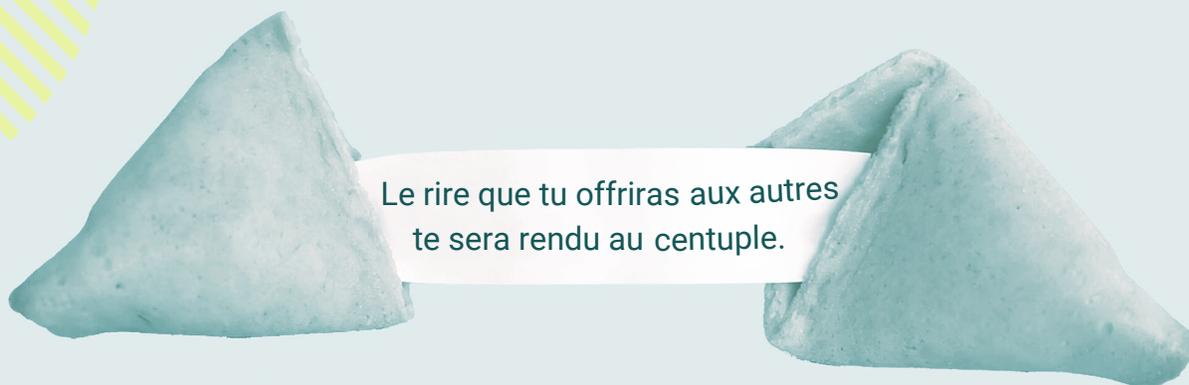


C'EST LA FÊTE.



**UN MOMENT
CONVIVAL EN
LIGNE OU EN
PRÉSENCE!**

La Fête des voisins au travail est une initiative de

MOUVEMENT
SANTÉ MENTALE
QUÉBEC



Promouvoir. Soutenir. Outiller.

SMQ – Bas-Saint-Laurent
SMQ – Chaudière-Appalaches
SMQ – Côte-Nord
SMQ – Haut-Richelieu
SMQ – Lac-Saint-Jean
SMQ – Rive-Sud
SMQ – Pierre-De-Saurel

ACSM – Filiale de Québec
ACSM – Filiale Saguenay
CAP Santé Outaouais
CPS Lebel-sur-Quévillon
Perspective communautaire en santé mentale
Le RAIDDAT
Centre Accalmie

NOUS REMERCIONS

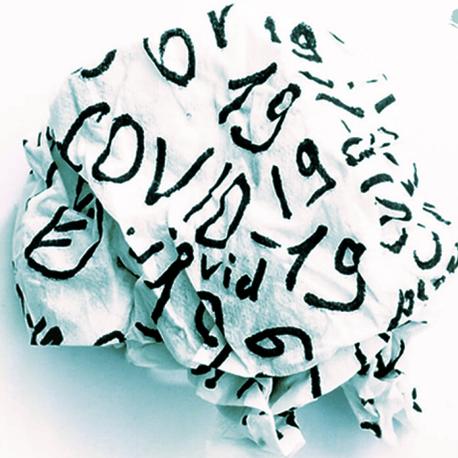
Ministère de la Santé
et des Services sociaux



Concept inspiré de la Fête des voisins au travail créée en France

MOBILISEZ VOTRE ÉQUIPE ET CÉLÉBREZ!

SE RAPPROCHER MALGRÉ LA DISTANCE



La Fête des voisins au travail a d'abord été créée en France en 2013, puis a été importée et adaptée au Québec l'année suivante par le **Mouvement Santé mentale Québec** avec le soutien du Réseau québécois de Villes et Villages en santé.

1 POURQUOI UNE FÊTE DES VOISINS AU TRAVAIL?

- Mieux connaître nos collègues, nos partenaires, les milieux de travail avoisinants. Cela favorise l'esprit d'équipe, la rétention du personnel et la qualité de vie au travail dans le plaisir.
- Organiser un moment fort où des milliers de personnes se rassemblent pour développer des liens bienveillants.
- Développer la confiance, le sentiment d'appartenance et le soutien social. Ces derniers sont reconnus par la recherche comme des facteurs de protection du bien-être psychologique.
- Prendre une pause au travail encourage le relâchement, une meilleure concentration, la créativité ainsi que la satisfaction.

2 À QUOI RESSEMBLE LA FÊTE?

- Un événement simple, sans prétention, organisé dans la spontanéité.
- Un moment unique pour échanger.
- Une rencontre ponctuelle, un moment convivial en ligne ou en présence : petit-déjeuner, pause partagée, jeu collectif, apéro, buffet, etc. On choisit celle qui nous convient.

3 FIXEZ VOTRE DATE!

- À tout moment de l'année.

4 LA MARCHÉ À SUIVRE

- Visitez le site fetedesvoisinsautravail.ca pour avoir accès aux outils d'organisation, conseils et formes que peut prendre la Fête.
- Déterminez une date, les participant-es cibles (collègues, voisin-es de bureau, d'immeuble, de parc industriel, etc.) et le lieu (par visioconférence, site extérieur, bureau, cuisine, stationnement, hall, parc industriel, pub ou autre).
- Écrivez-nous à relationspubliques@mouvementsmq.ca pour que l'idée réalisée dans votre milieu soit partagée sur nos médias sociaux.



La **Fête**
des voisins
au **travail**
fetedesvoisinsautravail.ca