

Les articles publiés dans ce bulletin n'engagent d'aucune façon la responsabilité du mouvement des Alcooliques Anonymes dans son ensemble, ni celle des membres A.A. de la Région (87) Sud-Ouest du Québec.

L'utilisation du genre masculin a été adoptée afin de faciliter la lecture et n'a aucune intention discriminatoire.

Volume 16 / Numéro 1 • Hiver 2021 • Winter 2021 • Invierno 2021 • Volume 16 / Number 1

Le bonheur d'assister à l'Assemblée de Bienvenue des RSG

Pourquoi ai-je tant de plaisir à assister à l'assemblée de bienvenue des RSG?

- C'est l'assemblée qui marque le début du service pour les nouveaux RSG.
- C'est l'occasion de rencontrer les nouveaux RSG.
- On y rencontre le nouveau comité de direction de notre Région 87.
- C'est découvrir les comités de service et leurs activités.
- C'est apprendre comment servir l'association durant notre terme de RSG.
- C'est découvrir tout un monde de membres motivés à aider l'alcoolique qui souffre en lui présentant notre programme qui a aidé au rétablissement de milliers de personnes atteintes.
- Pour le RSG, c'est apprendre et devenir le chaînon entre le nouveau membre et son groupe, le chaînon entre la conscience collective des AA (la Conférence) et la conscience de son groupe qu'il sert et informe.
- Pour le membre déjà en service, c'est renouer avec le désir de contribuer humblement à sauver

nos frères et sœurs alcooliques que guettent la folie, la prison ou la mort.

- C'est se munir, par le service, d'une garantie de sobriété heureuse, avec la pratique constante de notre méthode.

Toi le nouveau RSG, nous avons hâte de te rencontrer le 16 janvier 2021 à l'assemblée de bienvenue pour t'aider dans ta tâche et solidifier ton abstinence vers une sobriété heureuse.

Solange G.

À tous les RSG: le bulletin Écho est un outil de communication pour tous les membres de la Région 87. Nous vous encourageons à le lire et à partager son contenu avec les membres de votre groupe.

To all GSRs: the Echo bulletin is a communication tool for all members in Area 87. We encourage you to read it and share its contents with your group's members.

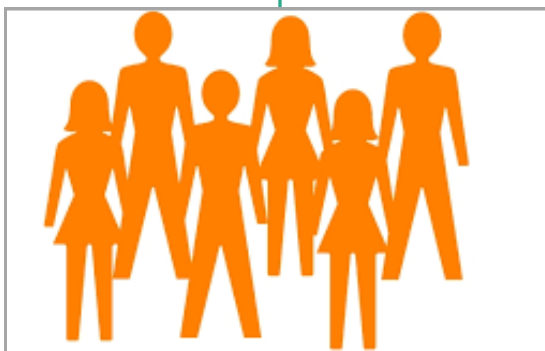
- Le bonheur d'assister à l'Assemblée de Bienvenue des RSG 1
- The Joy of Attending the GSR Welcome Assembly 2
- Info service 3
- Un petit zoom... du Reine Elizabeth à ZOOM 3
- Le Coin de la Déléguée 4
- Delegate's Corner 5
- Les élections 2020 à la Région 87 6
- L'importance du RSG pour son groupe... et pour les AA 7
- Le premier Forum virtuel de l'Est 7
- The Importance of the G.S.R. to His Group... and to A.A. ... 7
- The First Eastern Virtual Forum 7

- Publications / Literature 8
- La p'tite vie au BSR / Life at ASO 8
- Un pas vers l'humilité : une RDR en jumelage 9
- Les Centres de détention : Ouf! Dure, dure 2020 9
- A small zoom... from the Queen Elizabeth to ZOOM 9
- The 35th Annual ICOAA Meeting 10
- Mélanie, bébé des réunions téléphoniques 11
- Que se passe-t-il « Au Bout du Fil »? 11
- Comités régionaux / Area Committees 12
- Congrès et autres événements/
Convention & other events 12

The Joy of Attending the GSR Welcome Assembly

Why am I having so much fun attending the GSRs Welcome Assembly?

- This is the meeting that marks the beginning of service for new GSRs.
- It's an opportunity to meet the new GSRs.
- It's an opportunity to meet the Steering Committee of our Area 87.
- It's a chance to learn about the Service committees and their activities.
- It's learning how to serve the association during our term as GSRs.
- It's discovering a world of members motivated to help the suffering alcoholics by introducing them to our program that has helped the recovery of thousands of sufferers.



- For the GSR, it is learning and becoming the link between the new member and his group, the link between the collective conscience of A.A. (the Conference) and the conscience of the group he serves and informs.

- For the member already in service, it is to reconnect with the desire to contribute humbly to saving our alcoholic brothers and sisters from madness, jail or death.

- It means providing oneself, through service, with a guarantee of happy sobriety, with the constant practice of our method.

You, the new GSR, we look forward to meeting you on January 16, 2021 at the Welcome Assembly to help

you in your function and strengthen your abstinence toward happy sobriety.

Solange G.

Assemblée de Bienvenue

À ne pas manquer !

Assemblée régionale de bienvenue

Samedi, 16 janvier 2021

Sur Zoom

Les informations pour l'assemblée virtuelle seront bientôt disponibles sur <https://aa87.org>

L'accent de la rencontre est mis sur le rôle du RSG. Vétérans et recrues à cette fonction seront particulièrement intéressés par le programme. Bien que l'assemblée s'adresse spécialement aux RSG et membres du Comité régional (RDR, coordonnateurs et leurs adjoints, ainsi que les membres du comité de direction), tous les membres AA y sont bienvenus. Cette réunion est, comme toutes les réunions de service, fermée pour les membres AA seulement.

Welcome Assembly

Don't miss it!

Area Welcome Assembly

Saturday, January 16th, 2021,

On Zoom

Information about the virtual assembly will be available soon at <https://aa87.org>

The emphasis of the meeting is on the GSR's role. The agenda will be of particular interest for veterans and recruits to this function. Although this gathering focuses on the GSR function and is for GSRs and members of the Area Committee (DCM, Coordinators and their alternates and the Steering Committee members), all A.A. members are welcome to attend. As are all service meetings, this assembly is closed for A.A. members only.



Bureau des services régionaux
BSR - 3920, rue Rachel Est, Montréal,
QC H1X 1Z3 - 514 374-3688
echoredacteur@aa87.org
communicationsinternes@aa87.org



Dates importantes en 2021

Important dates in 2021



16 janvier	Assemblée de Bienvenue des RSG <i>GSRs Welcome Assembly January 16</i>
13 mars	Assemblée sur les items de la Conférence <i>Conference Items Assembly March 13</i>
10 avril	Assemblée de la déléguée <i>Delegate's Assembly April 10</i>
29 mai	Rassemblement provincial <i>Provincial Assembly May 29</i>
12 juin	Assemblée du retour de la déléguée <i>Delegate's Return Assembly June 12</i>
16 octobre	Assemblée d'élections <i>Election Assembly October 16</i>

Les élus de la Région 87 pour 2021 :

Area 87 Officers elected for 2021:

Los oficiales del Área 87 elegidos para 2021:

Présidente – Sylvie B. – Chairperson – Coordinadora
Présidente-adj. – Nicole A. – Alt. Chair – Coordinadora alterna
Déléguée – Ruth L. – Delegate – Delegada
Délégué-adj. – Claude G. – Alt. Delegate – Delegado alterno
Trésorier – Fernand C. – Treasurer – Tesorero
Trésorier-adj. – François A. – Alt. Treasurer – Tesorero alterno
Secrétaire – René L. – Secretary – Secretario
Secrétaire-adj. – Pierre C. – Alt. Secretary – Secretario alterno

Les finances au temps de la COVID-19 / Finances in Times of COVID-19 Crisis

2020-10-01 / 2020-11-30	2020		2019	
		Totaux		Totaux
REVENUS / INCOME				
Contr. Groupes / Group Contributions	36 130.60		63 126.07	
Contr. Individ. Contributions	13 500.75		398.64	
Contr. Autres / Contributions Others	205.00	49 836.35	582.75	64 107.46
Ventes publications / Literature Sales	24 175.86		51 343.46	
Coût des marchandises / Merch. Cost	(13 719.98)		(30 360.98)	
Salaires & fournitures / Wages & Supplies	(7 869.45)	2 586.43	(10 279.47)	10 703.01
DÉPENSES / EXPENSES				
Bureau régional	24 937.53		21 934.53	
Région 87	9 358.20		14 486.60	
Comités	6 643.13	40 938.86	16 761.89	53 183.02
RÉSULTAT / RESULT		11 483.92		21 627.45

Merci
Thank you
Gracias



Pour les 11 premiers mois de 2020, le surplus est de 2 001.86 \$

For the first 11 months of 2020, the surplus is \$2,001.86

Un petit zoom... du Reine Elizabeth à ZOOM

J'ai assisté au Congrès International 2020 grâce à Zoom... J'avais l'expérience des réunions virtuelles et depuis quelques temps, je cherchais de quelle manière me rendre utile dans le mouvement. Je me suis connectée et je dois dire que c'était tout un évènement, de sentir cette chaleur, même virtuelle, qui m'a ramenée plus de 40 ans en arrière quand l'hôtel Reine Elizabeth se remplissait pendant trois jours d'alcooliques venus de partout. Dans mon souvenir, nous devions être pas loin de 6 000 personnes, toutes les chambres étaient occupées sans compter les membres allant et venant, c'était

saisissant et émouvant... Pour moi qui venais d'arriver au Mouvement en 1977, j'étais comblée de baigner dans les messages qui se succédaient, les partages, et par toutes les personnes que j'ai connues ou tout simplement croisées. J'étais heureuse d'être alcoolique. Jusqu'à aujourd'hui, le premier congrès virtuel, mais où l'âme des Alcooliques anonymes était toujours présente. A l'ère du numérique. Je l'ai retrouvée, cette fraternité...

MR.KM

Le Coin de la Déléguée

Comment c'était, ce qui est arrivé et comment c'est maintenant ?

Bonjour amis de la Région 87.

2020 : nous nous sommes tous trompés quand nous avons cru savoir ce que cette année nous réservait. Notre puissance supérieure avait un autre plan pour nous. Nous n'aurions jamais pu savoir ce qui allait se passer. Janvier 2020 a commencé exactement comme tant d'autres années auparavant. Les serveurs de confiance nouvellement élus commençaient leur tâche, excités par leur nouvelle aventure spirituelle au sein du service. Ce serait une aventure, c'est certain. Avant que nous le sachions, la rumeur d'un virus circulait. Nous atteindrait-il? Comment cela était-il possible? Serions-nous prêts, à quoi cela ressemblerait-il pour nous en tant que fraternité si étroitement liée et unifiée dans notre amour **les uns pour les autres et dans notre but premier ? Nous l'avons su** rapidement.

La COVID-19 est arrivé ici... et en mars 2020, tout ce que nous pensions savoir allait changer, comme du jour au lendemain. Avec peu de temps pour se préparer, les portes des groupes ont commencé à se fermer une à une. Nous ne pouvions plus nous réunir en personne en toute sécurité. Le bien-être commun passerait toujours en premier, nos vies en dépendaient. Alors, nous avons été guidés par une puissance supérieure à nous-mêmes et, à la manière des AA, en un temps record, nous nous sommes lancés dans l'action, nous savions qu'il le fallait. Le nouveau venu aurait besoin de nous. Comme par magie, ou du moins c'est ce que nous avons ressenti avec l'amour et la vision de tant de nos membres, nous avons trouvé notre chemin... dans un monde numérique transmettant le message des AA.

Ce fut une année vraiment excitante pour la Région 87 et les AA dans leur ensemble. Même une pandémie mondiale n'a pas pu faire obstacle à notre objectif premier. Avec les groupes, les districts,

notre Région, la Conférence des Services généraux, notre Conseil des Services généraux, le siège social à New York, les réunions, les ateliers, les congrès, les plates-formes virtuelles, les réunions en ligne, les courriels et les innombrables appels téléphoniques qui ont eu lieu, nous sommes toujours unis, chers amis. Merci à la Région 87 pour son initiative, sa générosité, son enthousiasme, son dévouement, sa passion, sa confiance et son amour. Les Alcoolistes anonymes sont une association basée sur le principe spirituel de la confiance mutuelle. Nous sommes responsables, nous sommes dignes de confiance et nous avons fait de notre mieux pour continuer nos services afin que la main des AA soit toujours là.

2021 est un mystère, nous ne pouvons pas savoir ce qui nous attend. Pourtant, une chose restera la même, inchangée et constante, à savoir notre amour les uns pour les autres et pour le programme qui nous a sauvé la vie. Peu importe ce que l'avenir nous réserve, se pourrait-il que les AA soient meilleurs à la suite de cette pandémie, et non pas malgré elle? Nous pouvons rester sobres un jour à la fois, à condition de rester unis dans notre **mission. Quelque chose de bien plus grand est à l'œuvre ici, rien, absolument rien ne se passe dans le monde de Dieu par erreur.** Nous sommes exactement là où nous sommes censés être. **Le changement aura toujours lieu, il faut qu'il ait lieu. Et juste quand nous serons à l'aise avec ce qui est arrivé, ça changera encore.** Nous serons bien, en fait, nous prospérerons. Croyons cela.

Passer de bonnes Fêtes en toute sécurité, en bonne santé et dans la joie. Nous avons besoin de vous.

Vous êtes aimés et appréciés.

Beaucoup d'amour de la part de votre amie,

Ruth L., déléguée de la Région 87



*Loin des yeux et si près de notre cœur,
nous vous transmettons nos meilleurs vœux de bonheur.
Le Comité de Direction, Région 87*

Marco L.

Claude G.

René L.

Sylvie B.

Fernand. C

Nicole A

Ruth



Réunions téléphoniques AA
AU BOUT DU FIL



Lundi au samedi : 8h - 12h - 19h
Dimanche : 10h - 13h - 19h

450-875-9388
Sans frais : 1-855-610-2849

Delegate's Corner

What it was like, what happened and what it's like now?

Hello friends of Area 87.

2020: we all got it wrong when we thought we knew what this year had in store for us. Our higher power had another plan for us. We never could have known what was to happen. January 2020 started off just like so many others had in years past. Newly elected trusted servants were rotating in, excited for their new spiritual adventure in service. It would be an adventure, that is for sure. Before we knew it, rumor of a virus was circulating. Would it reach us? How could that be possible? Would we be ready, what would it look like for us as a fellowship so heavily connected and unified in our love for each other and our primary purpose? We would soon find out.

COVID-19 made it here...and in March 2020, everything we thought we knew would change, as if overnight. With little time to prepare, the doors of groups began to close one by one. We could no longer gather safely together in person. The common welfare would always come first, our lives depended upon it. And so, we would be led by a power greater than ourselves, and in fine AA fashion, in record timing, we launched into action, we knew we needed to. The newcomer would need us. Like magic, or so it felt with the love and vision of so many of our members, we found our way...in a digital world carrying the AA message.

It has been such an exciting year for Area 87 and AA as a whole. Even a global pandemic could not stand in the way of our primary purpose. Groups, districts, our Area, the General Service Conference, our Board of Trustees, head office in New York City,

meetings, workshops, conventions, virtual platforms, online meetings, emails and countless phone calls later, here we are friends, united. Thank you Area 87 for your initiative, generosity, enthusiasm, dedication, passion, trust, confidence, and love. Alcoholics Anonymous is a fellowship based upon the spiritual principle of mutual trust. We are responsible, are trustworthy and have done our very best to continue our services so the hand of AA will always be there.

2021 is a mystery, we can not know what lies ahead. Yet one thing will remain the same, unchanged and constant and that is our love for each other and for the program that saved our lives. No matter what the future holds, could it be that AA will be better as a result of this pandemic, not in spite of it? We can stay sober one day at a time provided we remain united in our mission. Something much greater is at work here. Nothing, absolutely nothing happens in **God's world by mistake. We are exactly where we are meant to be.** Change will always happen, it must. And just when we get comfortable with that, it will change again. We will be ok, in fact, we will thrive. Let us believe that.

Have a safe, healthy and joyous Holiday season friends. We need you.

You are loved and appreciated.

Much love from your friend,

Ruth L, Area 87 Delegate



*Away from the eyes and so close to the heart,
we send you our best wishes of happiness.*

The Area 87 Steering Committee

Marco L. Claude G. René I.
Sylvie B.
Fernand. C Ruth Nicole A



Planning a Future Event?

Information must be received at ASO, no later than February 22, 2021, for the Spring 2021 Edition: area@aa87.org or echoredacteur@aa87.org

L'importance du RSG pour son groupe... et pour les AA

Nous savons tous que le service dans notre groupe d'attache peut prendre plusieurs formes : préparer le café et le servir, préparer la salle de réunion, agir comme secrétaire, trésorier ou président du groupe, accueillir les membres avant la réunion (présentement, ça peut aussi être l'hôte d'une réunion sur Zoom!), etc.

Dans tout ça, quel est le rôle du Représentant auprès des Services généraux? Il est le lien entre son groupe et l'ensemble du Mouvement. Dans la structure de service des AA, il est la voix de la conscience de son groupe. Il rapporte celle-ci au RDR de son District et au délégué de sa Région. Mais il y a plus : le RSG est responsable de rapporter à son groupe les résolutions de la Conférence annuelle des Services généraux, car ces dernières affectent l'unité, le bien-être et la croissance des AA. Si cette communication dans les deux sens ne se fait pas, la Conférence aura du mal à agir au nom de l'ensemble des AA. N'ou-

blions pas que ce sont les groupes qui sont au sommet de la « pyramide inversée ».

Que devrait faire un RSG pour bien remplir son rôle? Entre autres choses : assister aux réunions de district, assister aux assemblées régionales, être le lien avec le Bureau des Services généraux pour la correspondance, de même que la correspondance avec le RDR de son district et le comité régional. Il est important qu'il connaisse la documentation de service : les nouvelles publications, les lignes de conduite, les bulletins, etc., et qu'il en fasse part à son groupe. Également, il est souhaitable qu'il soit familier avec les Douze Traditions et les Douze Concepts. Pour en savoir plus, vous pouvez consulter le Manuel du Service chez les AA au chapitre deux.

Guy C.

Le premier Forum virtuel de l'Est

Ce fut mon premier Forum oui, mais j'ai assisté aléatoirement. Je me suis connectée dès le matin et j'ai fermé le soir. J'allais m'asseoir à ma tablette 5-10 minutes à la fois et j'écoutais, et je repartais faire d'autres tâches dans la maison et à l'extérieur. J'avais imprimé le programme que j'avais laissé à côté de ma tablette. Par contre lorsque je revenais, je voyais ma tablette allumée, quelques visages souriants, des décors tantôt de Noël, tantôt de bureau. Une fois où je me suis déposée entre 2 obligations extérieures, je suis tombée sur la pièce de théâtre. Avant que je réalise que c'était de l'humour et exagéré, j'étais dans un état de drame. Les yeux et les oreilles bien à l'écoute. Mais après avoir regardé mon programme, j'ai réalisé que c'était de l'humour. J'ai bien ri!

Aussi, j'ai écouté attentivement un ancien administrateur s'exprimer à la toute fin et il m'a inspiré. Toujours en parlant du service, il a soulevé le point que dans AA nous apprenons à faire notre propre inventaire. Alors il faut cesser de se demander « Pourquoi les autres ne s'impliquent pas dans les Services? » mais plutôt se demander « Qu'est-ce que l'on fait qui empêche les gens de s'impliquer? » Il a aussi dit que parfois AA a besoin d'un coup de main et que parfois AA a besoin d'un coup de pied. Et que la COVID fut notre coup de pied au derrière pour s'actualiser. Pour moi, ce fut suffisant, cette personne a nourri ma flamme du Service.

Marie-Josée B.

The Importance of the G.S.R. to His Group... and to A.A.

We all know that service in our home group can take many forms: making and serving coffee, preparing the meeting room, acting as secretary, treasurer or chair of the group, greeting members before the meeting (currently, it can also be hosting a Zoom meeting), etc.

In all of this, what is the role of the General Service Representative? The General Service Representative is the link between his or her group and the Fellowship as a whole. In A.A.'s service structure, he is the voice of his group's conscience. He or she reports this conscience to the D.C.M. of his or her District and to the delegate of his or her Area. But there is more: The G.S.R. is responsible for reporting to his or her group the resolutions of the annual General Service Conference, since these affect the unity, welfare, and growth of A.A. If this two-way communication does not occur, the Conference will find it difficult to act on

behalf of A.A. as a whole. Let us not forget that it is the groups that are at the top of the "inverted pyramid".

What should a G.S.R. do to fulfill his or her role effectively? Among other things: attend district meetings, attend area assemblies, be the liaison with the General Service Office for correspondence, as well as correspondence with his or her district D.C.M. and area committee. It is important that he or she be familiar with service material-new literature, guidelines, bulletins, etc.-and share it with his or her group. Also, it is desirable that he or she be familiar with the Twelve Traditions and the Twelve Concepts. For more information, see the A.A. Service Manual in Chapter Two.

Guy C.

The First Eastern Virtual Forum

It was my first Forum yes, but I attended randomly. I logged in in the morning and closed in the evening. I would sit at my tablet for 5-10 minutes at a time and listen, and then I would go back and do other tasks around the house and outside. I had printed out the program that I left next to my tablet. But when I came back, I would see my tablet on, a few smiling faces, Christmas and office decorations. Once I dropped in between two outside obligations, I stumbled upon the play. Before I realized that it was humorous and exaggerated, I was in a state of drama. My eyes and ears were tuned in. But after watching my program, I realized that it was humor. I laughed!

Also, I listened carefully to a former administrator speak at the very end and he inspired me. Always talking about service, he brought up the point that in A.A. we learn to make our own inventory. So we have to stop asking, "Why don't others get involved in service?" Rather, we need to ask, "What do we do that keeps people from getting involved?" He also said that sometimes A.A. needs a hand and sometimes A.A. needs a kick. And that COVID was our kick in the butt to get up to speed. For me, that was enough, this person fed my flame of service.

Marie-Josée B.



Les Publications... L'AArt de se rétablir
Literature... The AArt of Recovery

À surveiller / To watch for

Disponible en février 2021 - Available in February 2021

Édition limitée - Limited Edition

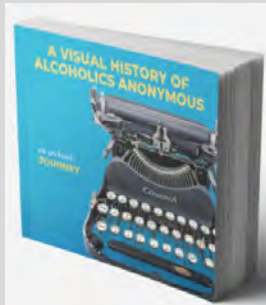


Une histoire visuelle des AA

Formats 4.75" x 3.75 "
Voyage au cœur des archives

A Visual History of A.A.

Formats 2"x2" each
An Archival Journey



Le retour attendu de la revue La Vigne dès Janvier



En attendant la réouverture des groupes, la Vigne publiera sa revue en **format numérique dès janvier**. Au coût de 1.25 \$, tu pourras enfin renouer avec le beau contenu qu'offre La Vigne, et ce maintenant à **tous les mois!** Pour les achats : <https://lavigneaa.org>

Commandes en ligne - Online Orders
publications-aa87.org

Pour commander / To order:

514-374-3688 #1 publications@aa87.org 514-374-2250



Heures d'ouverture / Opening Hours

Dim/ Sun	Lun/ Mon	Mar/ Tue	Mer/ Wed	Jeu/ Thur	Ven/ Fri	Sam/ Sat
—	—	13:00 - 19:00	13:00 - 19:00	13:00 - 19:00	13:00 - 16:00	9:00 - 13:00

La p'tite vie au BSR...
Life at ASO...

Vous commencez votre nouvelle tâche de RSG ?

Voici des informations qui vous seront utiles. Avez-vous reçu le carnet régional 2021? Non? Vous êtes-vous inscrits au BSR? Faites-le sans tarder. Vous pouvez remplir le formulaire sur le site web : <https://aa87.org/aa87-accueil/aa87-accueil-membres/notre-region/changements-dinformations-de-groupe/> Ne manquez pas l'assemblée de bienvenue des RSG, le 16 janvier 2021. Surveillez les annonces pour les infos sur l'assemblée en ligne disponibles bientôt.

Vous pouvez également vous renseigner sur votre rôle en lisant les brochures Le groupe d'attache là où tout commence (FP-16) ou le dépliant Le RSG le représentant auprès des services généraux (FP-19). Inscrivez-vous au prochain séminaire sur la structure! Les serveurs dévoués des Services aux groupes vous présenteront la famille AA et ses origines dans les services.

Écrivez-nous un courriel à bsr-services@aa87.org pour toute question ou pour fournir les coordonnées nécessaires pour vous faire parvenir les nouvelles de la région et le bulletin Écho Echo Eco.

Are you starting a new G.S.R. function?

Here is some useful information for you. Have you received the 2021 Area Booklet yet? No? Have you registered with ASO? Register now. You can fill out the form on the website: <https://aa87.org/aa87-accueil/aa87-accueil-membres/notre-region/changements-dinformations-de-groupe/>

Don't miss the G.S.R. Welcome Assembly on January 16, 2021. Watch for announcements for online Assembly info coming soon.

You can also learn about your role by reading The Home Group Where It All Begins (P-16) or The G.S.R. (P-19). Register for the next A.A. Structure Seminar! The dedicated Group Services trusted servants will introduce you to the AA family and its origins in service.

Send us an email at bsr-services@aa87.org for any questions or to provide us with the necessary contact information to send you the Newsletter and the Écho Echo Eco Bulletin.

Un pas vers l'humilité : une RDR en jumelage

C'est avec gratitude que je termine bientôt un terme de 3 ans comme RDR. Être au service du mouvement des Alcooliques Anonymes est un privilège et une responsabilité. Après avoir rencontré des membres qui m'ont transmis l'amour et la joie de servir les AA, j'ai décidé de prendre la responsabilité qui m'incombe. Cela ne s'est toutefois pas produit sans peur ni appréhension. J'ai dit non quelques fois avant d'accepter d'être RDR. Il me semblait que ce n'était pas le bon moment. Pour être honnête, je me sentais terrifiée. J'ai une marraine de service qui m'a incitée à dire oui et m'a guidée dans ma décision et ma poursuite de l'expérience du service. Je lui en suis très reconnaissante.

J'ai bien cru au début que je redresserais ce qui me semblait avoir besoin d'un changement. Je m'engageais dans un district qui n'avait pas de RDR, j'avais donc 3 ans pour poursuivre l'apprentissage d'un serviteur de confiance. Comme je faisais partie du comité régional, j'étais jumelée à différents comités de service. J'ai donc eu la chance de connaître le comité du site Web et de constater tout le travail technologique qui nous permet de bien communiquer entre nous, surtout en cette période de pandémie. Ce fut ensuite le comité des Communications internes qui a alimenté ma passion pour l'écriture. Enfin, ce der-



nier jumelage avec le Groupe de travail sur les finances fut particulièrement bénéfique. C'est avec le trésorier et les ex trésoriers de la Région que je me suis ouverte davantage à la dimension spirituelle de l'argent. J'ai compris et vécu la promesse d'être libérée de la crainte de l'insécurité financière. Mon implication m'a amenée à vouloir approfondir les Concepts. J'ai compris que le droit de participation (4^e Concept) et le droit d'appel (5^e Concept) m'aident et m'encouragent à prendre parole et position. Ils m'apprennent à vivre et à prendre mes responsabilités aux réunions comme RDR. J'ai réalisé que mon opinion pouvait avoir son importance. En rapportant au district ce que j'apprenais dans ces comités, je pouvais peut-être transmettre à mon tour le goût d'être au service de ce grand mouvement, les Alcooliques anonymes, dont le but ultime est de transmettre le message à l'alcoolique qui souffre encore. Avec le temps, l'égo exigeant fait place au don de soi. La peur fait place à la sérénité. J'avais oublié pour un instant que j'étais là pour

me rendre disponible aux besoins d'une conscience de groupe. Je reviens donc à nos principes spirituels, Amour et Service. Mon état d'esprit s'ouvre à l'humilité.

Johanne B.

Les Centres de détention : Ouf! Dure, dure 2020

Toutes nos salles ferment et que ferons-nous pour transmettre le message? EURÉKA! Zoom, outil de vidéoconférence. WOW! Je peux participer. Comme plusieurs, je préfère les salles, échanger des câlins, toucher etc... Avec Zoom, nous pouvons nous voir, rire, prendre des décisions et pratiquer notre programme.

Que devons-nous faire avec nos membres incarcérés dans les centres de détention? Nous avons suggéré des façons aux responsables dans les prisons. Refus sur toute la ligne. Nous sommes tellement impuissants. Nous avons les outils et nous ne pouvons pas les partager. On continue à y penser.

Nos représentants de groupe dans les centres ont très hâte de reprendre les activités. Vous me direz qu'ils sont fous! Eh oui! Fous de transmettre le message à des personnes qui ont perdu le sens

des réalités avec la vie, de leur donner un espoir, de voir l'étincelle dans leurs yeux, de répondre à leurs questions et de nous sentir utiles. Tout ça se fait dans l'humilité! C'est une activité de 12^e Étape qui nous comble. Ça nous demande aussi de la discipline, car nous devons trouver un conférencier parmi une liste de plusieurs noms et surtout il ne faut pas laisser tomber nos détenus. Ils nous attendent.

Nous vous suggérons une méditation sur votre avenir dans le rétablissement. Est-ce que j'ai une soirée de 3 heures de disponible par semaine pour transmettre le message aux détenus? Pourquoi ai-je des restrictions? Je vais poser des questions aux personnes en poste. Et visiter le site du Comité des centres de détention pour m'informer.

Diane H.

A small zoom... from the Queen Elizabeth to ZOOM

I attended the 2020 International Convention thanks to Zoom... I had the experience of virtual meetings and for some time I had been looking for ways to make myself useful in the movement. I logged on and I must say it was quite an event, to feel that warmth, even virtual, that took me back more than 40 years to when the Queen Elizabeth Hotel was filled for three days with alcoholics from all over. In my memory, we must have been close to 6,000 people, all the rooms were occupied, not counting



the members coming and going, it was striking and moving... For me, who had just arrived at the Fellowship in 1977, I was overwhelmed by the messages that followed one another, the sharing, and by all the people I knew or simply crossed paths with. I was happy to be an alcoholic. Until today, the first virtual Convention, but one in which the soul of Alcoholics Anonymous was always present. In the digital age. I found it again, this Fellowship.

MR.KM

The 35th Annual Intergroup/Central Office of Alcoholics Anonymous (ICOOA) Meeting

The ICOOA 2020 meeting was held virtually in Des Moines, Iowa from September 17th – 20th. Our Administrative Assistant and registrar Ginette W. attends this yearly event where the exchange of Experience, Strength and Hope takes place among AA Central Office workers and the Intergroups. There are over 700 Intergroups/Central Offices throughout the world that support AA services. The structure in AA is not the same everywhere, for example Area 87 is the only one similar to the structure in Chicago Area 19 where we more or less have the same amount of committees.

Our ASO office runs a literature counter, Helpline committee workers on site and through use of their own computers at home, Comité de l'aide téléphonique workers on site, as well as space for committee and district meetings pre COVID. The radio program "Un jour à la fois" which is now available to listen to on the area Web site aa87.org, records speakers on site for broadcast. Members have access to AA shares any time of day or night since the pandemic began.

The archives located downstairs as well have made at hand previously recorded shares on the area Web site, which is accessible through the "Un jour autrefois" button which is continuously available. They also have a section under the committee tag "archives" where you will find more information.

We are fortunate to be living in a metropolitan area where members may complain at times that the ASO is in the East end of the city, but many Intergroups throughout the structure are geographically distant from their Central Offices. The need for the yearly event is evident as members present can attend workshops of topic discussions that interest them throughout the seminar and bring back information that can improve services in their own areas.

The representatives from the offices assist a manager's only meeting where they are able to discuss office operations issues. There were presentations as well from GSO/AAWS Friday night and AAGV Saturday night, a main speaker Thursday, night Beau B., GSO staff and Chairperson of The ICOOA this year. The seminar ended Sunday with report backs from the workshops and an annual business meeting to decide who will host the next ICOOA and other pertinent issues that are carried over from last year and new issues may be added.

There is a Policy Committee who meets year round that is comprised of seven Delegates and their Alternates that represent Northeast, East Central, West Central, Southwest, Pacific, Eastern Canada and Western Canada whose responsibility is to take an inventory of all the seminar's activities. Ginette W. was voted Delegate to represent Eastern Canada (which includes Ontario, Quebec, New Brunswick, Nova Scotia and Prince Edward Island) at the business meeting Sunday. She will be the voice for these Areas.

Our host for the weekend Brook W. made it personable by showing us some photographs of landmarks we would have seen from the airport to our hotel by screen sharing some of them. One of interest to me in particular was a white painted historic looking wooden club house that was bought by members in the 70's who all had families to take care of at the time, which I think shows the love they had for the fellowship.

The workshops included topics such as Newsletters and Bulletins; Keeping our Groups connected. I am fortunate to be coordinator in interim for the Internal Communications Committee (ICC) as I was able to talk about our Newsletter and our service bulletin Écho, Echo, Eco and how we communicate as an Area to our groups by sending these documents in mailings to GSRs. We had a special mailing this year that pro-

vided information about deconfinement and the importance of respecting government regulations. Included were articles that members sent to the office praising the staff about the work they have done since March. Good communication keeps members feeling secure and well informed as information is shared throughout all levels of service.

My sharing and other members' are critical in the workshops as it is an exchange of information on how things can be improved and how we can provide support to one another, especially in this past year by realizing we are not alone. I think the most important message I got out of this workshop is to share how we do things in our Area, as simple as this may seem. It can provide an example that another Areas might consider to help them carry the message to the alcoholic who is still suffering.

On Friday afternoon there were breakout rooms that included GSO staff Jeff W. from Group Services and Beau B. Chairperson for AAWS, who were present to answer questions and participate. The topics were: Improving Communications Between ALL; Using search engines that will lead directly to aa.org; You Tube channels. I talked about our Gratitude Week where coordinators from different committees are interviewed at the "What Lights you Up?" workshop all week at noon as well as speakers at 7:00 p.m. who are invited to share by the CPC committee. For example, another great workshop our Area had was given by René B. from the radio program "Un jour à la fois". Self support-Tradition 7; virtual basket guidelines; how groups are contributing through Zoom meetings having the Area treasurer visit different districts to keep members informed about finances were things I shared that we do in our own Area. Business Model Changes was another topic which was discussed. Literature sales: Areas had big drops in literature sales. Jeff W. wanted to know if the discount was helpful and said there would be a Holiday sale so that Areas could purchase bigger orders and save on shipping. I contributed to this workshop by saying our Area dropped the shipping cost during the first confinement.

All workshops had access to chat and slack which were available for all to drop information in from their own areas; members could save and print out documents such as: Information For Newcomers; AA San Diego Central which provided links for the Newcomer to read; Useful Resources on Best Practices for Gatherings During COVID-19, including information on hybrid meetings; Group and Meeting Changes which included COVID-19 safety precautions; A String Diagram of what one Area Service Office does which includes flyer packets for Intergroup representatives. I contributed that our Literature committee published a booklet called "Dry Drunkenness" that sold over 6,000 copies, and that local flavors are a great way to keep communication open between areas as they can be sold and exchanged. One area is working on software that other areas can use as well but the project is on hold since COVID appeared. In 2018, Area 87 hosted the ICOOA at the Gouverneur Hotel in Montreal. Our Central Office representative Ginette W. was the Chairperson and I was part of the organizing committee. I am grateful to have had the opportunity to serve and learn about this important seminar. I was an attendee this year during a worldwide epidemic and could see AA's Three Legacies in action: Recovery (Steps), Unity (Traditions), and Service (Concepts) and the fellowship transcending physical barriers by using technology to meet its spiritual principles.

Nicole A., Alternate Chairperson Area 87

(la version française de ce texte sera présentée dans l'Écho printemps 2021)

Mélanie, bébé des réunions téléphoniques, se porte très bien !

J'ai d'abord animé des Réunions téléphoniques. Puis, j'ai modéré, c'est-à-dire que, comme tous les modérateurs, pour faire court, j'accueille les participants, je gère les micros et le temps de parole alloué à chacun.

Or, voici qu'un jour, se présente une jeune femme qui fait sa première réunion, à vie. Elle se prénomme Mélanie. Elle est accueillie chaleureusement comme il se doit. On lui souhaite la bienvenue, on lui fait des bisous virtuelles, on lui souhaite bonne chance et plusieurs lui témoignent leur appui au cours de la réunion.

À chaque fois que je modère, Mélanie est là. Bientôt., tout le monde connaît « Mélanie la nouvelle ». C'est qu'elle fait BEAUCOUP de réunions, cette jeune dame! Et le temps passe.

L'entrevue avec Mélanie s'est déroulée le 12 novembre. Elle avait 50 jours.

Mélanie est la preuve que, même pour les nouveaux, il est possible de demeurer sobre par le biais des réunions téléphoniques. Voici son histoire.

Mélanie a 43 ans. Elle a une petite fille de 6 ans qu'elle a eu peur de perdre à cause de l'alcool. De 1998 à 2012, Mélanie travaille, d'abord en aéronautique puis 15 ans au sein d'une grosse compagnie. Elle consomme le soir et les fins de semaine, mais elle arrive à fonctionner. Elle s'entraîne et ne manque pas une journée de travail.

En 2012, elle rencontre celui qui devient le père de sa fille. Ils emménagent ensemble « top vite », dit-elle. Elle s'aperçoit qu'il consomme de la drogue et la traite d'alcoolique alors qu'elle ne boit, dit-elle, que 3-4 bières par jour à travers des périodes d'abstinence.

Puis, voilà Mélanie enceinte. Elle ne consomme ni au cours de sa grossesse ni pendant l'allaitement. Le père part lorsque l'enfant a 5 mois. Il ne s'occupe pas de l'enfant et ne travaille pas, mais consomme beaucoup. Malgré tout, Mélanie arrive à acheter une petite maison, seule.

En 2015, sa fille a 1 an et Mélanie retourne au travail. Un soir, elle achète une « grosse » bière et des cigarettes. Doucement, la quantité augmente : 3-4 bières et plus, chaque soir. Vers 2018-2019, elle change de poison et

passse au vin blanc, mais peut demeurer 2 jours sans boire. En même temps, elle éprouve des troubles de l'anxiété et de dépression qui deviennent de plus en plus sérieux.

Les problèmes vont aussi s'accumuler avec le père de l'enfant qui la harcèle : il l'a vue boire en présence de l'enfant plus d'une fois. La DPJ s'en mêle. Alors qu'elle voulait une garde complète, elle obtient une garde partagée avec un père qui ne travaille pas et ne veut surtout pas payer de pension alimentaire : « Quand elle est partie avec son père, ma fille pleurait en criant, maman! Cette image est restée gravée dans ma tête .

« Ma consommation ne cessait d'augmenter. J'avais des tremblements et l'alcool faisait arrêter les tremblements. C'était infernal ». Le 24 mai 2020, Mélanie appelle pour la 1^{ère} fois à l'Aide téléphonique des AA puis part en vacances avec sa fille avec l'intention de se rétablir. L'opération s'avère catastrophique. Au mois de septembre 2020, l'enfant fête son 6^e anniversaire. Mélanie rappelle les AA et fait sa 1^{ère} réunion téléphonique. Elle dit qu'elle est « nouvelle »! Vous savez comme nous sommes avec les nouveaux! On les câline, on les chouchoute et Mélanie a une voix qui fait toute jeune, alors là...!

Aujourd'hui, Mélanie n'a plus de « boule en dedans », elle est plus sereine: « J'ai les idées plus claires, la peau plus claire ». Sa voix est calme, posée. Elle semble redécouvrir la vie avec des yeux nouveaux, ceux d'un enfant.

Pour ses 30 jours, le groupe lui a chanté « Bonne fête... ». Émue, vous dites ? Oh! La là , c'est peu dire!

Cela a été pour moi un grand plaisir de converser avec une jeune femme autonome, déterminée, intelligente et débordante d'amour pour son enfant.

Mélanie, en prenant la décision de te joindre aux AA et d'entreprendre ce programme de rétablissement, tu t'es fait le plus beau cadeau du monde, et, par conséquent, tu en fais un tout aussi grand à celle que tu aimes plus que tout, ta fille!

Catherine E., Équipe ÉRT

Que se passe-t-il « Au Bout du Fil »?

Oui, vous avez bien lu! Nous avons désormais un nouveau nom aux Réunions téléphoniques! Ce n'est plus le 3920 le matin, le midi et le soir, mais bien « Au bout du fil »! C'est Marie-Josée, secrétaire de l'équipe de l'ÉRT, qui a eu l'heureuse idée de cette appellation. Nous l'en remercions.

Je rappelle que nous offrons des réunions « Discussions » tous les jours à 8h-12h et 19h, des réunions « Partage » le dimanche à 10h, le mercredi à 12h et le vendredi à 19h.

**** DU NOUVEAU ****

La réunion « Au bout du fil » du dimanche est à 13h et porte sur Le Gros Livre et à compter de décembre, la réunion de mardi à 19h traitera des 12 Étapes du Programme des AA.

Toutes les réunions téléphoniques abordent des sujets en lien avec les Alcoolistes anonymes.



Tu t'ennuies de nous ? Eh bien ! Nous aussi !
C'est pourquoi toute l'équipe de notre belle revue
a travaillé à l'élaboration d'une version numérique
MENSUELLE à 1,25 \$ →
en attendant le retour de la version imprimée....

Le Cercle - Signe de vie : réunion Zoom tous les mardis 20h00

Le Cercle - Signe de vie est un groupe des Alcoolistes anonymes qui offre une réunion sur la plateforme Zoom pour les personnes sourdes et malentendantes. La réunion est traduite en direct à l'écran en Langage Signé du Québec (LSQ) par un interprète accrédité. Toute personne intéressée par le programme de rétablissement des AA peut y assister.

Vous trouverez Le Cercle - Signe de vie sur la plateforme Zoom à tous les mardis à 20h00. La réunion est affichée sur la liste des réunions virtuelles de la Région 87 à aa87.org.

Cliquez ici pour joindre la réunion :

<https://us02web.zoom.us/j/81400911090?pwd=MUdjOjBka0FtYnE1bGdlaFRFQzF3UT09>

ID : 814 0091 1090 Mot de passe : 759276

Les réunions par Zoom peuvent aussi être jointes par téléphone au 438-809-7799. Des frais d'interurbains peuvent s'appliquer.

Amour et Service, André D., Le Cercle - Signe de vie

Services aux groupes – Group Services

Dates prévues pour les activités à venir / Scheduled dates for coming activities

Français	English
Information sur le rôle du RSG 23 janvier (9 h)	
Information sur le rôle du RDR 30 janvier (9 h à midi)	Information on the DCM Function January 30 th (1:00 to 4:00 P.M.)
Séminaires sur la structure des AA (8 h 30 à 15 h 45) 6 février, 17 avril	AA Service Seminars (8:30 A.M. to 3:45 P.M.) March 6 th
Les Douze Traditions 18 avril (9 h à midi)	The Twelve Traditions
Les Douze Concepts	The Twelve Concepts
Entraide pour femmes en service 7 février (à 13 h)	Support for Women in Service
Information sur l'accueil du nouveau 27 mars (9 h)	

Inscrivez-vous auprès du BSR, au (514) 374-3688, poste 3
Register with the ASO at (514) 374-3688, ext. 3

Christmas Day Roundup 2020

AA Montreal (Area 87, District 06)
English Meetings

Join us as we share our experience, strength and hope.

Friday, December 25
10:30am - 5:30pm

Zoom: 914 6288 6089
Password: 2424

By phone: 438-809-7799 + enter meeting ID & password when prompted

All meetings are open to anyone interested
in finding out more about alcoholism

10:30 – 11:00	Fellowship
11:00 – 11:45	Speaker meeting
11:45 – 12:00	Fellowship
12:00 – 12:45	Discussion meeting
12:45 – 1:00	Fellowship
1:00 – 1:45	Speaker meeting
1:45 – 2:00	Fellowship
2:00 – 2:45	Discussion meeting
2:45 – 3:00	Fellowship
3:00 – 3:45	Speaker meeting
3:45 – 4:00	Fellowship
4:00 – 4:45	Discussion meeting
5:45 – 5:30	Fellowship



You are not alone!

News from the Technical Committee

After a period of tuning, we are happy to give you an update on the progress of the technical committee.

The current focus of the committee is on helping members to be able to participate, create and manage a virtual meeting. It will also do the follow-up with the members responsible for the groups in the management of their meeting. If you need our help, you can reach us right now in 2 different ways:

1. Click on the link available on the first page of the region's website: <https://aa87.org/>



Click on this icon:

OR

2. Send an email to technique@aa87.org

Looking forward to serving you!

Vous projetez un événement?

Les informations doivent parvenir au BSR, au plus tard le 22 février 2021, pour l'édition du printemps 2021 : region@aa87.org ou echoredacteur@aa87.org