



ORGANISATION D'ACTIVITÉS – SEMAINE QUÉBÉCOISE DES FAMILLES 2020

INTRODUCTION

La crise actuelle de la COVID-19 amène son lot d'incertitudes. Dans un tel contexte, il est difficile de planifier des rassemblements publics dans le cadre de la Semaine québécoise des familles 2020.

Nous avons donc préparé ce petit guide pour vous inspirer afin d'organiser des activités porteuses et sans rassemblements. Nous sommes conscients que la thématique de cette année ne se prête plus tout à fait à la situation actuelle. Nous avons voulu, dans la mesure du possible, vous proposer quelques idées d'actions en lien avec celle-ci mais après tout et par-dessus tout, cette semaine vise à célébrer les familles du Québec.

Si vous ne souhaitez pas organiser d'activités, vous pouvez tout simplement, si vous le souhaitez, souligner la Semaine québécoise des familles dans les médias sociaux à l'aide de nos visuels et des messages que vous trouverez à la fin de ce guide.

N'hésitez pas à faire preuve de votre créativité habituelle pour valoriser les familles, souligner leur apport à notre société et leur démontrer que nous sommes tous là pour elles.

ACTIVITÉ NATIONALE POUR LA JOURNÉE INTERNATIONALE DES FAMILLES (15 MAI)

L'équipe du Réseau pour un Québec Famille travaille actuellement à planifier une action virtuelle touchant l'ensemble du Québec. Celle-ci se tiendra le 15 mai à 18 h. Vous souhaitez être informé lorsque nous en ferons l'annonce afin d'obtenir les détails? Écrivez-nous à info@quebecfamille.org pour recevoir notre infolettre à ce sujet!



RAPPEL DE LA THÉMATIQUE DE LA SQF 2020

« Concilier famille et travail : ensemble, c'est possible! »

Disposer d'un bon équilibre entre vie familiale et vie professionnelle de manière à pouvoir s'occuper adéquatement des siens ne devrait pas être un privilège mais bien un droit fondamental garanti à toutes les familles.

Les familles jouent un rôle essentiel dans la société, que tous reconnaissent. À notre façon, nous avons tous un rôle à jouer pour faire du Québec une société plus conciliante.

En tant qu'employeurs, nous pouvons mettre en place une charte de la conciliation famille-travail qui précise l'engagement de l'organisation et établit des règles claires, équitables et prévisibles.

En tant que collègues, nous pouvons choisir de réagir avec empathie plutôt que jalousie lorsqu'un un.e coéquipier.ère doit s'absenter ou quitter le travail plus tôt pour s'occuper d'un enfant ou d'un proche.

En tant que service public (école, service de garde, services municipaux, services aux aînés, transports publics, etc.), nous pouvons établir des horaires compatibles avec l'emploi du temps des familles qui travaillent. Idem pour les commerces.

En tant qu'organisme communautaire qui intervient auprès des familles, nous pouvons mieux faire connaître nos services qui sont conçus pour les soutenir dans l'exercice quotidien de leurs responsabilités.

En tant que spécialistes et chercheurs, nous pouvons continuer à documenter les impacts positifs de la conciliation famille-travail sur l'ensemble de la société.

En tant qu'élus et décideurs gouvernementaux, nous pouvons intervenir de façon ciblée pour que tous les secteurs de la société reconnaissent le droit à une bonne conciliation famille-travail.

Et surtout, en tant qu'employé.e.s ayant des responsabilités familiales, nous pouvons demander des mesures de conciliation famille-travail et, surtout, ne pas se sentir coupable de les utiliser!

À l'occasion de la Semaine québécoise des familles, du 11 au 17 mai 2020, le Réseau pour un Québec Famille vous invite à joindre votre voix et vos actions à tous ceux et celles qui se mobilisent pour faire du Québec une société plus conciliante, qui reconnaît le droit à chaque famille à un bon équilibre entre vie familiale et professionnelle, et qui se donne les moyens d'y parvenir.



CONSEILS GÉNÉRAUX

Moyens utilisés

- Utilisez les outils à votre disposition pour promouvoir votre événement et le faire rayonner :
 - Médias sociaux
 - Infolettres
 - Pages web
 - Matériel promotionnel de la SQF (jusqu'à nouvel ordre, l'envoi postal de notre matériel est suspendu en raison de la COVID-19 mais vous trouverez des outils électroniques sur notre site web) : www.quebecfamille.org/fr/materiel_promotionnel
 - Etc.
- Pensez aux plateformes et outils permettant la diffusion en ligne. La liste ci-dessous est non exhaustive car il existe de nombreux outils et tutoriels sur Internet :
 - Conférences et activités en baladodiffusion (podcast)
 - Comment réaliser un podcast : <https://pige.quebec/blog/comment-lancer-un-podcast-en-5-etapes/>
 - En plus des ressources énumérées dans l'article ci-dessus, vous avez Balado Québec pour l'hébergement : <https://baladoquebec.ca/>
 - Conférences, webinaires et activités vidéo :
 - Comment faire une vidéo avec son téléphone : www.youtube.com/watch?v=ML47XaUPoic
 - Comment faire une vidéo avec son ordinateur : [/www.youtube.com/watch?v=gOD39lrppoU](http://www.youtube.com/watch?v=gOD39lrppoU)
 - Zoom : www.zoom.us
 - Tutoriel : www.youtube.com/watch?v=eJ0FLRkATFE
 - Skype entreprise : <https://products.office.com/fr-ca/skype-for-business/download-app>
 - Tutoriel : www.youtube.com/watch?v=UKSfoYFLItc
 - YouTube : www.youtube.com
 - Tutoriel : www.youtube.com/watch?v=Vv-09xqsepA
 - Facebook live :
 - Tutoriel : www.youtube.com/watch?v=1bLtlSnYpfM
 - Etc.



Publics

- Tentez d'interpeller une variété de publics lors de votre activité : familles, entreprises, organisations, employeurs, décideurs, médias, etc.

EXEMPLES D'ACTIVITÉS

- Conférences ou atelier en vidéo ou audio sur des sujets touchants la conciliation famille-travail ou la famille
 - Répartition des responsabilités dans le couple
 - Gestion des repas
 - Rôle de proche aidant
 - Relations entre la fratrie
 - Apprentissage des tâches familiales pour les enfants, selon les tranches d'âge
 - Gestion du temps d'écran et des médias sociaux
 - Techniques de communication positive entre les membres de la famille
 - Etc.
- Activités en ligne pour divertir les enfants pendant que les parents sont en télétravail ou tout simplement pour réunir les familles
 - Cours ou ateliers divers : éveil musical, cuisine, danse, bricolage et dessin, science, magie, etc.
 - L'heure du conte (attention aux droits d'auteurs, n'oubliez pas de faire une demande à la maison d'édition)
 - Séance de yoga, de méditation ou d'exercices physiques
 - Concours ou partage de dessins, de bricolages ou de photos liés à la famille (peut se faire sur votre page Facebook)
 - Quiz familial en direct
 - Exemple : www.facebook.com/events/1067572046958348/
 - Etc.
- Proposer aux parents des sites internet, des ressources ou des livres sur le thème de la famille



IDÉES DE MESSAGES POUR VOS MÉDIAS SOCIAUX

Ces messages peuvent être utilisés avec les visuels disponibles sous les liens suivants (également à la page « Matériel promotionnel » de notre site web) :

- Visuels généraux : [Télécharger](#)
- Visuels conciliation famille-travail : [Télécharger](#)
- Gabarits : [Télécharger](#)

Messages thématique générale

- C'est aujourd'hui que débute la Semaine québécoise des familles. Tous ensemble, soulignons la contribution exceptionnelle des familles à la société du Québec! #SQF2020
- La famille est sans aucun doute l'une des meilleures ressources au Québec et nous en possédons tous une! Célébrons cette richesse à l'occasion de la Semaine québécoise des familles 2020! #SQF2020
- En ces temps difficiles et inédits, en plus de souligner l'apport exceptionnel des intervenants qui assurent les services essentiels, n'oublions pas de lever notre chapeau aux familles du Québec qui doivent relever de nombreux défis. Profitons de l'occasion en cette Semaine québécoise des familles! #SQF2020

Message thématique conciliation famille-travail

- À l'occasion de la Semaine québécoise des familles, joignons nos voix et nos actions à tous ceux et celles qui se mobilisent pour faire du Québec une société plus conciliante, qui reconnaît le droit à chaque famille à un bon équilibre entre vie familiale et professionnelle, et qui se donne les moyens d'y parvenir! #SQF2020