

BATAILLES CONTRE LA BOUTEILLE



Les Ministères
de l'Heure
Luthérienne
CANADA





BATAILLES CONTRE LA BOUTEILLE

Par Dan Kohn
traduit par Lyne Schmidt

Don Kohn est un conseiller en alcoolisme et toxicomanie avec plus de 30 ans d'expérience dans l'aide aux personnes. Il est un auteur chrétien et un serviteur appelé de l'Église luthérienne - Synode du Missouri.

« Venez à moi, vous tous qui êtes fatigués et accablés, et je vous donnerai du repos »

Matthieu 11, 28

Droits d'auteur © 2006, révisé 2012, traduit 2022. Les Ministères de l'Heure luthérienne est un organisme chrétien voué au soutien des églises partout dans le monde et dont le but est de faire connaître le Christ aux nations et d'amener les nations à rejoindre l'Église. Sauf indication contraire, les textes bibliques sont tirés de la Bible Louis Segond, version électronique.



Introduction

Comme vous pouvez le lire dans le titre, ce livret parle des batailles que doivent livrer les individus aux prises avec un problème de toxicomanie. Il s'agit en fait de deux types de batailles. Il y a d'abord la bataille avec la bouteille - l'alcoolisme. La deuxième bataille est celle de la victoire - la sobriété. Si vous vous trouvez dans l'une ou l'autre de ces batailles, ce livret est pour vous!

Vous n'avez jamais planifié devoir lutter contre la toxicomanie dans votre vie. Mais vous pouvez connaître la victoire sur celle-ci - cette victoire qu'on appelle la sobriété est atteignable. Le but de la sobriété permet d'acquérir la paix intérieure et la paix dans vos relations interpersonnelles. Mais rappelez-vous qu'il est rare qu'une bataille soit gagnée sans aide extérieure. Bien que vous puissiez remporter la victoire, vous ne pouvez pas le faire seul - et vous n'êtes jamais censé le faire seul. S'il s'agit de votre premier contact avec la réalité des comportements liés à l'abus

d'alcool, certains éléments de ce que vous lirez pourront vous sembler durs. Mais continuez à lire. Car dans ces pages, vous découvrirez la source de la force et de l'amour qui vous mènera à la paix que vous désirez sincèrement.

Cela est trop beau pour être vrai? Je vous prie de ne pas le rejeter; car il est la réponse ultime pour chaque personne qui cherche la lumière à la fin de leur combat.

Par où commencer

Considérez l'histoire de Jean. Bien que l'histoire de chaque individu qui lutte contre l'alcoolisme soit unique, les drames dans la vie de Jean sont similaires à ceux de beaucoup d'autres, peut-être même similaires aux vôtres.

Jean était connu comme un fêtard. Il adorait ressentir des émotions fortes. Mais ceux qui le connaissaient le mieux savaient qu'il perdait fréquemment le contrôle lorsqu'il buvait. Ses anciens amis étaient souvent gênés par son comportement lorsqu'il était hors de contrôle.

La viabilité du deuxième mariage de Jean était menacée par ces pertes de contrôle. Ses paroles et ses actions étaient déplorables quand il abusait de l'alcool; sa première femme est d'ailleurs partie en raison de son abus d'alcool. Et ses deux enfants devaient lutter pour continuer à l'aimer en dépit de son comportement néfaste lorsqu'il était en état d'ébriété.

La consommation d'alcool de Jean a également nui à la situation financière de la famille, ce qui a aggravé les tensions en son sein. Il y avait toujours de l'argent pour l'alcool, mais les factures restaient souvent impayées. L'argent pour les moments passés en famille était rarement une priorité.

La deuxième accusation de conduite en état d'ébriété de Jean a été l'élément déclencheur de son combat contre l'alcool. Jean s'est vu obligé de suivre une thérapie. Bien qu'il se soit rebellé au début - puisqu'il ne croyait pas avoir un problème avec l'alcool, il est venu à comprendre que sa consommation d'alcool entraînait beaucoup trop de pertes dans sa vie. Il était donc prêt à faire les changements nécessaires pour retrouver une vraie joie et une vraie paix. Jean était dorénavant prêt à travailler sur sa relation avec lui-même, les autres et Dieu.

Jean n'a jamais eu l'intention de devenir alcoolique - personne ne le souhaite. Personne non plus ne forme délibérément une relation avec quelqu'un dont la consommation d'alcool se révèle être une force destructrice. Cependant, ce genre de problèmes n'est que trop familier pour un nombre impressionnant de toxicomanes et leurs familles.

Vous sentez-vous concerné?



Comprendre la bataille

En tant que conseiller en toxicomanie depuis plus de 30 ans, j'ai vu la douleur et la souffrance provoquées par la perte de contrôle lors de la consommation d'alcool. C'est en effet une bataille; l'alcool est la substance qui affecte l'humeur la plus populaire aux États-Unis et la cause de l'une des plus grandes crises de toxicomanie dans le pays.

Cette bataille est difficile à mener pour toutes les personnes impliquées. Beaucoup au sein de la communauté alcoolique ont qualifié l'alcoolisme de « folie ». En effet, la deuxième étape du succès du programme en 12 étapes des Alcooliques anonymes (AA) déclare: « Nous en sommes venus à croire qu'une puissance supérieure à nous-mêmes pouvait nous rendre la raison. » Vous avez probablement entendu la définition de la folie comme le fait de « faire la même chose encore et encore, en espérant des résultats différents ».

Voilà une description appropriée de la consommation répétée d'alcool, en particulier face à la destruction évidente qui résulte de ces abus. À ces égards, l'alcoolisme est à la fois illogique et insensé.

Alors que nous examinons différentes définitions, considérons aussi que l'on décrit une personne alcoolique comme « quelqu'un dont la consommation d'alcool crée des problèmes de vie graves, en particulier dans le cadre de ses relations affectives ». Les toxicomanes tentent souvent de nier leur alcoolisme. Quelle est votre situation? Avez-vous négligé des problèmes graves afin de rationaliser votre modèle de consommation d'alcool?

Sachez que ce n'est pas la quantité que vous buvez; ni même pas la fréquence à laquelle vous choisissez de boire ou de vous enivrer qui déterminent l'alcoolisme. Celles-ci peuvent être des indices potentiels qu'un danger vous quette, mais elles ne sont pas suffisantes pour définir complètement un problème d'alcoolisme.

Même votre choix de boisson alcoolisée ne crée pas un lien clair avec la dépendance à l'alcool. La bière est souvent citée comme le choix le plus courant des personnes alcooliques. Pourtant, en réalité, la quantité d'alcool pur dans une canette de bière est égale au verre de vin standard ou à un verre



de spiritueux. Nous ne pouvons ignorer l'un des symptômes les plus évidents et les plus difficiles de la bataille avec la bouteille: la perte de maîtrise de soi. Il y a d'abord la perte de contrôle sur le choix ou non de boire lorsque l'expérience passée montre que cette consommation a des conséquences désastreuses. Ce qui suit est le résultat de cette première perte de contrôle: la perte ultérieure de contrôle dans vos relations, dans les décisions éthiques, dans le respect de la loi ou dans le contrôle de vos finances, pour ne donner que quelques exemples.

Alors, où cela vous laisse-t-il? Vous reconnaissez-vous dans les définitions et modèles ci-dessus? Lorsque vous reliez les points, y voyez-vous un modèle d'abus d'alcool? Dans l'affirmative, êtes-vous prêt à envisager le chemin de l'espoir ultime?

Alcool et espoir

Les termes « alcool » et « espoir » peuvent sembler contradictoires. Mais, grâce à l'expérience avec de nombreux clients au fil des ans, j'ai appris que l'un des éléments principaux pour gagner la guerre contre la bouteille est le côté spirituel du processus de sobriété. Les solutions humaines sont limitées. Dieu est la solution! Et Dieu est la source ultime d'espoir!

Revenons à Jean et à son histoire. Une fois que Jean s'est rendu compte qu'il était temps de faire des choix qui le conduiraient vers un changement positif, il a commencé par se joindre à un centre de traitement. Après avoir terminé le programme, il s'est joint aux Alcooliques Anonymes (AA) et a choisi un parrain. Ensemble, ils ont examiné longuement et attentivement le programme en 12 étapes:

- **Nous avons admis que nous étions impuissants devant l'alcool - que nous avons perdu la maîtrise de nos vies.**
- **Nous en sommes venus à croire qu'une Puissance supérieure à nous-mêmes pouvait nous rendre la raison.**
- **Nous avons décidé de confier notre volonté et nos vies aux soins de Dieu tel que nous le concevions.**
- **Nous avons procédé sans crainte à un inventaire moral approfondi de nous-mêmes.**
- **Nous avons avoué à Dieu, à nous-mêmes et à un autre être humain la nature exacte de nos torts.**

- **Nous étions tout à fait prêts à ce que Dieu élimine tous ces défauts de caractère.**
- **Nous lui avons humblement demandé de faire disparaître nos déficiences.**
- **Nous avons dressé une liste de toutes les personnes que nous avons lésées et nous avons consenti à leur faire amende honorable.**
- **Nous avons réparé nos torts directement envers ces personnes dans la mesure du possible, sauf lorsque, ce faisant, nous risquions de leur nuire ou de nuire à d'autres.**
- **Nous avons poursuivi notre inventaire personnel et promptement admis nos torts dès que nous nous en sommes aperçus.**
- **Nous avons cherché par la prière et la méditation à améliorer notre contact conscient avec Dieu, tel que nous Le concevions, Lui demandant seulement de connaître Sa volonté à notre égard et de nous donner la force de l'exécuter.**
- **Ayant connu un réveil spirituel comme résultat de ces étapes, nous avons alors essayé de transmettre ce message à d'autres alcooliques et de mettre en pratique ces principes dans tous les domaines de notre vie. *(Reproduit avec la permission de A.A. World Services Inc.)***



Jean a remarqué les références fréquentes à Dieu - en particulier, l'étape # 11 qui mentionne « notre contact conscient avec Dieu, tel que nous le concevions ». Mais que signifie « concevoir Dieu » ?

Jean a entrepris une démarche spirituelle. Plusieurs des dieux qu'il rencontrait exigeaient beaucoup d'efforts de sa part - des étapes qu'il devait suivre, des règles qu'il devait respecter. Et à chaque coin de rue, il était confronté à la défaite, car il commettait sans cesse des erreurs. Il se sentait continuellement découragé. Après tout, ce qui avait conduit à sa consommation abusive d'alcool n'avait pas disparu. Et il était loin d'être équipé pour tout gérer seul. Où était le seul vrai Dieu qui pouvait tenir ses promesses, sur qui il pouvait vraiment compter comme source ultime de force et d'espoir?

Qui l'aiderait à surmonter les problèmes qui existaient déjà et ceux à venir? Puis il a rencontré d'autres personnes qui luttait pour guérir et qui lui ont parlé du Dieu trinitaire - le Dieu chrétien - qui est appelé triune parce qu'il est un Dieu en trois personnes: Père, Fils et Saint-Esprit. Jean a découvert quelque chose d'étonnant à propos de ce Dieu qui était différent de tous les autres. Il n'avait plus besoin de dépendre de ce que lui-même pouvait accomplir; au lieu de cela, il pouvait compter sur ce que Dieu avait déjà fait pour lui. Tout ne dépendait plus de lui seulement - quelqu'un serait là pour le soutenir, le réconforter, lui pardonner et l'aimer... malgré les erreurs et les rechutes.

La bataille peut se transformer en victoire

Il y a une parabole (une histoire racontée pour illustrer un concept) dans la Bible chrétienne qui offre à la fois un aperçu et de l'espoir face à ce que Dieu a déjà accompli pour nous.

Jésus, le Fils de Dieu, a partagé cette histoire et elle peut être trouvée dans le livre de Luc, (Luc 15, 11-24). Il s'agit de l'histoire d'un fils « prodigue » (rebelle) qui a quitté la maison et a adopté un mode de vie de fêtard. Voici un résumé de l'histoire:

Un fils cadet a exigé son héritage de son père. Le père a donné de l'argent à ce fils et celui-ci a dilapidé sa richesse (voir le verset 13). En d'autres termes, il vivait librement et de façon irresponsable.

L'argent a fini par disparaître et le fils est devenu désespéré. Face à son état d'impuissance et de désespoir, il a choisi de rentrer chez lui. Comme Jésus le dit: « Quand il est revenu à la raison », ce fils égaré a reconnu son besoin de confesser ses péchés à son père (versets 17-19). Ses attentes étaient mitigées, son désespoir profond. Il pensait que son père pourrait au moins lui permettre de devenir « l'un de ses employés ».

Mais vient ensuite la surprise. Lorsque ce fils perdu est rentré à la maison, le père était là pour le saluer. Il a célébré le retour de son fils.

Comme le raconte l'histoire, le père a dit: « Mon fils était perdu et il est maintenant retrouvé » (verset 24).

Cette histoire racontée par Jésus nous présente une image de Dieu le Père qui accueille quiconque s'est éloigné de lui. En ce qui concerne la sobriété, Dieu est là pour dire à chaque alcoolique prodigue et rebelle: « Bienvenue à la maison! »

Il vous dit la même chose dans le don du pardon. Peu importe vos efforts, vous ne trouverez jamais le chemin de la sobriété et de la repentance par vous-même parce que notre monde est rempli d'un obstacle appelé le péché - vos péchés aussi bien que les miens.

Les péchés peuvent être définis comme ces pensées, actions et paroles qui nous séparent de ce pour quoi Dieu nous a créés. En d'autres termes, le péché est notre séparation de la



nature de Dieu. Par nos propres choix, nous nous éloignons souvent de la vie que Dieu veut pour nous - une vie sans blessure, une vie en harmonie avec Dieu et avec les autres.

Par ce que nous disons, pensons et faisons, nous nous éloignons constamment de la volonté de Dieu pour nos vies. Mais Dieu nous aime et veut que cette relation soit rétablie. Il avait un plan pour nous ramener à lui - non grâce à ce que nous pourrions faire par nous-mêmes, mais par le sacrifice aimant de son propre Fils, Jésus-Christ. Jésus, vrai homme et vrai Dieu, qui a été envoyé du ciel pour prendre sur lui toute la colère de Dieu face à notre péché et au châtement que nous méritions. Il est mort d'une mort douloureuse sur une croix afin que nos péchés puissent être pardonnés.

Vous et moi sommes de nouveau accueillis dans les bras aimants du Père. Vous pouvez donc puiser la force dont vous avez besoin dans le pardon qui est le vôtre à cause de ce que Jésus a déjà fait pour vous!

Voilà la vraie force. C'est l'image complète de l'anticipation et de l'espoir que l'on retrouve aux étapes 2 et 3 du programme en 12 étapes - l'histoire du fils prodigue s'inscrit parfaitement ici. Il est passé de sa vie de gaspillage à l'espoir. Il était dans un état de crise lié aux choix qu'il avait faits et était prêt à confier sa vie à son père - au pouvoir extérieur à lui-même qui pourrait ramener sa vie à la raison.



Aux étapes 4 à 7, nous trouvons un chemin vers la confession et la réconciliation avec Dieu. Imaginez le fils prodigue dans ces étapes alors que ce tournant dans sa vie se produisait:

- Il a fait un inventaire moral approfondi et courageux de lui-même.
- Il a admis à Dieu, à lui-même et à une autre personne la nature exacte de ce qu'il avait fait de mal.
- Il se tenait prêt à ce que Dieu supprime tous ces « mauvais traits de caractère ».
- Il lui a humblement demandé de supprimer toutes ses lacunes.

Les étapes 8 et 9 décrivent ce que le fils a fait en approchant son père:

- Il a dressé une liste de tous ceux qu'il avait blessés et a accepté de faire amende honorable.
- Il a fait amende honorable dans la mesure du possible, sans blesser qui que ce soit.

Cette parabole de Jésus est un aperçu de la dépendance et de la guérison! Il y a d'abord eu la chute dans un style de vie de dépendance, puis la représentation de l'espoir quand une vie est remise en ordre. Et au centre se trouve la clé d'une sobriété réussie:

- Admettez qu'il y a un problème.
- Croyez que l'espérance se trouve en Dieu.
- Confessez vos péchés à Dieu.

Les quatrième et cinquième étapes décrivent une partie importante de la guérison et la sobriété:

- Consacrez sa vie à la réconciliation et à l'établissement de relations - avec Dieu, les autres et soi-même.
- Offrez de l'amour et de l'espoir aux autres qui ont besoin de conseils et d'espoir.

La victoire elle-même

La guérison et la sobriété demandent beaucoup d'efforts, mais elles peuvent être accomplies dans la joie. Il y a beaucoup à restaurer lorsque vous choisissez d'abandonner la bouteille et d'affronter votre nouvelle bataille pour le maintien de votre sobriété. Mais, il y a aussi la bataille de la victoire pour la guérison de votre cœur, de votre esprit et de votre âme. C'est une bataille gagnée grâce à l'intervention de l'amour - l'amour de Dieu, qui désire ramener chaque pécheur à une vie juste.

« Qui est ce roi de gloire? Le Seigneur fort et puissant, le Seigneur puissant au combat »

Psaume 24, 8

La Bible offre des encouragements. Dieu agit comme un guerrier pour ceux qui sont fidèles. Il y a une autre histoire dans la Bible avec laquelle vous êtes peut-être familier. Il s'agit de l'histoire d'un jeune garçon du nom de David, qui a remporté la bataille contre un géant du nom de Goliath. Méditez sur les paroles du jeune David concernant son combat contre le géant Goliath: «... car la bataille appartient au Seigneur » (1 Samuel 17, 47b).

Pensez à la « bataille contre l'alcool » comme celle contre Goliath - votre géant - puis faites vôtre le cri du David victorieux: « Car la bataille appartient au Seigneur. » Dieu est puissant et disponible pour vous aider à vous battre, à remporter la victoire quelles que soient les batailles géantes auxquelles vous faites face.

À un autre endroit encore de la Bible, un David plus âgé - le roi David - écrit au sujet de notre Dieu victorieux dans l'un de ses nombreux psaumes: « Qui est ce roi de gloire? Le Seigneur fort et puissant, le Seigneur puissant au combat » (Psaume 24, 8).

Il est essentiel de comprendre que la guérison n'est pas une question de confort. C'est une question de conviction. Il s'agit du sacrifice de soi, du dévouement au Sauveur qui s'est sacrifié sur la croix pour créer un chemin de réconciliation. Son nom est Jésus-Christ, et une partie de sa mission était de réconcilier chaque pécheur avec Dieu. Il vous aime et veut vous rapprocher de lui.

Si je devais choisir une citation des Écritures pour résumer la guérison d'un point de vue chrétien, ce serait celle-ci: « Je vous exhorte donc, frères, par les compassions de Dieu, à offrir vos corps comme un sacrifice vivant, saint, agréable à Dieu, ce qui sera de votre part un culte raisonnable. Ne vous conformez pas au siècle présent, mais soyez transformés par le renouvellement de l'intelligence, afin que vous discerniez quelle est la volonté de Dieu, ce qui est bon, agréable et parfait. » (Romains 12, 1-2).

Au cours de mes années de pratique, j'ai pu constater que la guérison fonctionne le mieux lorsque l'approche utilisée est fondée sur la Bible. Il s'agit alors de se tourner vers le Christ. Il comprend le sacrifice. Il est totalement engagé envers ce qui est honorable, saint et nécessaire. Il est allé à la croix et est mort pour tous les péchés, y compris ceux que vous avez commis en buvant.

La guérison concerne aussi les relations. Il y a la relation verticale entre Dieu et vous, celle dont il est question aux étapes 2, 3, 5, 6 et 11).



Et il y a aussi les relations horizontales - celles entre vous et les autres que vous avez peut-être blessés émotionnellement, spirituellement et physiquement (étapes 8 et 9). Enfin, il s'agit de votre relation avec les autres qui ont besoin d'aide dans leur bataille contre la bouteille (étape 12). Dieu et ces personnes participent activement à votre guérison. Ils sont là pour offrir pardon et soutien, ainsi que pour assurer que vous demeurez honnête face à votre sobriété.

Dieu vient avec un amour et une grâce inconditionnels pour contrer votre culpabilité et votre honte. Vous n'obtenez pas le rejet et le jugement que vous pourriez craindre. Il n'y a pas de doigts pointés; au lieu de cela, vous trouvez les bras étendus de Jésus sur la croix - des bras de grâce, d'amour et de pardon. Vous êtes accueillis par les paroles de Jésus lui-même: « Venez à moi, vous tous qui êtes fatigués et accablés, et je vous donnerai du repos » (Matthieu 11, 28).

Sur tous les fronts

La sobriété a des conséquences sur de nombreux fronts: votre nouvelle compréhension de soi et de l'intégrité signifie que les relations endommagées doivent être restaurées, les défis juridiques et financiers doivent être surmontés et les dommages physiques causés au corps doivent faire l'objet de soins appropriés.

La première chose à considérer est le rétablissement d'une relation avec Dieu. L'heure de la confession est arrivée. Il est temps d'aller au-delà des tromperies et d'entrer dans la vérité - c'est ce à quoi consiste le plan de Dieu pour ceux qui suivent son exemple.

Ce que vous ne pouvez pas faire seul est remis à Dieu, source ultime d'espoir, de force et d'encouragement. Les trois piliers essentiels de votre guérison sont la sobriété, l'honnêteté et l'humilité, les deux derniers étant fortement de nature spirituelle. La vérité est inestimable. La joie et l'espérance se trouvent dans ces paroles de Jésus: «... la vérité vous rendra libres » (Jean 8, 32b) et « Je suis le chemin, la vérité et la vie. Personne ne vient au Père que par moi. » (Jean 14, 6).

Une dernière étape

La sobriété n'est pas facile. Mais plus vous apprenez à connaître Jésus comme votre source d'espoir et de réconciliation, plus la promesse d'une guérison durable est grande.

Gardez ces versets de la Bible à l'esprit pour vous encourager: « Et nous savons qu'en toutes choses Dieu œuvre pour le bien de ceux qui l'aiment, qui ont été appelés selon son dessein » (Romains 8, 28). Oui, vous avez un appel de Dieu: un appel à une vie sainte. C'est votre réponse à l'amour et à la grâce de Dieu.

Il y a une dernière étape qui fait partie de votre réponse; c'est à votre tour de redonner - de compléter le « cercle d'amour » de la sobriété (Dieu envers le toxicomane - le toxicomane envers lui-même et envers les autres - et maintenant le toxicomane envers ceux qui sont dans le besoin, afin qu'eux aussi puissent expérimenter l'amour de Dieu) comme il est décrit à l'étape 12: « Ayant connu un réveil spirituel comme résultat de ces étapes, nous avons alors essayé de transmettre ce message à d'autres alcooliques et de mettre en pratique ces principes dans tous les domaines de notre vie. »

Jean a parcouru cette expérience spirituelle et grâce à la puissance de Jésus, il a remporté la victoire sur ses batailles. Il se tient maintenant prêt à transmettre ce message à ceux qui luttent.



Si vous avez du mal, sachez que votre bataille avec la bouteille peut être couronnée de succès; vos combats pour la sobriété peuvent être remportés. Dieu est prêt à vous aider à cheminer vers la victoire. Jésus a ouvert la porte de l'espérance, de la réconciliation, de ce que Dieu est prêt à faire pour vous aider à remporter la victoire. Jésus a ouvert la porte de l'espérance, de la réconciliation, de la plénitude de la vie. « La bataille appartient au Seigneur! »

RESSOURCES

Parrain

Réunions

Dates

Contacts

Cette brochure est distribuée par



**Nos ministères visent
à proclamer
l'Évangile de Jésus-Christ.**

Vos commentaires sur ce que vous venez de lire sont les bienvenus. Si vous aimeriez recevoir d'autres brochures pour votre bien-être spirituel ou plus d'informations sur nos ministères, n'hésitez pas à communiquer avec nous.

D'autres ressources :
www.lll.ca/booklets/french
www.lumieresurlechemin.ca

aux USA:
**Lutheran Hour Ministries
660 Mason Ridge Center Drive
St. Louis, Missouri 63141-8557**

1-800-876-9880 (*en anglais seulement*)

courriel: lh-min@lhm.org

internet: www.lhm.org

au Canada :
**Les Ministères de L'Heure Luthérienne
270 Lawrence Avenue
Kitchener, Ontario N2M 1Y4**

1-800-555-6236 (*en anglais seulement*)

courriel: info@lll.ca

internet: www.LLL.ca



Comme vous pouvez le lire dans le titre, ce livret parle des batailles que doivent livrer les individus aux prises avec un problème de toxicomanie. Il s'agit en fait de deux types de batailles. Il y a d'abord la bataille avec la bouteille - l'alcoolisme. La deuxième bataille est celle de la victoire - la sobriété. Si vous vous trouvez dans l'une ou l'autre de ces batailles, ce livret est pour vous!

BATAILLES CONTRE LA BOUTEILLE 6BE113

Les Ministères de L'Heure Luthérienne
270 Lawrence Ave | Kitchener, ON N2M 1Y4
1-800-555-6236 | 519-578-7420 | info@ill.ca | www.ill.ca