

Aperçu de nos publications...

Des trucs pour ne pas boire...

Tous les nouveaux se posent la même question: « *Comment pourrai-je passer ma vie sans alcool?* » C'est une question qui est aussi vieille que le Mouvement lui-même. Bill, Dr. Bob et les autres qui ont suivi jusqu'à vous, probablement, se sont inquiétés à ce sujet. ***Vivre... sans alcool*** donne en cent pages une foule de conseils à ceux qui se demandent:

Que puis-je dire et faire au cours d'une réception?

Devrais-je garder de l'alcool chez-moi?

Comment expliquer aux gens que je ne bois plus?

Que puis-je faire quand je me sens seul?

... et une foule d'autres questions du genre.

Le temps de Fêtes est une période que nous redoutons tous. Comment couper avec les vieilles habitudes, comment naviguer au travers des parties de bureau et des réceptions de famille?

On suggère au nouveau de se tenir occupé, de voir des membres, d'assister à des réunions.

Chacun trouvera dans cette publication des suggestions de moyens éprouvés par des membres AA pour ne pas boire.

Alors, le temps des Fêtes on peut ***Vivre... sans alcool!*** D'autres l'on fait, et vous aussi vous le ferez.

Les AA sont-ils pour vous? Ou pour un parent? Un ami

Toute association qui se respecte a son questionnaire. Les AA ne font pas exception à la règle. Le dépliant ***Les AA sont-ils pour vous?*** contient l'outil merveilleux pour faire une Douzième Étape: douze questions, accompagnées chacune d'un bref commentaire, pour aider le buveur problème à savoir s'il est alcoolique.

Parfois, on aurait l'occasion de transmettre le message mais malheureusement, on n'a pas sur soi de documentation à remettre directement à l'éventuel nouveau. Ce tout petit dépliant est pratique car on peut le conserver à sa portée en tout temps et l'utiliser au besoin. Qui sait, peut-être que le buveur problème aura justement son « moment de lucidité » pour répondre aux questions et constater que oui, il boit anormalement.

N'est-ce pas une bonne idée que de « parrainer » un professionnel, médecin, avocat ou autre, en déposant ce dépliant dans sa salle d'attente?

Qui détient les droits d'auteur des traductions en français?

AA World Service, Inc. détient les droits d'auteur sur toutes les publications et toutes les traductions. Par contre, nous avons le mandat de veiller à faire respecter ces droits si quelqu'un s'approprie nos traductions.

Réflexions sur la structure d'un groupe

Le livre ***Le groupe d'attache: le battement du coeur des AA.*** Cette plaquette de 128 pages produite par *AA Grapevine* est une merveilleuse collection d'articles écrits par les membres sur l'importance du groupe d'attache. Pour donner un exemple, un des chapitres s'intitule « Si tu ne peux vivre, ni mourir, fais du café ».

On y trouve de nombreuses réflexions sur la structure d'un groupe, sur les problèmes internes, mais surtout sur les *solutions* apportées.

Chaque groupe aurait avantage à se procurer et surtout à consulter quand une difficulté se présente.

Alcoolique... et quoi encore?

Bien des alcooliques ont tendance à vouloir prendre des médicaments pour contrer le stress. Chez beaucoup, c'est même un automatisme.

Il existe un petit document broché de 28 pages qui donne toutes les informations nécessaires sur le sujet. Il s'intitule: **Le membre face aux médicaments et à la drogue.**

Des médecins ont contribué à la rédaction de cette brochure, qui parle de l'abus de médicaments, des expériences de membres qui ont consommé sans raison et de la nécessité d'en prendre pour certains. Des maladies comme la dépression, l'hypertension et autres nécessitent une médication stricte, sans quoi le patient peut mourir. Il faut une bonne dose de courage pour admettre qu'on est maniaque-dépressif, mais une telle maladie non traitée peut causer un tort irréversible. C'est pourquoi il est important de lire cette brochure afin de ne pas « jouer au médecin » et d'être capable de discerner si les personnes qui se confient à nous prennent des médicaments par nécessité ou pour fuir la réalité.

L'alcoolisme: un problème d'ordre moral ou un problème de santé?

Il existe une brochure qui contient une mine de renseignements sur notre Mouvement. Il serait souhaitable de la lire et de la conserver comme source de références, car elle résume très bien nombre de questions que se posent les nouveaux et les membres qui ont quelques années d'abstinence. Le titre de cette brochure est **44 questions.**

Le nouveau qui nous visite pour la première fois se demande tout d'abord ce qu'est l'alcoolisme. Est-ce un problème physique, mental, moral? Comment savoir si on est alcoolique? En guérit-on? Comment le mouvement des AA peut-il aider l'alcoolique? Suis-je trop malade pour faire partie des AA?

Le membre qui a accumulé une certaine période d'abstinence posera un certain nombre de questions spécifiques sur la nature, la structure et l'histoire du mouvement: Que sont les AA? Comment le mouvement a-t-il débuté? Quels sont les règlements? Combien ça coûte? Qui est en charge?

Plus loin dans la brochure, on explique les types de réunions, qui peut y assister, pendant combien de temps, etc.

Le troisième volet parle du programme de rétablissement, des Traditions et du mode de vie en général.

En plus d'être une source de référence personnelle, cette brochure est très utile à ceux qui transmettent le message des AA aux alcooliques qui souffrent encore. C'est un résumé de nos principes et de ce fait, on peut la consulter rapidement pour trouver une réponse à ses propres questions ou à celles qui nous sont posées par d'autres personnes, alcooliques ou non, qui s'intéressent au programme des AA.