

# Directives

## Al-Anon

L'expérience partagée de membres Al-Anon et Alateen

## Réunions pour débutants

FG-2

Les réunions pour débutants sont un élément important de nos Groupes Familiaux Al-Anon. Une réunion pour débutants a pour but de faire connaître le programme Al-Anon aux nouveaux venus de façon accueillante et rassurante, dans un environnement où ceux-ci peuvent poser des questions et discuter de leurs sentiments avec des membres de longue date. Les membres qui ont de l'expérience donnent leur témoignage sur la maladie de l'alcoolisme et renseignent les nouveaux venus sur les diverses pièces de Documentation Approuvée par la Conférence (DAC). Les nouveaux venus sont également encouragés à régulièrement assister aux réunions Al-Anon.

### Inscrire une réunion pour débutants

Certains groupes choisissent de tenir des réunions pour débutants en même temps que la réunion du groupe. Les réunions spéciales pour débutants durent habituellement entre 30 minutes et une heure. Ces réunions spéciales sont inscrites comme faisant partie du groupe Al-Anon qui les organise, lequel a un Représentant de Groupe (RG). Les formules pour ces réunions varient entre une et six semaines. La durée relève de l'autonomie du groupe qui les organise.

Certains districts et Services d'Information Al-Anon peuvent également animer des réunions spéciales pour débutants qui peuvent – ou non – se dérouler en même temps qu'une réunion du district ou du SIA. Les groupes situés dans la région géographique desservie par le district ou le SIA pourvoient les dirigeants ou présidents pour les réunions. Les formules pour ces réunions spéciales pour débutants varient entre une et six semaines. La durée relève de l'autonomie du district ou SIA hôte.

Certains groupes Al-Anon choisissent d'inscrire leur réunion en tant que réunion pour débutants afin d'attirer de nouveaux membres. Ces groupes peuvent inclure le terme « débutant » dans le nom du groupe. Le but étant d'informer les nouveaux venus sur le programme Al-Anon, la formule du groupe met l'accent sur les sujets pour débutants, tels que les trois premières Étapes. Ces groupes s'inscrivent en tant que groupes Al-Anon et ont un Représentant de Groupe.

---

**Rappelez-vous,**  
**les nouveaux venus**  
**recherchent de l'aide**  
aussi bien pour eux-mêmes  
que pour l'alcoolique.

---

### Choses à prendre en considération avant de former un groupe pour débutants :

- À l'heure actuelle, combien de réunions pour débutants y a-t-il dans la région?
- Quels sont actuellement les horaires des réunions pour débutants?
- Y a-t-il présentement suffisamment de nouveaux venus assistant à votre réunion pour débiter une réunion spéciale pour débutants?
- Pendant combien de semaines les nouveaux venus assisteront-ils aux réunions pour débutants?
- Les membres sont-ils disposés à s'engager pour montrer leur soutien à une réunion pour débutants?
- Comment les membres éventuels obtiendront-ils de l'information concernant la réunion?

### Animer une réunion pour débutants

Les réunions pour débutants sont animées par un membre Al-Anon ayant une bonne connaissance des principes spirituels exprimés dans les Douze Étapes et des Douze Traditions. Lorsqu'ils animent une réunion pour débutants, les membres partagent simplement l'expérience, la force et l'espoir qu'ils ont découverts dans le programme de rétablissement Al-Anon. La patience, la tolérance et la capacité d'écouter et d'expliquer le programme aux familles et aux amis des alcooliques sont des qualités importantes pour ceux qui animent les réunions pour débutants. C'est une bonne idée qu'il y ait deux ou trois autres membres Al-Anon pour partager leur expérience sur la mise en pratique des principes Al-Anon dans leur vie quotidienne et pour répondre à certaines questions qui peuvent être soulevées.

Rappelez-vous, les nouveaux venus recherchent de l'aide aussi bien pour eux-mêmes que pour l'alcoolique. Ils veulent parfois parler, mais hésitent à le faire. Il est important d'expliquer notre principe spirituel de l'anonymat, de sorte que les membres se sentent à l'aise de s'exprimer aussi bien pendant la réunion que lorsqu'ils sont en tête à tête avec un autre membre. Expliquez le fonctionnement de la réunion quant aux témoignages (attendre que le président nous invite à prendre la parole, lever la main, etc.) ainsi que la façon dont notre échange amical d'idées fonctionne.

## Quelques suggestions générales pour la formule d'une réunion pour débutants :

- Ouvrez la réunion par la Prière de Sérénité et la Formule de bienvenue suggérée aux groupes Al-Anon/Alateen. Ayez à votre disposition des exemplaires supplémentaires du livret *Les Groupes à l'œuvre* (FP-24) afin que les nouveaux venus puissent participer.
- Expliquez qui assiste aux réunions Al-Anon/Alateen et ce que les nouveaux venus peuvent attendre d'une réunion. Expliquez aussi qu'Al-Anon est un programme de soutien mutuel qui est non professionnel et qu'il n'y a pas « d'experts » ou de conseillers dans Al-Anon. Voir *Renseignements destinés au nouveau venu* (FS-4)\*.
- Informez les nouveaux venus que tout ce qui se dit ici, à la réunion et entre membres, doit être gardé confidentiellement et que l'anonymat est un principe important de notre programme. Précisez que le commérage nous est nuisible à nous-mêmes ainsi qu'à la fraternité Al-Anon dans son ensemble. Voir le livret *Les Groupes Al-Anon et Alateen à l'œuvre* (FP-24), section traitant de « l'anonymat », Douzième et Onzième Traditions et « Lectures optionnelles », paragraphe « A ».
- Expliquez brièvement la nature spirituelle du programme Al-Anon et qu'on ne discute ni de croyances ni de pratiques religieuses spécifiques. Voir *Les Groupes à l'œuvre*, « Les trois obstacles au succès dans Al-Anon » et « Lectures optionnelles », paragraphe « C ».
- Lire le Préambule des Douze Étapes suggéré aux groupes Al-Anon.
- Réservez suffisamment de temps pour permettre aux nouveaux venus de donner leur témoignage pendant la réunion.
- Parlez de la documentation Al-Anon approuvée par la Conférence (DAC), de l'importance de la lire et où on peut se la procurer. Renseignez les nouveaux venus sur les livres, les dépliants Al-Anon/Alateen et le bulletin de nouvelles *Le lien*. Ayez à votre disposition le livre *Comment Al-Anon œuvre* (FB-22) et des étuis pour débutants.
- Expliquez qu'Alateen fait partie d'Al-Anon et parlez de l'aide que les enfants d'alcooliques peuvent y trouver.
- Soulignez l'importance de discuter avec d'autres membres avant et après les réunions. Ayez à votre disposition les coordonnées des membres et des listes des réunions locales que vous pourrez remettre aux nouveaux venus.
- Si la formule de la réunion pour débutants inclut une série de deux réunions ou plus, soulignez l'importance d'assister à l'ensemble des réunions pour débutants.
- Encouragez les nouveaux venus à assister à d'autres réunions Al-Anon et offrez-leur une liste des réunions dans leur communauté.
- Terminez la réunion par la Formule suggérée pour clore les réunions Al-Anon/Alateen ou une prière convenant à la conscience de groupe.

## Autres suggestions :

- **Les premières impressions comptent énormément; les nouveaux venus viennent à Al-Anon pour trouver de l'aide.** La façon dont ils sont accueillis devrait refléter la compréhension, l'amour et la paix du programme Al-Anon. Dire aux nouveaux venus qu'ils sont aussi malades ou plus que l'alcoolique, pourrait ne pas refléter ces sentiments.
- Il est bon de faire connaître la Documentation Approuvée par la Conférence (DAC) qui semble appropriée pour chacune des réunions suggérées. Une explication personnelle du contenu et de la valeur de chacune des publications rend l'information écrite sur le rétablissement plus vivante. Incitez les nouveaux venus à lire la documentation Al-Anon et soulignez les avantages de chaque publication.
- Mentionnez aux nouveaux venus qui ont des enfants que ces derniers bénéficieront également de leur mise en pratique du programme Al-Anon. Expliquez qu'Alateen est le programme Al-Anon pour les adolescents. Notez que certaines réunions acceptent des enfants un peu plus jeunes; cela relève de l'autonomie de chaque groupe Alateen. Il peut s'avérer utile d'étaler de la documentation Alateen, d'en discuter, et d'encourager les nouveaux venus à envoyer leurs enfants aux réunions Alateen.
- Il est bon d'offrir aux nouveaux venus un exemplaire du bulletin de nouvelles *Le lien* à lire entre les réunions. Ce bulletin est particulièrement utile pour les nouveaux venus qui ont peut-être encore peur de faire des appels téléphoniques.
- Planifiez une réunion d'affaires annuelle afin de faire l'inventaire de la formule de la réunion pour débutants.

## Les étuis pour les nouveaux membres Al-Anon et Alateen sont les suivants :

- Étui Al-Anon pour débutants (FK-10)
- Étui Alateen pour débutants (FK-18)

## Autres suggestions de documentation à tenir à votre disposition :

- *Les Groupes Al-Anon et Alateen à l'œuvre* (FP-24)
- *Comment Al-Anon œuvre pour les familles et les amis des alcooliques* (FB-22; également disponible en version numérique)
- *But et suggestions* (FP-13)
- *Aujourd'hui seulement* (FM-12)
- *Le détachement* (FS-19)
- *Al-Anon est-il pour vous?* (FS-17)
- *Alateen est-il pour vous?* (FS-20)
- *Avez-vous grandi auprès d'un buveur problème?* (FS-25)
- *Le parrainage et tout ce qu'il comporte* (FP-31)
- *Un guide pour la famille de l'alcoolique* (FP-7)
- *Al-Anon vu sous trois aspects* (FP-15)
- *Renseignements sur Alateen* (FP-41)
- *L'adolescent et le parent alcoolique* (FP-21)
- *Comment puis-je aider mes enfants?* (FP-9)

## Formule de réunion pour débutants suggérée aux groupes

### Première réunion

- Décrivez l'impact du mal familial de l'alcoolisme sur les proches de l'alcoolique. Mentionnez que nous ne sommes pas là pour parler de l'alcoolique, mais au contraire pour nous concentrer sur notre propre rétablissement.
- Discutez brièvement de la Première Étape – insistez sur le fait que nous ne sommes pas responsables du comportement de l'alcoolique.
- Parlez du fait que nous n'avons pas causé l'alcoolisme, que nous ne pouvons pas le contrôler et que nous n'en connaissons pas la cure.
- Lorsque que la formule d'une réunion spéciale pour débutants est limitée à une réunion, il est utile de donner un étui pour débutants aux nouveaux venus (voir la liste à la page 2) et de brièvement en revoir le contenu.
- Les nouveaux venus devraient posséder le numéro de téléphone d'une personne-ressource, la liste des réunions locales et l'adresse du site Web des communications avec le public.

### Deuxième réunion

- Continuez à discuter de la Première Étape.
- Parlez de l'importance de l'idée de vivre un jour à la fois
- Débutez une discussion sur la Deuxième Étape.
- Parlez du choix d'un groupe d'appartenance. Encouragez les membres à assister à autant de réunions Al-Anon différentes que possible.

### Troisième réunion

- Revoyez les Première et Deuxième Étapes.
- Discutez des slogans. (Utilisez le livre *Comment Al-Anon œuvre...* [FB-22])
- Parlez de l'importance de trouver un Parrain ou une Marraine. (Utilisez le signet sur *Le parrainage* [FM-78].\*)

**Si la série de réunions est limitée à deux ou trois sessions, identifiez les idées énumérées de la quatrième à la sixième réunion qui sont importantes à retenir – songez à utiliser les Deuxième et Troisième Étapes, la Prière de Sérénité et la parrainage.**

### Quatrième réunion

- Discutez de la Troisième Étape.
- Présentez la Prière de Sérénité et discutez de ses trois parties : acceptation, courage, sagesse.
- Poursuivez la discussion sur le parrainage et l'importance de communiquer entre les réunions.

### Cinquième réunion

- Faites un récapitulatif des Première, Deuxième et Troisième Étapes.
- Parlez du bien-fondé de se comprendre soi-même et de lâcher prise face aux peurs, au ressentiment et à l'apitoiement sur soi. (Certains groupes lisent le dépliant *Comprendre l'alcoolisme et se comprendre soi-même* [FP-48]\* et *Les Groupes à l'œuvre*, « Lectures optionnelles », paragraphe « D ».)

### Sixième réunion

- Expliquez que chaque personne est une partie vitale d'un groupe Al-Anon.
- Parlez de l'importance du parrainage et traitez de l'importance de se choisir un Parrain ou une Marraine. Voir FM-78\* et l'onglet de navigation « Membres » sur le site Web réservé aux membres.
- Discutez du choix d'un groupe régulier et comment un groupe est structuré selon les Douze Traditions.
- Racontez brièvement comment Al-Anon a pris naissance.