

Un rétablissement extraordinaire : un passeport vers l'unité !

Croissance d'une unité mondiale

Cet atelier se concentre sur la croissance et le développement d'une unité mondiale au sein de notre Fraternité.

Participants

Chaque participant reçoit un passeport et est affecté à l'une des tables numérotées. L'objectif poursuivi par chaque participant durant cet atelier est de trouver des similitudes et une unité par rapport à des personnes qui sont différentes de lui.

Voici les questions qui figurent dans le passeport et que les participants doivent examiner :

Je n'ai jamais eu à lutter avec _____, je ne me suis jamais identifiée comme _____, ou je n'ai jamais utilisé le schéma de réunion _____, mais je suis capable de m'y reconnaître parce que ...

Les qualités/expériences que je partage avec cette personne sont ...

Le rétablissement de cette personne renforce le mien parce que ...

Même si je travaille le programme d'une autre manière, je peux voir comment l'expérience de cette personne pourrait aider quelqu'un que je connais, parce que ...

Atelier sur l'unité : les voyageurs

Chaque voyageur (également modérateur) a une expérience relative aux sujets choisis à la table où il se trouve, chacun ayant fait l'expérience des sujets en question.

À chaque table, le modérateur gère le temps comme suit :

5 minutes pour partager son histoire ;

5 minutes pour expliquer comment cette expérience a affecté sa vie et son rétablissement, et comment le fait de travailler les 12 Étapes et les 12 Traditions OA ainsi que les outils l'a aidé à atteindre et à maintenir le rétablissement de manière durable.

5 minutes pour animer les partages ouverts à la table et répondre aux questions figurant dans le passeport.

2 minutes pour tamponner le passeport des participants.

Puis les voyageurs passent à la table suivante. En tout, ils tiennent quatre discussions différentes.

Durée

10 minutes pour l'introduction et les instructions

68 minutes pour les discussions menées à la table (5'-5'-5'-2')

25 minutes pour les partages ouverts

5 minutes pour un résumé

Sujets possibles pour les voyageurs

Schéma de réunion sur 90 jours

Perte de poids de 45kg et plus

« Une vision pour toi »

Anorexie

Chirurgie bariatrique

Hyperphagie (« binge eating »)

Boulimie

Pratique d'une activité sportive de manière compulsive

Santé, handicaps

Communauté LGBT

Rétablissement sur le long terme

Non anglophones

Puissance supérieure novatrice

Personnes de couleur

Survivant après une rechute

Adolescents

Hommes chez OA

« OA-HOW » (« Honesty, Open-mindedness, Willingness »: honnêteté, ouverture d'esprit, bonne volonté)

Réunions virtuelles

Scénario

Bienvenue à cet atelier intitulé « Un rétablissement extraordinaire : un passeport vers l'unité ». Vous êtes sur le point de vous lancer dans un voyage extraordinaire.

J'aimerais commencer par la Prière de la sérénité :

« Mon Dieu,

Donne-moi la sérénité d'accepter les choses que je ne puis changer,

Le courage de changer les choses que je peux,
Et la sagesse d'en connaître la différence. »
Merci.

Introduction au concept de l'atelier

Dans le respect de l'orientation du plan stratégique des services mondiaux pour la période 2017- 2019 « La croissance de notre unité mondiale », cet atelier a pour objectif de trouver des points communs et une unité entre des gens qui sont différents.

Nous considérons l'unité comme un sujet important. Tout en constituant les fondations de notre Fraternité à l'échelle mondiale, l'unité commence au sein même de chaque réunion OA où l'on rencontre différents types de personnes avec des problèmes relatifs à la nourriture qui se manifestent de différentes manières.

Les OA ont des antécédents très divers ; nos histoires relatives à la nourriture ainsi que nos tentatives de contrôler nos comportements alimentaires et notre poids sont tout aussi variées. Même s'il y a autant de plans alimentaires et d'approches qu'il y a de personnes présentes ici, nous travaillons ensemble à la même solution. Nous pouvons tous parvenir à un rétablissement durable et le maintenir en s'engageant à utiliser les outils de rétablissement OA, à savoir les douze Étapes, les douze Traditions et en honorant l'unité dans la diversité.

Chacun d'entre nous a renoncé à son individualisme « cul-de-sac », et c'est ainsi que nous parviendrons au succès. Nous sommes tous différents. Cependant, nous pouvons identifier nos souffrances passées ou reconnaître une sensation ou une caractéristique spécifique qui nous unit dans notre quête du rétablissement.

En substance, bon nombre d'entre nous sont parvenus à la conclusion que lorsque nous nous efforçons de nous identifier à d'autres individus au sein des OA, nous découvrons un lien vital sans équivalent à ce que nous connaissons dans le monde extérieur. Nos vies dépendent de cette attache si précieuse que nous partageons au sein des OA.

En participant à cet atelier, rappelez-vous la Première Tradition des Douze Étapes et Douze Traditions, qui dit : « Les outremangeurs compulsifs comme nous ont vécu isolés la plus grande partie de leur vie... Parce que nous avons voulu être libérés de notre compulsion, il nous a fallu changer. La plupart d'entre nous ont d'ailleurs commencé à se remettre de leur maladie en sortant de leur isolement, en allant dans un groupe OA. »

Pour paraphraser le Gros Livre des AA, nous sommes condamnés à l'échec si nous appliquons le principe qui « consiste à éprouver du mépris avant d'étudier une question. »

Nous poursuivons tous un but commun ici aujourd'hui. Nous voulons identifier la joie du rétablissement qui nous unis.

Différentes approches fonctionnent pour différentes personnes. Parfois, après un certain temps, une autre approche fonctionne pour la même personne. OA accepte cela et se réjouit, avec gratitude, que des personnes utilisent différents moyens/outils pour trouver, entretenir et maintenir le rétablissement de manière durable.

Aujourd'hui, nous avons regroupé #___ personnes qui ont gracieusement accepté de partager avec nous leur parcours particulier.

Nous les remercions très chaleureusement et leur adressons notre profonde reconnaissance pour leur courage et leur engagement.

Il y a bien plus de facettes, d'aspects et de formats de réunions que le temps et l'espace dont nous disposons aujourd'hui nous permettent de partager aujourd'hui. Aussi, nous nous excusons si nous avons omis un de vos souhaits essentiels.

Notre espoir aujourd'hui est qu'à la fin de ces activités, vous ayez identifié certaines similitudes avec des personnes qui semblent très différentes de vous à certains égards, et qu'en ce faisant, vous ayez expérimenté l'unité dont nous dépendons tous pour un rétablissement durable.

Instructions relatives à l'atelier

1) Chaque « voyageur » parle 5 minutes et vous explique son parcours individuel. Puis il vous partage à nouveau durant 5 minutes à quel point un type particulier de rencontre, une situation ou un aspect de sa vie l'a aidé à atteindre le rétablissement et à maintenir celui-ci de manière continue. Ensuite, les partages sont ouverts à tous à chaque table.

2) Vous avez tous reçu un passeport. Celui-ci contient des questions de réflexion pour vous aider à conduire votre voyage. Votre passeport est tamponné après chaque séquence.

3) En tout, vous recevez la visite de quatre « voyageurs » à votre table. Un grand merci à eux pour leur service de modération et pour leur aide, qui nous permet de mieux comprendre comment ils pratiquent leur rétablissement.

4) Merci à tous de rester attentifs au fait que nos différences nous aident à nous unir dans nos objectifs communs. Nous vous suggérons d'écouter et de participer avec l'esprit et le cœur ouverts.

5) Vous trouverez les questions de réflexion affichées à l'écran.

Veillez respecter les contraintes temporelles ci-dessous, pour que nous puissions avancer doucement. Un chronomètre vous indiquera la progression.

5 minutes pour partager votre expérience, votre force et votre espoir

5 minutes pour poursuivre le partage sur votre sujet

5 minutes pour commencer les partages ouverts à votre table

2 minutes pour tamponner les passeports ; les « voyageurs » sont priés de tamponner les passeports et de passer à la table suivante qui figure sur leur horaire.

6) Après la troisième sonnerie, les « voyageurs » ne prennent que quelques minutes pour tamponner les passeports des participants. Puis ils passent à la table suivante qui figure sur leur programme. Toutes les autres personnes restent à leur place.

Partages ouverts après chaque rotation

Maintenant que vous avez reçu la visite de quatre « voyageurs » qui marchent sur le chemin d'une destinée heureuse, les discussions sont ouvertes pour deux minutes d'échanges positifs sur les expériences que vous avez vécues aujourd'hui. Le fait de partager vos nouvelles inspirations, votre croissance et les points communs dont vous avez pris conscience aidera assurément la croissance des OA dans une unité mondiale. Veuillez venir sur le devant de la salle.

Conclusion

Merci à tous pour votre participation assidue à cet atelier. Nous souhaitons que vous repartiez avec de nouvelles perspectives, une conscience accrue, une plus grande expérience et un sens de l'unité développé.

Nous pouvons clore cet atelier par la promesse OA.

Instructions aux voyageurs

Chère voyageuse, cher voyageur,

Nous vous remercions de votre service !

Cet atelier se concentre sur la croissance et le développement d'une unité mondiale au sein de notre Fraternité. L'objectif poursuivi par chaque participant durant cet atelier est de trouver des similitudes et une unité entre des personnes qui sont différentes de lui.

Vous vous êtes aimablement porté volontaire pour assurer ce service portant sur _____.

Les organisateurs de cet atelier vous en sont sincèrement reconnaissants.

Il y a ___ tables accueillant chacune ___ personnes.

Chaque voyageur (également modérateur) a une expérience relative aux sujets choisis à la table où il se trouve, chacun ayant fait l'expérience des sujets en question.

À chaque table, le modérateur gère le temps comme suit :

5 minutes pour partager son histoire ;

5 minutes pour expliquer comment cette expérience a affecté sa vie et son rétablissement, et comment le fait de travailler les 12 Étapes et les 12 Traditions OA ainsi que les outils l'a aidé à atteindre et à maintenir le rétablissement de manière durable. **Veillez ne pas critiquer les autres manières de travailler le programme OA. Restez concentrés sur les aspects positifs afin de promouvoir l'unité.**

5 minutes pour animer les partages ouverts à la table et répondre aux questions figurant dans le passeport.

2 minutes pour tamponner le passeport des participants.

Puis vous passez à la table suivante qui figure sur votre programme. Vous recevrez également l'horaire des changements de table (rotations).

Vous animerez le scénario ci-dessus à quatre tables différentes.

Pour toutes autres questions, n'hésitez pas à prendre contact avec l'organisateur de l'atelier.

Formulaire des voyageurs

Voyageur: _____ Tables # _____

- 1) **5 minutes** pour partager votre histoire. Merci d'utiliser la version **courte**.
- 2) **5 minutes** pour expliquer comment cette expérience a affecté sa vie et son rétablissement, et comment le fait de travailler les 12 Étapes et les 12 Traditions OA ainsi que les outils l'a aidé à atteindre et à maintenir le rétablissement de manière durable. **Veillez ne pas critiquer les autres manières de travailler le programme OA. Restez concentrés sur les aspects positifs afin de promouvoir l'unité.**
- 3) 5 minutes pour animer les partages ouverts à la table.
- 4) 2 minutes pour tamponner le passeport des participants.

Puis vous passez à la table suivante qui figure sur votre programme. Vous animerez le scénario ci-dessus quatre fois.

Merci infiniment pour votre service.

Voyageur: _____ Tables # _____

- 1) **5 minutes** pour partager votre histoire. Merci d'utiliser la version **courte**.
- 2) **5 minutes** pour expliquer comment cette expérience a affecté sa vie et son rétablissement, et comment le fait de travailler les 12 Étapes et les 12 Traditions OA ainsi que les outils l'a aidé à atteindre et à maintenir le rétablissement de manière durable. **Veillez ne pas critiquer les autres manières de travailler le programme OA. Restez concentrés sur les aspects positifs afin de promouvoir l'unité.**
- 3) 5 minutes pour animer les partages ouverts à la table.
- 4) 2 minutes pour tamponner le passeport des participants.

Puis vous passez à la table suivante qui figure sur votre programme. Vous animerez le scénario ci-dessus quatre fois.

Merci infiniment pour votre service.

Voyageur: _____ Tables # _____

- 1) **5 minutes** pour partager votre histoire. Merci d'utiliser la version **courte**.
- 2) **5 minutes** pour expliquer comment cette expérience a affecté sa vie et son rétablissement, et comment le fait de travailler les 12 Étapes et les 12 Traditions OA ainsi que les outils l'a aidé à atteindre et à maintenir le rétablissement de manière durable. **Veillez ne pas critiquer les autres manières de travailler le programme OA. Restez concentrés sur les aspects positifs afin de promouvoir l'unité.**
- 3) 5 minutes pour animer les partages ouverts à la table.
- 4) 2 minutes pour tamponner le passeport des participants.

Puis vous passez à la table suivante qui figure sur votre programme. Vous animerez le scénario ci-dessus quatre fois.

Merci infiniment pour votre service.

Voyageur: _____ Tables # _____

- 1) **5 minutes** pour partager votre histoire. Merci d'utiliser la version **courte**.
- 2) **5 minutes** pour expliquer comment cette expérience a affecté sa vie et son rétablissement, et comment le fait de travailler les 12 Étapes et les 12 Traditions OA ainsi que les outils l'a aidé à atteindre et à maintenir le rétablissement de manière durable. **Veillez ne pas critiquer les autres manières de travailler le programme OA. Restez concentrés sur les aspects positifs afin de promouvoir l'unité.**
- 3) 5 minutes pour animer les partages ouverts à la table.
- 4) 2 minutes pour tamponner le passeport des participants.

Puis vous passez à la table suivante qui figure sur votre programme. Vous animerez le scénario ci-dessus quatre fois.

Merci infiniment pour votre service.
