



Réunion du 26 mars 2021

Thème : « Nos réunions: peut-on s'en passer ? »

C'est toujours un plaisir et indispensable de se retrouver tous les vendredis. *« Avec le Covid , je me suis rendu compte à quel point ces réunions hebdomadaires nous manquaient »* . Elles permettent à tous de passer un moment convivial, nous donnent la possibilité de nous exprimer sur notre parcours et de parler des moments difficiles vécus .

On se retrouve tous dans la même situation et on est à l'écoute des uns des autres et les échanges peuvent se faire sans juger et sans être jugé . Elles nous apportent un réconfort et un apaisement .

Ecouter et parler de son problème aide à se vider l'esprit, apaise les angoisses en voyant qu'il est possible d'aller mieux comme les anciens qui vivent une abstinence heureuse . Pour l'association, la manière de faire et de participer aux réunions est très importante . Venir régulièrement aux réunions redonne la force et la confiance en soi .

« Au début, la première fois n'est pas sans stress et sans appréhension, mais au fur et à mesure j'ai commencé à faire la connaissance de très belles personnes ayant le même problème que moi . Un sourire, un petit mot de chacun donnent envie de continuer et de se dire : « puisqu'ils ont réussi , pourquoi eux et pas moi ? » .

« C'est une bonne béquille et le fait d'y penser peut empêcher les envies ou toute autre tentation car je suis fier d'arriver en montrant mon bonheur d'une semaine heureuse et sans alcool » .

« Les réunions sont bien organisées et ponctuelles . Nous nous retrouvons autour d'un petit café -gâteau . Nous nous inquiétons des uns et des autres lors de l'absence d'un adhérent tout en faisant preuve de respect et de discrétion . La fin de semaine est ainsi ponctuée et nous renforce quant à la vigilance face à l'alcool .

« Le fait que nous puissions nous confier à l'un des responsables, notamment le président est également réconfortant et précieux » .

« Les réunions sont le petit coup de pouce qui peut tout changer et dont je ne veux pas me passer » .

« Sans ces réunions, je me sentirais isolée et incomprise et c'est avec plaisir que chaque semaine s'achève ainsi »

« Dès que le contexte sanitaire le rendra possible, aux beaux jours, il sera souhaitable de maintenir les sorties et pique-niques pour nous retrouver ensemble, créer des liens et visiter notre belle région » .

Bon courage et merci à tous ! Prenez bien soin de vous !..