



# DÉCOUVREZ VOTRE MILIEU DE TRAVAIL AUTREMENT !

LE \_\_\_ / \_\_\_ / \_\_\_



La **Fête**  
des voisins  
au **travail**

Au mois de novembre, célébrez la fête des voisins au travail ! Nous passons près de 60 %<sup>1</sup> de nos heures d'éveil au travail, une statistique qui évoque l'importance de développer la confiance, la bienveillance et des liens dans ce milieu. La Fête des voisins au travail est l'occasion de découvrir vos collègues et voisins de travail avec convivialité ! **Plus de 250**

**Fêtes ont été organisées depuis 2014, rejoignez le Mouvement !**

Activité spontanée ou événement planifié, rencontre entre collègues, avec les milieux de travail avoisinants ou encore avec les partenaires; petit-déjeuner, pause partagée, jeu collectif, 5 à 7, buffet... **Laissez libre cours à votre imagination pour organiser votre fête des voisins au travail !**

<sup>1</sup> BLACK, Conrad. (2008)

## À vous de jouer !

Pour organiser votre Fête des voisins au travail, le Mouvement Santé mentale Québec met à votre disposition une boîte à outils disponible en ligne gratuitement sur [fetedesvoisinsautravail.ca](http://fetedesvoisinsautravail.ca) ! Retrouvez-y des affiches personnalisables, des idées d'activités, des conseils, etc.

Cette année, le Mouvement Santé mentale Québec vous invite à organiser une Fête sous le thème de la découverte, l'occasion de rencontrer vos voisins au travail autrement !

## Des prix à gagner !

**FAITES-NOUS PART DE VOTRE FÊTE À [BIENDANSATETE@MOUVEMENTSMQ.CA](mailto:BIENDANSATETE@MOUVEMENTSMQ.CA)**

**AVANT LE 5 DÉCEMBRE 2019 ET COUREZ LA CHANCE DE GAGNER :**

- 2 jeux de cartes sur Découvrir c'est voir autrement, offerts par l'ACSM - Filiale de Québec. Valeur : 20 \$.
- Une conférence de 60 minutes offerte par Capsana – Santé en entreprise : Bien vivre le changement par la résilience : l'art de rebondir. Valeur : 1 550 \$.
- Une conférence présentée par Mario Messier du Groupe Entreprises en santé : Promouvoir la santé et le mieux-être en milieu de travail (incluant la santé mentale) en considérant les impacts des réseaux sociaux. Valeur : 895 \$.
- 6 jeux de société offerts par le Randolph Animation. Valeur : 120 \$.
- 3 jeux TOTEM, "le jeu qui fait du bien" pour que chacun puisse entendre ses forces et qualités à travers le regard de ses collègues et voisins au travail. Valeur : 74,84 \$.

 La Fête des voisins au travail - Québec

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 de Saguenay  
CAP Santé Outaouais  
Comité Prévention Suicide L-s-Q  
PCSM  
RAIDDAT

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

Nous remercions :

Ministère de la Santé  
et des Services sociaux

 GROUPE  
ENTREPRISES  
EN SANTÉ

 fig