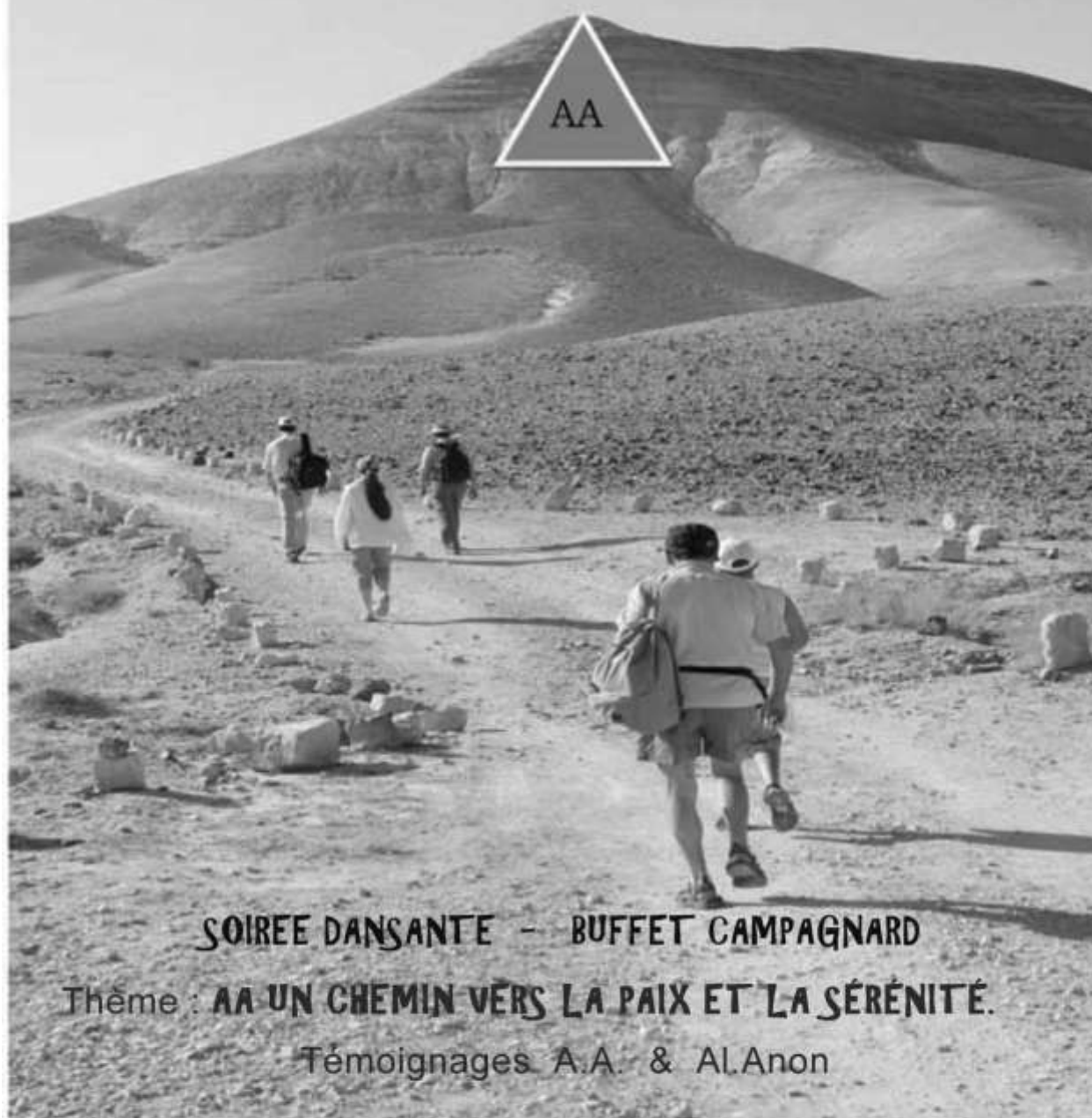
Trésorerie du 1er janvier au 28/02/2011				Comparatif 2011/2010	
Avec le signe "-" les Dépenses Sans signe, les Recettes	Dépenses 2011	Recettes 2011	Solde 2011	Solde 2010	Écart 2011-2010
Contributions Volontaires		2 145,20 €	2 145,20 €	4 375,68 €	-2 230,48 €
B.I.G. (Bulletins des Intergroupes)	-998,79 €	1 146,74 €	147,95 €	426,97 €	-279,02 €
Littérature (Achats - Ventes)	-3 504,51 €	4 081,07 €	576,56 €	676,05 €	-99,49 €
Frais / Produits Financiers	-24,40 €	167,77 €	143,37 €	143,51 €	-0,14 €
Locations salles + assurance (R.I.)	-312,00 €	147,30 €	-164,70 €	148,70 €	-313,40 €
<b>Sous Total RECETTES :</b>			2 848,38 €	5 770,91 €	-2 922,53 €
Salaire net	-1 810,00 €		-1 810,00 €	-1 760,30 €	-49,70 €
Charges Sociales (sal. et pat.)	-1 559,00 €		-1 559,00 €	-1 493,00 €	-66,00 €
Médecine du travail	-98,01 €		-98,01 €	-95,98 €	-2,03 €
Travaux Sauton			0,00 €	0,00 €	0,00 €
Loyer Sauton	-1 016,07 €		-1 016,07 €	-1 059,51 €	43,44 €
Assurance Sauton			0,00 €	0,00 €	0,00 €
Charges Locatives Sauton	-193,32 €		-193,32 €	-182,97 €	-10,35 €
Dépôt de garantie Sauton	-25,86 €		-25,86 €	0,00 €	-25,86 €
Taxe d'habitation			0,00 €	0,00 €	0,00 €
Électricité Sauton	-310,13 €		-310,13 €	-280,07 €	-30,06 €
Clés Sauton			0,00 €	40,15 €	-40,15 €
Petit Entretien Sauton	-434,96 €		-434,96 €	-75,46 €	-359,50 €
Téléphone Secrétariat	-48,67 €		-48,67 €	-49,25 €	0,58 €
Abonnement Internet	-83,72 €		-83,72 €	-83,72 €	0,00 €
Téléphone Permanence	-208,41 €		-208,41 €	-190,21 €	-18,20 €
Frais de Secrétariat	-379,90 €		-379,90 €	-192,83 €	-187,07 €
Frais Informatiques			0,00 €	-18,72 €	18,72 €
Frais de Poste			0,00 €	0,00 €	0,00 €
Frais d'actes			0,00 €		0,00 €
Listes des Réunions	-180,60 €		-180,60 €	-180,60 €	0,00 €
Reversement Région Paris I-M			0,00 €	0,00 €	0,00 €
Frais machine à affranchir			0,00 €		0,00 €
Fête			0,00 €	0,00 €	0,00 €
Total Dépenses/Recettes	-11 188,35 €	7 688,08 €			
<b>Sous Total DEPENSES :</b>			-6 348,65 €	-5 622,47 €	-726,18 €
<b>Résultat Général : Dépenses - Recettes (Excédent)</b>			-3 500,27 €	148,44 €	-3 648,71 €
<b>Cauton BNP</b>			4 212,38 €		
<b>Prudente Réserve</b>			12 167,77 €		
<b>Banque B.N.P.</b>			3 817,50 €		
<b>Caisse (Espèces)</b>			227,38 €		
<b>Total Liquidités</b>			20 425,03 €		
<b>Pour Info : Stock Littérature</b>			2 343,60 €		
				<b>Contrôle Liquidités</b>	
				Au 31/12/2010	23 925,30 €
				Cumul 01/2011	-3 500,27 €
				Total	20 425,03 €

## ***Fête des groupes (intergroupe Nord)***

**Samedi 9 avril 2011    Salle Jean Villar - Bd Héloïse - ARGENTEUIL**

*accueil: 16 heures*

*Réunion : 18 heures*



Prix du repas : 30 €

Tombola : 1 €

**Réservations** : Marie-Jo 01.39.81.28.35 - Yvette : 01.39.14.13.75

## ***Les Groupes et la littérature***

### ***Le « Vivre sans Alcool » vu par des amis du Groupe de Nogent-sur-Marne***

**Antoine** : Voici ce que ce livre m'a apporté et m'apporte toujours. A ma première réunion à Viry-Chatillon (ma troisième cure) une amie m'a prêté le 12x12 en me disant "Ce n'est pas ce qu'il te faut pour commencer mais ça te donnera une idée du travail à faire sur toi. La semaine prochaine je t'apporterai le Vivre sobre (nom de l'époque) c'était le premier livre que j'ai acheté en AA. Du 1<sup>er</sup> chapitre au 4<sup>e</sup> inclus ce livre m'a fixé sur mon état et ma maladie, dont j'ignorais l'existence jusque-là. Tout au long de mes débuts dans l'abstinence, ce livre m'a évité les pièges de l'alcool aussi bien que ceux liés à mes émotions, émotivités et obsessions diverses. Exemple: petit détail qui tue: arrivé au chapitre 20, ce livre me dit "Rappelle toi de ta dernière cuite"; encore aujourd'hui cela m'enlève toute envie ou idée de recommencer. Le billet retour vers l'Enfer non merci ! Finalement arrivé au chapitre 31 "Trouver son propre chemin", pour le trouver j'ai un peu cherché à droite et à gauche, finalement cela a été très simple. J'ai fait ce que les amis m'ont dit : " En premier, vas en réu , en deuxième cherche toi un parrain, en troisième, travaille le programme et achète toi le Big Book. Un peu plus tard mon parrain m'a dit : "Vas vers les nouveaux, transmets leur ce que l'on t'a donné et ce que tu as appris". Pour conclure je dirais que ce livre réfléchit quelque par les douze étapes. C'est pour cela que pour moi il est toujours aussi important que lors de mes premiers pas en Alcooliques Anonymes.

**Christine** : Dans mes premiers mois d'abstinence, j'étais tellement confuse mentalement que je ne me souviens pas quand et où j'ai acheté le "Vivre sobre". C'est comme cela que s'appelait alors notre désormais "Vivre sans alcool". Je sais que l'on m'avait proposé de l'acheter à le jour de ma première réunion. Mais trou noir : l'avais-je fait? C'est un livre que j'ai gardé comme un

talisman, sans l'ouvrir pendant des mois, mais en le regardant souvent. Sa présence me rassurait et son titre seul m'encourageait à aller en réunion et me donnait la force de surmonter les obstacles à mon rétablissement.

Je ne me souviens plus non plus si je l'ai lu d'un trait ou en choisissant un thème par ci, par là. C'est un livre que je n'ai jamais assimilé complètement ; sa lecture, tardive, m'est apparue toujours nouvelle lorsque je reprenais le même article quelques semaines plus tard: problèmes de mémoire? Un peu sans doute : le mélange alcool - neuroleptiques pendant 10 ans m'a laissé certainement des séquelles. Mais fixer par écrit ce qui se dit de multiples façons en réunions me fait l'effet de redécouvrir à chaque fois le sens exact des sujets comme "Éviter les complications émotives" ou "Prendre garde aux excès d'exaltation". Le retour aux sources vives de mon abstinence. Bref, j'ai tracé ma route avec ce livre au gré des courants de mon rétablissement en le traitant comme un ami sûr et rassurant.

**Irène** : Le petit livret bleu et blanc "Vivre sans alcool" est le dernier dans ma bibliothèque des A.A., et pourtant c'est l'un des premiers à lire quand on attrape de l'abstinence.

Pour moi, vivre sans alcool c'est comme si je revivais une 2<sup>e</sup> fois. Ma vie a changé depuis que j'ai posé le verre. C'est grâce aux partages, en réunion, à mon attachement au groupe des A A, au service et à ces étapes que je pratique, à mon rythme, que je vis mieux.

La littérature m'apaise dans mes moments de doute et de troubles et je n'oublie pas d'où je viens. J'ai la clé qui ouvre la porte de la bonne volonté et cette clé j'en prend soin.

**Marie-Armelle :** un ami m'a offert le "Vivre sans alcool" au moment de mes premiers pas en AA. C'est de mémoire le deuxième livre de la littérature du programme que j'ai eu après les RQ. Je ne l'ai jamais lu entièrement. Je n'ai pas accroché au début, je préférais le côté plus spirituel des autres manuels AA au côté plus concret de cet ouvrage.

Par la suite je m'en suis servi occasionnellement, quand j'avais soif, en me référant à la table des matières. J'ai toujours utilisé ce livre pour avoir une réponse immédiate et concrète à une difficulté passagère liée à une envie de boire uniquement.

Ce n'est toujours pas aujourd'hui mon livre favori en AA, en tout cas je ne pense pas à l'utiliser régulièrement, même si j'ai souvent entendu les amis me transmettre le bien-être qu'ils ont pu tirer de cet outil. J'ai beaucoup vu des anciens conseiller cet ouvrage comme outil de base aux nouveaux.

**Stéphane:** Je fais partie de ces chanceux qui ont pu arrêter de boire de façon durable dès leur première réunion. Lorsque je suis arrivé dans mon groupe le VSA n'était pas disponible et j'ai donc acheté le Big book. C'est un livre assez difficile à lire et dans lequel il faut vraiment se plonger à fond pour en tirer quelque chose de concret. Par la suite je n'ai pas jugé nécessaire d'acheter le VSA car j'étais abstinente sans efforts et sans souffrances. Cependant, si j'écris ces quelques mots, c'est pour témoigner du fait que pendant les réunions, il m'est arrivé de le feuilleter assez régulièrement et au final de le lire en biais. C'est un livre simple, direct, efficace et surtout « Qui ne prend pas la tête ». Il contient des conseils de bon sens simples à suivre.

À Nogent (mon groupe d'attache), nous accueillons beaucoup de nouveaux qui viennent de la maison de santé. C'est un livre que nous leur recommandons en premier afin de ne pas les décourager en se lançant dans des lectures beaucoup plus profondes et compliquées. Il m'est arrivé de l'offrir à des amis en difficulté dans mon entourage mais n'appartenant pas au mouvement. Ils ont

apprécié et l'un d'eux a tellement bien accroché qu'il a réussi à devenir abstinente 6 mois avant, malheureusement, de nous quitter, emporté par un cancer.

**Muriel:** J'ai acquis « Vivre sans alcool » pendant ma deuxième cure. Au début, je n'y voyais qu'une série de « trucs », certes très utiles pour ceux qui débutaient leur abstinence : comment refuser poliment de l'alcool, comment résister aux pulsions, faire face aux insomnies... Je me souviens avoir même dit à mon compagnon, beaucoup plus avancé que moi dans le chemin de l'abstinence, que ce n'était pas intéressant pour lui... En fait en creusant le texte, je me suis rendu compte qu'on y abordait des réflexions beaucoup plus poussées, qu'on démontait doucement, avec humour, nos raccourcis cognitifs erronés qui nous poussaient à la colère, à la culpabilité... À l'alcool... Le livre s'efforce aussi d'approfondir et d'expliquer les réflexions et les devises des murs de nos salles : « vivre et laisser vivre », « l'important d'abord »... Il m'a beaucoup aidé à comprendre plus profondément ces maximes, dont je n'avais saisi souvent que le premier degré. Un livre très accessible, facile à lire, mais beaucoup plus profond qu'il n'y paraît, qui permet de remplir notre boîte à outils mais aussi de dégager des bases fondamentales.

**Amayel:** "Vivre sans alcool" a été mon premier contact avec la littérature AA. Je pense qu'il est l'ouvrage à lire en premier lieu lorsqu'on débute sa démarche d'abstinence car il s'attache beaucoup au regard des autres et aux pièges de la vie sociale qui demeurent une préoccupation primordiale chez les jeunes abstinentes. En effet, le travail de totale honnêteté est en train de s'installer mais est encore fragile, or l'ouvrage permet de "concilier" avec les facteurs extérieurs pour mieux se centrer sur l'énorme travail personnel à accomplir.

**Pierre:** J'ai acheté Vivre Sans Alcool lors d'une de mes premières réunions des AA, à l'été 2006. Je l'ai lu alors que j'étais

hospitalisé. Je l'ai d'ailleurs prêté ensuite à mon médecin, j'espère qu'il en a fait bon usage. A ce moment, je cherchais en priorité les moyens de résister à l'envie de boire, et ça a été la lecture idéale. Il y avait tout là-dedans et c'était facile à lire. Il valait mieux, dans mon état, plus compliqué j'aurais eu du mal. Je ne l'ai pas touché depuis longtemps mais je me rappelle des petites astuces qui m'ont aidé. En vrac : « boire sucré, se reposer, s'occuper, se souvenir de sa dernière cuite »... Cette dernière phrase m'a tellement marqué que lors de ma dernière cuite – enfin celle qui s'est avérée être la dernière – j'ai pris une photo de mon visage en sang après une chute. Ne pas l'oublier, celle là. Et cette photo m'a aidé par la suite. VSA, c'était vraiment ce qu'il me fallait pour m'aider, au quotidien, à accrocher l'abstinence, ni plus ni moins. Je n'ai jamais hésité à en recommander la lecture. Récemment une nouvelle amie m'a posé la question qui la taraudait « Mais comment on fait pour résister à l'envie de boire ?! » La réponse a fusé toute seule : « tu lis *Vivre Sans Alcool*, il y-a tout là-dedans »



### **Quelques mots de présentation ...**

« *Vivre sans alcool* » (qui s'est d'abord appelé « *Vivre sobre* ») est sous-titré « Moyens éprouvés par les membres des AA pour ne pas boire »

Ce guide pratique, tel que le présente le catalogue des livres des Alcooliques Anonymes, « est utilisé par les membres AA du monde entier pour déjouer dès le début les pièges de l'alcool, changer leur mode de vie et maintenir jour après jour leur sobriété ». C'est un « manuel » (chapitre d'introduction, page 2) qui comporte 31 textes courts, de 2 ou 3 pages pour la plupart, « à consulter de temps à autre », dans toutes les circonstances de la vie où l'envie de boire pourrait apparaître.

Quelques exemples :

- stress, mal-être ? « Eviter le premier verre » (chapitre 2), « Utiliser le programme des 24 heures » (chap.3), « L'important d'abord » (chap.13), « Agir aisément » (chap. 18)
- euphorie, excitation ? « Prendre garde aux excès d'exaltation » (chap.17), « Se souvenir de sa dernière cuite » (chap.20)
- pessimisme, idées noires ? « Etre bon avec soi-même » (chap.16), « Avoir de la gratitude » (chap.19)
- difficultés relationnelles ? « Vivre et laisser vivre » (chap.5), « Se servir de la prière de la sérénité » (chap.7) etc.

**« *Vivre sans alcool* » : 6,60 €**

## **Témoignages de serviteurs : RSG**

*Plutôt que de décrire les tâches relatives aux services, au niveau des groupes, de l'Intergroupe ou de la Région – tâches parfaitement décrites dans les fascicules de notre littérature –, notre propos est de rendre compte, par des extraits de témoignages, du ressenti des amis qui assurent ces services.*

*Ce mois-ci, nous avons recueilli des réflexions et témoignages de RSG*

### **1. Qu'est-ce que représente (ou a représenté) pour toi le fait d'être RSG ?**

- Être élu par son groupe pour le représenter auprès de la Région, l'informer de la vie de notre fraternité dans son ensemble m'a rendu à la fois responsable, heureux voire fier d'être au service des amis du groupe mais également terrifié car je me demandais si j'allais être à la hauteur, si j'allais être « parfait ».
- Le RSG est le garant des traditions au sein de son groupe et donc veille à ce que le

groupe respecte les traditions. Le RSG représente (pour moi) aussi la conscience du groupe auprès des AG régionales. Il transmet les questions de son groupe à la Conférence.

- Être RSG, ça a représenté pour moi : la première fois, un engagement plutôt irréflecti, qui me donnait une bonne image de moi-même comme « abstinent confirmé » (j'avais 4 ans et je n'avais pas fait ma 4<sup>e</sup> étape !) ; la deuxième fois, une impression très forte d'appartenance aux AA.



**PRENDRE DU SERVICE:  
FRANCHIR LE RUBICON!**

- Une grande implication dans mon groupe puisque je le représente dans les réunions extérieures et que je « glane » des infos pour les transmettre aux amis et les partager avec eux.
- Être le garant des traditions, la voix du groupe dans les réunions de région
- RSG, représente pour moi la vie du groupe par les traditions.
- Je pense qu'il est important que les amis connaissent le fonctionnement des Services généraux et celui des bureaux, notamment Santé, Justice, Média

## **2. Est-ce que tu penses que ce service est utile ? Pourquoi ?**

- Ce service m'a permis de comprendre le fonctionnement de notre mouvement, d'être un simple acteur mais un acteur responsable du bien-être de notre fraternité qui fait en sorte que le groupe ne se sente pas isolé, à l'écart. Ce service a renforcé mon sentiment d'appartenance et, je l'espère, celui des amis. En tout cas, j'ai essayé...
- Ce service est important car si on prend la pyramide AA, à la base, il y a les groupes ; le RSG représente le groupe, et rien ne peut être décidé en haut lieu sans l'accord des groupes (sauf dans certains cas : voir les concepts).
- J'ai toujours pensé que ce service était utile... d'abord parce que mon parrain m'avait dit qu'il l'était, ensuite quand je me suis rendu compte de l'importance des très diverses missions du RSG :
- Courroie de transmission avec la Région,
- « Gardien » des traditions,
- Chargé de responsabiliser le groupe sur le bon usage du chapeau,
- Électeur et partenaire des délégués et des correspondants des Bureaux.
- Bien sûr qu'il est utile, comme je l'ai dit plus haut, je représente le groupe et je lui fournis les infos d'autres groupes.
- Primordial pour la liberté et l'autonomie du groupe, donc du mouvement.
- Oui ! parce qu'il représente le groupe auprès de la vie des AA et qu'il est responsable vers les structures

- Oui, ainsi les amis autour des tables peuvent me poser des questions auxquelles j'essaye de répondre et peuvent aussi par ma voix poser des questions à l'Assemblée Régionale, aux Services Généraux et à la Conférence.

## **3. Combien de temps prend ce service ?**

- Le temps de prendre le métro, d'assister aux différentes AG, de partager avec les amis, de rire avec eux, de préparer le compte rendu et d'informer les amis de mon groupe. Par rapport à tout ce que j'ai appris sur moi, ce service ne m'a rien coûté et certainement pas du temps.
- Ce service ne prend pas énormément de temps, une journée par mois voire tous les deux mois selon les vacances d'été ou Noël.
- RSG, c'est sur une année :
  - 6 ou 7 soirées bloquées + un dimanche,
  - La participation à des actions des Bureaux (0 à 20 heures par an),
  - La restitution au groupe des actions de la Région (10 ou 15 fois quelques minutes par an),
  - Lire à fond les traditions, le triple héritage, les concepts, le manuel des services... (une dizaine d'heures),
  - La préparation et la restitution au groupe d'informations sur le fonctionnement de AA (20 fois quelques minutes par an).
- C'est difficile de définir en temps, je dirais qu'il faut aller aux réunions RSG et au plus de réunions possible en dehors de son groupe.
- 2 à 3 heures en dehors des réunions du groupe
- La réunion de la Région à lieu tous les mois et demi ou tous les 2 mois, mais il peut aussi assister aux réunions de Bureaux (Justice, Media, santé, littérature, etc.) dans le mois.
- 4 ou 5 heures lors des AG régionales (tous les 2 mois) et ¾ heures tous les mois, le jour de la réunion de comité de mon groupe.



#### **4. As-tu (avais-tu) un suppléant ?**

- Oui.
- Oui, j'avais un suppléant, lequel est venu rue Caillaux pour prendre contact.
- J'ai toujours eu un suppléant, au moins sur une partie du mandat. Mais je n'ai jamais su déléguer et l'intégrer. Il ne m'a pas succédé.
- Non.
- Non, pas pour l'instant - en recherche.
- J'en avais un
- Non

#### **5. Quels services as-tu assurés avant d'être RSG ?**

- Simple serviteur, trésorier, RIG suppléant, RIG titulaire, RSG suppléant.
- Avant d'être RSG, j'ai commencé par l'intendance, ouvrir la porte, ranger le local. Plus tard, j'ai été RI, trésorier, responsable littérature à l'Intergroupe, j'ai participé à quelques réunions au sein du bureau santé, j'ai fait des visites aux malades dans les hôpitaux en province et à Paris. J'ai fait deux tentatives en tant que suppléant RDR province sud et banlieue est, j'ai abandonné cette idée, c'était trop bruyant pour moi, je me suis dit que le service au niveau du groupe hôpitaux, l'accueil des nouveaux, la permanence, c'était ce qu'il fallait pour mon rétablissement. J'admire les amis qui s'occupent des tâches dans les structures.
- Avant d'être RSG, j'ai été chargé de la littérature et RI.
- À peu près tous les services de groupe, sauf RI et la trésorerie.
- 13 ans de services dans les groupes : 2 fois RI ; 2 fois RSG et RDR
- Suppléant RI et RI ; Suppléant RSG
- Secrétaire, trésorière, Intendance

#### **6. Qu'est-ce qui te plaît (t'a plu) le plus dans le fait d'être RSG ?**

- J'avais envie à la fois de continuer à être au service des amis du groupe mais comprendre également le fonctionnement de notre mouvement. Le fait de participer aux AG, de partager, de contribuer au fonctionnement du mouvement m'a permis d'apprendre des choses sur moi tout en étant au service des amis.

- Cela m'a apporté énormément et a été très bénéfique à mon rétablissement.
- Être RSG a donné une autre dimension aux relations avec mon parrain. J'ai compris ce qu'était le parrainage de service. Je me suis retrouvé plus à l'aise en AA car j'en comprenais mieux le fonctionnement. Je suis rentré beaucoup plus intensément dans le Programme (ou c'est lui qui m'a aspiré !).
- C'est mon implication dans le groupe et la diversité des rapports entre d'autres amis de différents groupes.
- Les échanges sur la vie des groupes
- Être responsable devant les personnes qui ont voté pour moi ; être reconnaissant pour ce fabuleux programme et de voir que cela marche très bien.
- Centraliser et synthétiser les renseignements que j'apprends et que je transmets ensuite.

#### **7. Fais-tu (faisais-tu) un compte rendu des AG régionales à ton groupe ?**

- Systématiquement, je prenais des notes lors des AG puis je faisais un compte rendu à mon groupe en utilisant mes propres mots et avec mon ressenti. Le compte rendu adressé par le secrétariat de la Région me permettait ensuite de combler les manques de mon compte rendu ou d'affiner certaines informations.
- Oui, je faisais un compte rendu en détail au sein du groupe de ce qui avait été dit ou décidé ou à décider au sein de l'AG régionale.
- Oui, j'ai toujours fait le CR au groupe. A mon premier mandat, ça a été l'essentiel de mon activité de RSG au sein du groupe.
- Tiens ! Non, mais c'est à envisager.
- Oui
- Oui, fractionné sur plusieurs réunions

#### **8. Fais-tu (faisais-tu) remonter des questions de ton groupe à l'Assemblée régionale, à la Conférence ?**

- Pas autant que je l'aurais souhaité.
- Je n'ai jamais eu de questions de mon groupe à la Région et une seule fois à la Conférence (et, bien sûr, je l'ai fait remonter).
- Oui.

- Si nécessaires oui, quand elles se présentent
- Dans un précédent mandat, cela m'est arrivé.

## 9. Penses-tu que ton groupe s'intéresse à ce que fait le RSG, à la Région, à la Conférence... ?

• Les amis étaient intéressés par mes comptes-rendus. La preuve : au début de mon mandat, je voulais tout dire à mon groupe et, du coup, j'étais trop long. Alors, des amis bienveillants m'ont conseillé de fractionner le compte rendu. Par ailleurs, les amis manifestaient leur satisfaction d'avoir régulièrement des informations de la vie de la fraternité.

- Oui, le groupe s'est toujours intéressé et était à l'écoute de ce que son RSG, lors du compte-rendu, apportait comme nouvelles et marche du mouvement. Si je peux me permettre, je dirais que cela m'a apporté énormément et a été bénéfique dans ma guérison.
- Je pense justement qu'un rôle essentiel du RSG, c'est de susciter l'intérêt des amis du groupe à ce qui se passe dans son quartier, à la Région, à AA France, voire en Afrique francophone. C'est aussi une façon d'inciter chacun à « faire autre chose que du jogging autour de son nombril ».
- Je pense que oui.
- Oui dans la mesure où je rends ce poste attractif
- Oui

*Merci aux RSG ou ex-RSG Antoine, Bernard, Christian, Nicolas, Lydie, Irène, Philippe d'avoir consacré quelques minutes à répondre à notre questionnaire.*



*... je veux que la Main de AA  
soit là ...*

## ***Anniversaire de groupes***

### **Le groupe Printemps fête ses 22 printemps !**

Le mardi 21 mars 1989, le lendemain du jour du printemps avait lieu la première réunion du groupe. Nombres de 24 heures se sont écoulées depuis et malgré les interruptions de vacances scolaires, car « Printemps » est fermé à chaque vacances car nous nous réunissons dans une école, les serviteurs des comités successifs ont toujours tout fait avec les amis présents pour que cette réunion du mardi midi perdure...

C'est pour cela qu'il nous a semblé important de fêter les 22 ans du groupe et le comité fait appel à tous ceux qui ont participé à la vie de ce groupe de venir nous rejoindre et témoigner sa gratitude pour cette réunion d'anniversaire le mardi 5 Avril 2011 à 12 h 30, début de la réunion.

Venez nombreux avec des gâteaux ; le comité s'occupera des bougies et des boissons....

Pour nous contacter : [aa.printemps@laposte.net](mailto:aa.printemps@laposte.net)



# Anniversaires

## Avril 2011

<b>Vendredi 1<sup>er</sup></b>	AULNAY SOUS BOIS	Jacques	9
		<b>GROUPE</b>	17
<b>Samedi 2</b>	LES HALLES	Sébastien	2
<b>Lundi 4</b>	RENOUVEAU	Michaël	14
<b>Mardi 5</b>	PAVILLONS SOUS BOIS	Jean-Marc	16
		Suzanne	22
		Bernard	25
	PRINTEMPS	<b>GROUPE</b>	22
<b>Mercredi 6</b>	PARIS LA DEFENSE	Svetlana	10
<b>Jeudi 7</b>	JOUARS PONTCHARTRAIN	Chantal	5
<b>Vendredi 8</b>	HOMOSEXUEL(LE)S	Abdel	1
	SURESNES	Renée	6
	GLACIERE	France	11
	VOLTAIRE SAINT AMBROISE	Philippe	1
<b>Samedi 9</b>	SERENITE 15H30	<b>GROUPE</b>	2
	SERENITE 17H30	<b>GROUPE</b>	4
	FONTAINEBLEAU FORET	Christian	8
<b>Lundi 11</b>	CARREFOUR XV	Anne	15
	RENOUVEAU	Etienne	8
		Catherine	20
	ORSAY II	Géraud	29
<b>Mardi 12</b>	SAINT-DENIS	Robert	10
		Didier	10
		Mireille	12
	MARDIS DE CORVISART	Gérard	15
<b>Jeudi 14</b>	VICTOIRE	Elisabeth	12
	SAINT-CLOUD	Olivier	3
<b>Vendredi 15</b>	SAINT-MANDE	Victoria	4
		Thierry	4
	VINCENT AURIOL	François (1 <sup>er</sup> )	1
<b>Dimanche 17</b>	SAINT-EUSTACHE	Isabelle (Isa)	6
<b>Mardi 19</b>	TOURNAN EN BRIE	Laurent	22
<b>Samedi 23</b>	SERENITE 15H30	Laëtitia	1
<b>Dimanche 24</b>	AQUEDUC	Guillaume	2
<b>Lundi 25</b>	CARREFOUR XV	Alain (K7)	26
<b>Mardi 26</b>	TOURNAN EN BRIE	Arlette	29
	AA & CO	Christophe	10

## Avril 2011

Vendredi 29	VERSAILLES-VAUBAN	Jerry	30
		Alain	30
		Michel (130)	38
		GROUPE	42
	HOMOSEXUEL(LE)S	GROUPE	28
	SURESNES	Yolande	17
	GLACIERE	Yann	4

## Mai 2011

Jeudi 5	SERRIS	Stéphane	6
Vendredi 6	TERNES	Martine (Marty)	1
Lundi 9	RUEIL MALMAISON	GROUPE	20



LA PERMANENCE TÉLÉPHONIQUE :  
UN CERTAIN TEMPS D'ABSTINENCE  
EST SOUHAITÉ ....

## *Sujets de réflexion*

### **Quatrième Concept**

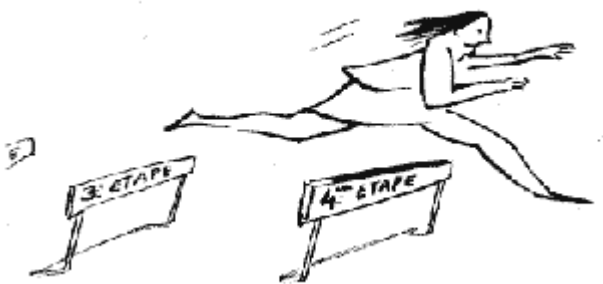
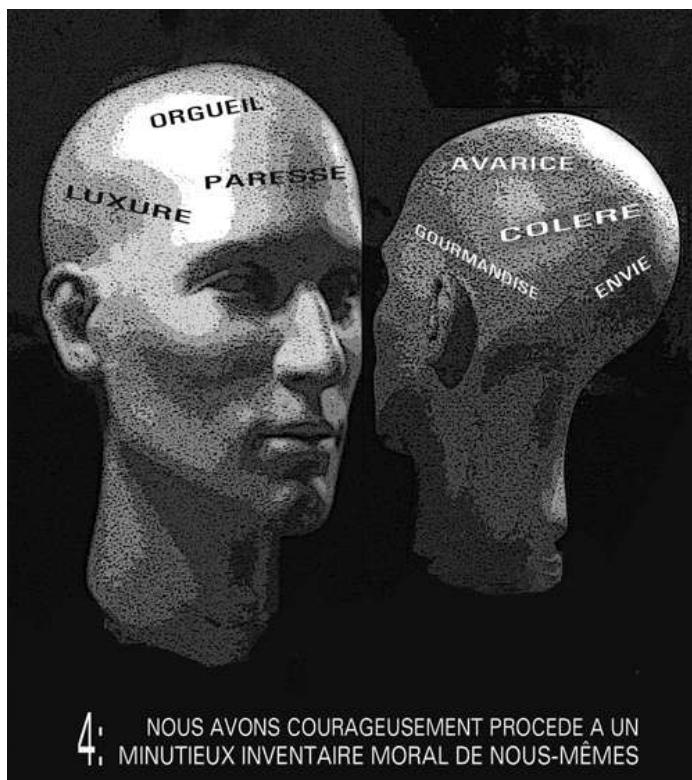
« Nous devrions, à travers toute la structure de la Conférence et à tous les niveaux de responsabilité, maintenir un « Droit de Participation » traditionnel qui ferait en sorte que chacun des groupes ou catégories, parmi nos serviteurs mondiaux se verrait accorder une représentation par vote qui corresponde raisonnablement à la responsabilité assumée»

### **Quatrième Tradition**

« Chaque groupe devrait être autonome, sauf sur les points qui touchent d'autres groupes ou l'ensemble du mouvement..»

### **Quatrième Etape**

« Nous avons courageusement procédé à un inventaire moral, minutieux de nous-mêmes»



### **Quatrième Promesse**

« Nous comprendrons le sens du mot sérénité et nous connaissons la paix. »