

Guide d'activités pour employeurs

CONCILIVI





SEMAINE QUÉBÉCOISE DES FAMILLES



10 au 16 mai 2021





# Être la Réseau pour un Québec Famille pour familles





Suggestions d'activités Semaine québécoise des familles 2021



#### Introduction

En cette 26e édition de la Semaine québécoise des familles, Concilivi, appuyé par la Fédération des chambres de commerce du Québec, vous invite à souligner l'apport des familles au sein de votre organisation.

Comme société, nous comptons instinctivement sur les familles pour faire face aux situations comme celles causées par la pandémie. Cela découle du fait que ces dernières sont les premières responsables des décisions concernant l'éducation, la santé, l'entraide, les loisirs, la culture, etc. Les familles sont au cœur de l'organisation de nos milieux de vie et partenaires de nos milieux de travail. Elles sont, rappelons-le, l'un des acteurs économiques les plus importants de notre société.

La pandémie accentue, et continuera à le faire, la pression sur les familles : stress constant, problématiques accrues en matière de santé mentale, impact sur la santé des aînés et sur la capacité d'intervenir à titre de proches aidants, relations souvent plus difficiles dans le couple ou entre les membres de la famille en conséquences de la situation, nouveaux enjeux en conciliation famille-travail pour être en mesure de répondre aux conditions du télétravail ou au confinement d'enfants en cas d'éclosion dans une école ou un service de garde, nouvelles responsabilités pour soutenir le cheminement scolaire des élèves qui doivent réaliser une partie de leur cursus scolaire à distance, accès réduit et inégal aux services pour les enfants à besoins particuliers, encadrement des relations entre adolescents, voilà autant de nouvelles conditions auxquelles les familles sont confrontées quotidiennement.

La liste des impacts de la pandémie sur la vie des familles est longue, mais un constat s'impose : à défaut de leur accorder un soutien adéquat, la sortie de crise sera beaucoup plus difficile. Durant la Semaine québécoise des familles et en tout temps en entreprise, prenons le temps de reconnaître et de soutenir nos employés et leur famille!

Dans cet esprit, nous avons listé, pour vous inspirer, plusieurs façons dont vous pouvez souligner votre engagement et votre soutien envers vos employés et leur famille.

### Offrir de la reconnaissance, de diverses façons

#### Message du président

ou du gestionnaire à ses employés, même un appel personnel informel, si la situation se prête

Dégager un bloc de 1 h ou 2 h dans la semaine de travail de l'employé pour une activité avec sa famille ou tout employé pour son bien-être général (tous au même moment en fin de journée, pause-dîner allongée ou au choix selon la charge de travail).

#### Offrir un cadeau

Livres, repas traiteur, billets pour activité extérieure, marchandise avec le logo de la compagnie pour employés ou enfants (ex. crayons à colorier avec logo), séance photo familiale, camion de cuisine de rue pour le dîner (foodtruck), etc. (peut être sous forme de tirage)



#### Rencontre informelle

où le président ou le gestionnaire présente sa famille, les activités qu'ils aiment faire. Quiz « Connais-tu ton patron ? »

Apportez un gâteau, des cupcakes, beignes ou autre délice!



Lancer une nouvelle mesure de conciliation famille-travail (ou rappel des mesures déjà en place et/ou des programmes d'aide aux employés). Proposer aux parents des sites internet, des ressources ou des livres sur le thème de la famille.

#### Créer des groupes de discussion

(en ligne ou sur les lieux de travail si ça s'y prête) pour échanger selon les réalités propres aux employés (jeunes parents, enfants d'adolescents ou proches aidant)



Envoi d'une carte postale personnalisée

#### Faire une vidéo

ou un montage photo pour présenter vos employés comme votre « famille » d'entreprise



# Offrir une conférence ou un atelier sur des sujets touchant la famille

- Concilier responsabilités familiales-personnelles et vie professionnelle
- tion des responsabilités dans le couple Répartition des responsabilités dans le couple
- **Gestion des repas**
- Rôle de proche aidant
- 🔀 Relations entre la fratrie
- Charge mentale
- 🤼 Apprentissage des tâches familiales pour les enfants, selon les tranches d'âge
- <page-header> Gestion du temps d'écran et des médias sociaux
- **Techniques de communication positive entre les membres de la famille**
- Gestion du stress (chez les jeunes ou chez le parent, le proche aidant)

## Offrir des activités familiales en ligne ou extérieures

Cours ou ateliers divers : éveil musical, cuisine, danse, jardinage, etc.

L'heure du conte (faire une demande à la maison d'édition pour les droits d'auteur)

Séance de yoga, de méditation ou d'exercices physiques

Concours ou partage de dessins, de bricolages ou de photos liés à la famille

Jeux de société ou quiz en direct avec animateur

Le jeu des 7 familles

Chasse aux "trésors" (fiche avec éléments à trouver lors d'une marche)

Jumeler deux familles pour activité extérieure

Consultez le calendrier des activités de la SQF pour connaître les activités proposées par des organismes de votre région.

# Idées de messages pour vos médias sociaux

**EMPLOYEURS**, vous êtes des acteurs-clés pour aider vos employés dans leur quotidien en leur offrant des services et du support. Profitez de cette occasion pour leur rappeler comment vous pouvez les aider. Vous pouvez partager vos activités sur vos médias sociaux à l'aide des gabarits et visuels présentés cidessous, en utilisant le #SQF2021.

Les messages ci-dessous peuvent être utilisés sur vos médias sociaux. Nous avons aussi à votre disposition des gabarits gratuits à télécharger pour créer des visuels à la page « Matériel promotionnel » du site web de la SQF.

#### Messages liés à la thématique



C'est aujourd'hui que débute la Semaine québécoise des familles sous le thème « Être là pour les familles ». Tous ensemble, exprimons notre soutien aux familles du Québec! #SQF2021 #làpourlesfamilles



- Célébrons la famille, notre richesse, à l'occasion de la Semaine québécoise des familles 2021! #SQF2021 #làpourlesfamilles
- Après cette période particulière marquée par la pandémie, nous levons notre chapeau aux familles de notre organisation qui ont su s'adapter et persévérer avec courage! Nous profitons de l'occasion, en cette Semaine québécoise des familles, pour leur dire merci! #SQF2021 #làpourlesfamilles

La Semaine québécoise des familles est une occasion de choix pour connecter avec vos employés et leur réalité.

Profitez de ce moment pour ouvrir la conversation avec eux pour connaître leurs besoins. C'est justement sur leurs besoins de conciliation famille-travail que s'appuie la démarche d'obtention du Sceau Concilivi.

Vous souhaitez offrir de meilleures mesures de conciliation famille-travail et vous ne savez pas par où commencer ?

Contactez-nous.





Le Sceau Concilivi : une démarche simple, accompagnée et distinctive !