

Pour au Jour d'hui

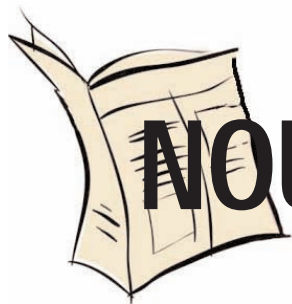
NEWSLETTER
NOVEMBRE 2009
N° 27



"Bienvenue dans les volcans" !!

*Le groupe "La Source" de Gournon d'Auvergne célébrera
son 3e anniversaire Jeudi le 19 novembre 2009 à 20h30
Salle des Rivaux 3, rue des Rivaux
63800 Gournon d'Auvergne (15 km de Clermont-Ferrand)
plan d'accès sur le site (<http://www.narcotiquesanonymes.org>)
possibilité d'hébergement
pour plus de renseignements
Chantal.sierra_mtl@hotmail.com*

SOMMAIRE ● **PAGE 1** : Calendrier NA ● **PAGE 2/3** : Nouvelles des groupes ● **PAGE 4/5** : Appel à serveurs ● **PAGE 6/8** : Zoom ● **PAGE 9** : Évènements ● **PAGE 10/11** : Sujets de réflexion ● **PAGE 12** : Informations



NOUVELLES DES GROUPES

ILE DE France

OUVERTURE

- **Paris 75001**
Lundi à 19h -
101 rue Rambuteau,
75001 Paris
- **Paris 75003**
Samedi à 18h
2 rue Elzévir,
75003 Paris
- **Paris 75003**
Lundi 20 h 00
195 rue du temple
Métro Temple
- **Paris 75011**
Mercredi 20 h 00
8, rue du général
Renault 75011 Paris
Métro Saint Ambroise
ou Saint Maur

● Paris 75018

Mercredi 12 h 15
15 passage Ramey
Métro Marcadet
Poissonniers

● Villejuif

Vendredi 20 h 00
12, avenue Paul Vaillant
Couturier 94800 Villejuif.
Métro Paul Vaillant
Couturier. Ci Hôpital
Paul Brousse - Bâtiment
Gallilée - Centre
d'addictologie Albatros

MODIFICATIONS

● **Rue Pouchet : le
dimanche à 17h00 au
lieu de 16h00**

● **La réunion du Lundi
à 18 h 30 à Charonne.
et de la réunion du
Samedi a 20 h à
Belleville. ont toutes
les deux réintégré
Saint Eustache.:**

● **Lundi 19 h 00 &
Samedi 20 h 00**
Eglise Saint Eustache,
1 Rue de Montmartre
75001 Paris



PROVINCE

OUVERTURE

- **Bayonne**
Mardi à 19 h 00.11,
allée de Glain Maison
des associations
64000 Bayonne
- **Lyon :**
Jeudi à 20 h 30.
5 rue Griffon.
- **Nice**
Dimanche à 18 h 00
20, rue de Beaumont
Eglise Saint-Joseph
(quartier Port) 06300
Nice
- **Strasbourg**
Jeudi à 20 h au centre
socioculturel de
Neurdoif, place de
Neufeld. Bus : Ligne 14
- 24 arrêt Mulhouse -
arrêt Neudorf Marché

● Toulon

Mercredi 19 h 30
Paroisse Saint Michel
HLM Beaucaire 83200
Toulon. Salle paroissiale
dans l'Eglise de la
paroisse Saint-Michel
de la Beaucaire

● Toulouse

Mercredi 19 h 00.
10, rue Jean Rancy
3100 Toulouse

● Saint-Nazaire

Mardi 20h
Eglise Maria , 44600
Saint-Nazaire

● Toulon

Mercredi 19h30
Paroisse Saint Michel,
83200 Toulon

● Lyon

Dimanche 17h30, Lyon

MODIFICATIONS

● Aubagne

la réu dure 1 h 30
maintenant. Elle a une
adresse postale
différente : Maison de la
Vie Associative, Les
Défensions, 13400
AUBAGNE

● RENNES oxygène 35

Changement d'horaire
à partir du vendredi
19/06/09. La réunion se
tiendra désormais à
20 h 30 à la même
adresse, 2 square de la
Rance.



STRUCTURES

ASR

Secrétaire suppléant ;
Trésorier suppléant.

ASL Paris Est

Coordinateur
suppléant Trésorier
suppléant.

ASL Paris Ouest

Trésorier ; Trésorier
suppléant.

ASL Sud

RSL suppléant ;
Trésorier suppléant.

ASL Côte Ouest

Trésorier suppléant.

COMITÉS

Aide Aux Groupes

Coordinateur suppléant
Trésorier suppléant

H&I

Trésorier suppléant

Publication

Coordinateur suppléant

Marchandises

Coordinateur suppléant

GROUPES

● **Lundi 19h**
St Eustache (Vivre
Aujourd'hui)
RSG sup. et Secrétaire
Sup.20h

● **Montbéliard**
Littérature, RSG
suppléant, secrétaire
suppléant, littérature
suppléant
trésorier sup, littérature
sup, café.

● **20h – Croix St Simon**
(St Charles)
littérature et suppléance

● **Croix St Simon**
(unité)
littérature et toutes les
suppléances 20h -

● **Mardi 12h**
Fessart (Espoir)
littérature et toutes les
suppléances 20h30

● **Groupe HEGP**
RSG suppléant, trésorier
suppléant

● **20 h Groupe opéra,**
suppléances RSG,
Secrétaire et trésorerie.

● **Mercredi 12h30**
Jean-Macé
RSG sup., Secrétaire
sup, trésorier sup,
littérature et littérature
sup, café, clé.

● **12h15 - Groupe**
Allons-y (Passage
Ramey)
suppléances RSG,
trésorerie & littérature.

● **20h – Tolbiac**
(12 dans le 13)
RSG sup, littérature sup.

● **20 h Groupe Saint**
Clean (St-Cloud)
Titulaire Café et Clé

● **19h30 – Belleville**
(Les hauts de Belleville)
RSG sup, littérature sup,
clé.

● **Jeudi 20h – Choisy**
(Ca marche)
RSG sup, Secrétaire
sup, trésorier sup,
littérature sup.

● **Vendredi 12h30**
Montorgueil RSG sup,
Secrétaire sup, trésorier
sup, littérature sup.

● **16h30 – Temple**
(Le vendredi ça marche
aussi)
trésorier sup, littérature
sup, café.

● **20h – Villejuif - Paul**
Brousse, (Albatros)
Secrétaire, littérature,
café, RSG sup, trésorier
sup, littérature sup.

● **Samedi 12h30 -**
Groupe Etape Par Etape
(la Sourdière)
Recherche plusieurs
serviteurs

● **19h - Groupe 1ère**
Tradition (Eglise
américaine)
toutes suppléances +
service clef.

● **19h30 – Charonne**
(Que puis-je faire ?)
RSG sup 19h30 - Groupe
Juste Pour Aujourd'hui
(Versailles) toutes
suppléances + service
clef.

● **Dimanche 12h00**
Charonne (L'étape du
jour)
trésorier sup

● **12h30 - Groupe**
motivés (Félix Faure)
littérature, suppléances
RSG, trésorerie et
littérature.

● **Guadeloupe (Pointe à**
Pitre)
Ce groupe a besoin de
soutien et de
présence ! Sophie,
serviteur du groupe,
organise les réunions sur
skype. Elle propose aux
dépendants isolés,
intéressés, de la
contacter directement
sophierousseau@gmail.
com

Suis-je dépendant ou dépendante



Traduction de littérature approuvée par la fraternité de NA. Copyright © 1991 by Narcotics Anonymous World Services, Inc. Tous droits réservés.

Toi seul peux répondre à cette question.

Ce n'est peut-être pas si facile. Tout au long de notre consommation, nous sommes toujours dit : « Je suis maître de la situation ». Même si cela était vrai au début, ce n'est plus le cas maintenant. Les drogues ont pris le contrôle de notre vie. Nous vivions pour consommer et consommions pour vivre. Un dépendant est tout simplement un homme ou une femme dont la vie est dominée par la drogue.

Tu admetts peut-être avoir un problème avec les drogues, mais tu ne te considères pas comme un dépendant. Nous avons tous des idées préconçues sur ce qu'est un dépendant. Il n'y a rien de honteux à être dépendant dès lors que l'on commence à faire des efforts pour s'en sortir.

Si tu peux t'identifier à nos problèmes, tu peux peut-être t'identifier à notre solution. Les questions suivantes ont été rédigées par des dépendants en rétablissement dans Narcotiques Anonymes.

Si tu n'es pas sûr d'être dépendant, prends le temps de les lire et réponds le plus honnêtement possible.

- 1• T'arrive-t-il de consommer seul OUI NON
- 2• As-tu déjà substitué une drogue à une autre pensant que ton problème était lié à une drogue en particulier OUI NON
- 3• As-tu déjà manipulé un médecin ou menti pour obtenir une ordonnance OUI NON
- 4• As-tu déjà volé de la drogue ou volé pour t'en procurer OUI NON
- 5• Consommes-tu régulièrement de la drogue au réveil ou au coucher OUI NON
- 6• As-tu déjà pris une drogue pour surmonter les effets d'une autre OUI NON
- 7• Évites-tu les gens qui n'approuvent pas ta consommation de drogue ou les endroits où elle n'est pas acceptée OUI NON
- 8• As-tu déjà consommé de la drogue sans savoir ce que c'était et l'effet qu'elle aurait sur toi OUI NON
- 9• Ton travail ou tes résultats scolaires ont-ils été affectés par ta consommation OUI NON
- 10• As-tu déjà été arrêté pour avoir consommé de la drogue OUI NON
- 11• As-tu déjà menti sur la quantité que tu consommais OUI NON
- 12• Est-ce que l'achat de drogue passe avant toutes tes responsabilités financières OUI NON
- 13• As-tu déjà essayé d'arrêter ou de contrôler ta consommation OUI NON
- 14• As-tu déjà fait un séjour en prison, à l'hôpital ou suivi une thérapie à cause de ta consommation OUI NON
- 15• Est-ce que ta consommation de drogue affecte ton sommeil ou ton appétit OUI NON
- 16• Est-ce que l'idée de manquer de drogue te fait peur OUI NON
- 17• Penses-tu qu'il t'est impossible de vivre sans drogue OUI NON
- 18• T'arrive-t-il de mettre ta raison en doute OUI NON
- 19• La drogue rend-t-elle ta vie familiale malheureuse OUI NON
- 20• As-tu déjà pensé que, sans drogue, tu n'arriverais pas à être accepté ou à t'amuser OUI NON
- 21• Te sens-tu coupable, honteux, sur la défensive à propos de ta consommation OUI NON
- 22• Penses-tu beaucoup à la drogue OUI NON
- 23• Éprouves-tu des peurs irrationnelles ou indéfinissables OUI NON
- 24• Ta consommation de drogue a-t-elle affecté tes relations sexuelles OUI NON
- 25• As-tu déjà consommé des drogues autres que tes préférées OUI NON
- 26• As-tu déjà consommé de la drogue en période de troubles émotifs ou de stress OUI NON
- 27• As-tu déjà fait une overdose OUI NON
- 28• Continues-tu à consommer malgré les conséquences négatives OUI NON
- 29• Penses-tu avoir un problème de drogue OUI NON

« Suis-je dépendant ou dépendante » ? Toi seul peux répondre à cette question. Dans le questionnaire, nous avons tous répondu « oui » un certain nombre de fois. Ce nombre à moins d'importance que notre état intérieur et les effets de la dépendance sur notre vie. Si le mot drogue n'apparaît pas dans certaines de ces questions, c'est que la dépendance est une maladie insidieuse qui affecte toute notre vie, même les domaines qui apparemment n'ont rien à voir avec la drogue. Les différentes drogues que nous avons consommées ont moins d'importance que la raison qui nous a poussés à les consommer et l'effet qu'elles ont eu sur nous.



La première fois que nous avons lu ces questions, l'idée que nous puissions être dépendants nous a fait peur. Certains d'entre nous ont essayé de repousser cette idée en disant :

« Oh, ces questions n'ont pas de sens » !

Ou

« Ce n'est pas la même chose pour moi. Je sais que je consomme de la drogue, mais je ne suis pas dépendant. Moi, mes vrais problèmes sont d'ordre émotif, familial ou professionnel ».

Ou

« C'est juste une période difficile en ce moment ».

Ou

« Je serais capable d'arrêter quand je trouverai le partenaire idéal, le travail qui me convient, etc. » !

Si tu es dépendant et que tu veux te rétablir, tu dois commencer par reconnaître que tu as un problème de drogue. En répondant honnêtement à ce questionnaire, tu pourras te rendre compte à quel point la consommation de drogue a rendu ta vie incontrôlable. Si nous ne cherchons pas à se rétablir, la dépendance est une maladie qui nous mène en prison, à l'hôpital ou à la morgue. Beaucoup d'entre nous se sont tournés vers Narcotiques Anonymes parce que la drogue ne leur procurait plus l'effet escompté. La dépendance détruit notre amour-propre, l'estime de nous, notre famille, les êtres qui nous sont chers et même notre goût de vivre. Si tu n'en es pas encore là, n'attends pas d'y être. L'expérience nous a appris que nous étions les artisans de notre propre malheur. Si tu veux de l'aide, tu peux la trouver dans la fraternité de Narcotiques Anonymes.

« C'est en cherchant une solution que nous avons découvert Narcotiques Anonymes. Vaincus, nous sommes arrivés à notre première réunion de NA sans savoir à quoi nous attendre. Après une ou plusieurs réunions, nous avons commencé à sentir que ces gens se souciaient de nous et étaient prêts à nous aider. Notre tête nous disait que nous n'y arriverions jamais, mais les membres de la fraternité nous ont donnés de l'espoir en nous assurant que nous pouvions nous rétablir. Quel que soit ce que nous avons vécu ou pensé dans le passé, nous nous sommes aperçus que d'autres avaient eu les mêmes expériences. Entourés d'autres dépendants, nous avons compris que nous n'étions plus seuls. Nos réunions sont un lieu de rétablissement. C'est notre vie qui est en jeu. Nous avons découvert que c'est en mettant le rétablissement en premier, le programme marche.

Nous avons été confrontés à trois constatations troublantes :

1. Nous sommes impuissants devant notre dépendance et notre vie est incontrôlable.

2. Bien que nous ne soyons pas responsables de notre maladie, nous sommes responsables de notre rétablissement.

3. Nous ne pouvons plus reprocher aux gens, aux lieux et aux choses d'être responsables de notre dépendance. Nous devons faire face à nos problèmes et à nos émotions.

Le meilleur atout que nous possédons pour nous rétablir est le dépendant en rétablissement

ÉVÈNEMENTS NA

Le groupe de st Raphaël

fêtera 5^{es} ans

16 décembre
2009 à 19h30.

salle Don Bosco - rue Jean Aicard
83700 St Raphaël

EDM d'hiver ·
Gizeh, en Egypte
du 25 au 28
Février 2010

"Bienvenue dans les volcans" !!

Le groupe "La Source" de Gournon d'Auvergne célébrera son 3e anniversaire Jeudi le 19 novembre 2009 à 20h30
Salle des Rivaux 3, rue des Rivaux
63800 Gournon d'Auvergne (15 km de Clermont-Ferrand)
plan d'accès sur le site (<http://www.narcotiquesanonymes.org>)
possibilité d'hébergement
pour plus de renseignements
Phantal.sierra_mil@hotmail.com

Onzième principe de service

Les finances de NA doivent servir à réaliser notre but primordial et doivent être gérées de manière responsable.

Le onzième principe de service détermine la priorité absolue pour l'usage des fonds de NA : transmettre le message. L'importance de cette priorité impose une transparence totale des comptes. Le fait que chaque niveau de service reçoive des contributions financières directes nous permet de nous concentrer sur notre but primordial et de renforcer notre sens des responsabilités.

Sujets de réflexion et de discussion

1. À quoi sert l'argent dans les groupes ? Au niveau local, régional, mondial ?
2. Classez par ordre d'importance les dépenses de votre groupe :
 - littérature de NA
 - boissons
 - loyer de la salle
 - réserve prudente
 - dons à un serviceExpliquez votre classement. Votre groupe a-t-il des priorités budgétaires fixes, ou les réserve-t-il d'un mois sur l'autre ?
3. De l'argent a-t-il parfois été dépensé à la légère dans votre groupe, dans un comité de service local ou régional, dans les services mondiaux ? Qu'y avait-il « d'inconsidéré » dans la manière de dépenser cet argent ? Comment aurait-il dû être utilisé ?
4. Les comptes sont-ils suffisamment explicites dans votre groupe, dans votre assemblée des services locaux, régionaux, dans les services mondiaux ? Sinon, que préconisez-vous ?
5. « Le fait que les groupes versent directement les fonds à notre structure de service favorise une gestion responsable et permet à nos services de se concentrer sur le but primordial de NA ». Le financement de votre ASL ou ASR dépend-il en grande partie de fonds collectés lors d'événements de NA ? Est-ce prudent ? Si c'est le cas, dans quelle mesure cela affecte-t-il la relation de votre groupe avec votre ASL et ASR ? Cette relation serait-elle différente si les groupes contribuaient directement au financement de chaque niveau de service ? Les conseils et comités de service pourraient-ils fonctionner en ayant comme seuls revenus les contributions directes des groupes ?

11^e

« Nous avons cherché par la prière et la méditation à améliorer notre contact conscient avec Dieu, tel que nous le concevions, le priant seulement pour connaître sa volonté à notre égard et pour obtenir la force de l'exécuter. »

ÉTAPE

11^e

« La politique de nos relations publiques est basée sur l'attrait plutôt que sur la réclame ; nous devons toujours garder l'anonymat personnel au niveau des médias. »

TRADITION

11^e

« Les finances de NA doivent servir à réaliser notre but primordial et doivent être gérées de manière responsable. »

PRINCIPE DE SERVICE

INFORMATIONS

Si vous souhaitez faire figurer dans cette lettre d'information mensuelle :

- des annonces de groupe : ouverture, fermeture, changement...
- des informations sur les conventions, les manifestations nationales, régionales...
- des appels à serviteurs en groupe ou dans les structures ; le calendrier des structures,
- votre expérience d'étape ou de service,

Merci de nous faire parvenir vos infos à actualites@narcotiquesanonymes.org avant le 20 du mois pour une parution en début de mois suivant. (Ces annonces seront conservées sur deux parutions)

Pour la recevoir sur votre boîte mail :
newsletter-subscribe@narcotiquesanonymes.org

Pour
au Jour d'hui



**NEWSLETTER : 1 bis, rue Gutenberg
93100 Montreuil sous Bois**

Tél. : 01 43 72 12 72

Site Internet : <http://www.narcotiquesanonymes.org>