



## **GUIDE POUR L'ORGANISATION D'ACTIVITÉS** **29<sup>e</sup> ÉDITION DE LA SEMAINE QUÉBÉCOISE DES FAMILLES** **13 au 19 mai 2024**

### **THÉMATIQUE**

#### **Les familles au coeur de notre univers**

Dans le firmament de nos vies, il existe une constellation qui brille d'une lumière unique et essentielle : notre famille. La famille, pouvant prendre une myriade de formes (nucléaire, recomposée, adoptive, élargie, etc.), est le cœur de notre univers, un noyau autour duquel gravitent toutes nos expériences, tout au long de notre vie.

Si chacun d'entre nous trouvons dans notre famille une source de réconfort et de soutien pour traverser les moments heureux comme les plus difficiles, son importance dépasse largement les frontières de notre foyer. À l'échelle de la société, elle est le fil qui relie entre elles toutes les mailles de notre filet social. Premier lieu d'entraide, elle contribue à la stabilité économique et sociale. Premier lieu d'éducation, elle prépare nos tout-petits à contribuer activement à bâtir une société bienveillante. Premier lieu de solidarité, elle participe à réduire la pauvreté et l'exclusion, en particulier des personnes vulnérables.

Des familles en santé, c'est le fondement même du capital humain qui constitue la plus grande richesse de notre nation.

Dans cette courtepointe d'expériences, les familles ont toutefois besoin d'être soutenues. Qu'il s'agisse tantôt de soutien à la fertilité, d'adoption, d'accompagnement pendant la grossesse et après l'accouchement, de soins de santé mentale et physique, d'éducation, de services de garde éducatifs en petite-enfance et scolaire, sans oublier les camps de jour, les services spécialisés pour enfants à besoins particuliers, les congés parentaux, les mesures d'aide à la conciliation famille-travail ou le soutien à la proche aidance, nous avons comme responsabilité collective de les aider à jouer pleinement leur rôle.

## GUIDE POUR L'ORGANISATION D'ACTIVITÉS

---

Soutenir les familles n'est pas simplement un acte de bienveillance, c'est également une stratégie visionnaire pour promouvoir une société plus juste et plus prospère. Les politiques axées sur la famille reflètent la reconnaissance du rôle central qu'elles jouent. Investir dans le bien-être des familles, c'est investir dans l'avenir durable de la société dans son ensemble.

La Semaine québécoise des familles, qui se déroule du 13 au 19 mai, est l'occasion de célébrer l'importance de la famille pour nous, notre entourage et notre communauté. Donnons une voix aux familles et écoutons leurs préoccupations. Surtout, faisons de l'accès aux services une priorité partagée par tous, afin que chaque famille obtienne le soutien dont elle a besoin pour contribuer pleinement à notre société.

### JOURNÉE NATIONALE DES BEAUX-PARENTS



**Une initiative de Valérie Roberts, en collaboration avec le Réseau pour un Québec Famille**

Le 19 mai prochain, lors de la Semaine québécoise des familles, se tiendra la 4<sup>e</sup> édition de la [Journée nationale des beaux-parents](#). Pour célébrer les beaux-parents, les enfants sont invités à partager leur affection à leur égard sur les réseaux sociaux en utilisant les [#fierbeaupère](#) [#fièrebelle mère](#) [#fiersbeauxparents](#) [#journeenationaledesbeauxparents](#), et pourquoi pas, pour les plus jeunes, un beau bricolage, à l'instar de la fête des mères et des pères ! Les beaux-parents eux-mêmes sont aussi invités à partager des anecdotes avec les mot-clics. Vous êtes une organisation ou une entreprise? Pourquoi ne pas souligner la journée par la tenue d'une activité particulière?

### DIFFUSION AU CALENDRIER DES ACTIVITÉS DE LA SQF SUR LE WEB

Pour obtenir une visibilité supplémentaire, inscrivez vos activités organisées dans le cadre de la Semaine québécoise des familles ou de la Journée nationale des beaux-parents au calendrier de la SQF.

[Inscrire mon activité](#)

[Consulter le calendrier](#)

## GUIDE POUR L'ORGANISATION D'ACTIVITÉS

---

### RAYONNEMENT DE VOS ACTIVITÉS

Afin d'assurer le rayonnement de vos activités, nous vous invitons à utiliser les mots clic [#SQF2024](#) [#famillesaucoeurdenotreunivers](#), [#journéenationaledesbeauxparents](#) dans les médias sociaux.

### SOYEZ À L'AFFÛT DES NOUVELLES DE LA SQF ET DE LA JOURNÉE NATIONALE DES BEAUX-PARENTS

Nous vous invitons à suivre la [page Facebook du Réseau pour un Québec Famille](#) afin d'être à l'affût de toutes les annonces entourant la Semaine.

Vous pouvez également vous [abonner à l'infolettre](#) de la Semaine québécoise des familles.

### CONSEILS GÉNÉRAUX POUR L'ORGANISATION D'ACTIVITÉS

#### Publics

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

#### 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](#)
  - Etc.
- En plus des activités organisées en présentiel, il existe de nombreuses plateformes et outils permettant la tenue d'événements virtuels. La liste ci-dessous est non exhaustive car il existe de nombreux outils et tutoriels sur Internet :
  - Conférences et activités en baladodiffusion (podcast)
    - [Héberger et distribuer son projet de balado](#)
  - Conférences, webinaires et activités vidéo :
    - Zoom
    - Diffusion d'une vidéo YouTube
    - Youtube en direct
    - Facebook en direct
    - Microsoft Teams

## GUIDE POUR L'ORGANISATION D'ACTIVITÉS

---

### EXEMPLES D'ACTIVITÉS

Conférences ou ateliers sur des sujets touchants la famille :

- Répartition des responsabilités dans le couple
  - Gestion des repas
  - Rôle de proche aidant
  - Réalités des beaux-parents
  - Relations entre la fratrie
  - Charge mentale
  - 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
  - Gestion du stress (chez les jeunes ou chez le parent, le proche aidant)
  - Etc.
- Activités ludiques s'adressant à toute la famille :
    - Cours ou ateliers divers : éveil musical, cuisine, danse, jardinage, 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
    - Rallye en vélo
    - Rassemblements en plein air pour les familles, avec diverses activités telles que spectacles, amuseurs publics, kiosques, maquillages, jeux gonflables, pique-nique, etc.
    - Bingo
    - Concours ou partage de dessins, de bricolages ou de photos liés à la famille (peut se faire sur votre page Facebook)
    - Jeux de société en ligne
    - Activité d'échanges intergénérationnels
  - Proposer aux parents des sites internet, des ressources ou des livres sur le thème de la famille
  - Proposer aux parents une rencontre informelle pour échanger et discuter de leur réalité familiale
  - Organiser un échange de lettres entre jeunes et aînés

## GUIDE POUR L'ORGANISATION D'ACTIVITÉS

---

### BESOIN D'IDÉES PLUS CONCRÈTES?

Voici quelques activités ayant été réalisées dans le passé.

#### Pour la Semaine québécoise des familles

Organisateur : Ville de Dollard des Ormeaux / Bibliothèque de Dollard des Ormeaux

Activité : [Venez à la rencontre de la bibliothèque - Journée écologie et jardinage](#)

Organisation : CERF Volant de Portneuf

Activité : [Atelier d'initiation au portage postnatal](#)

Organisateur : Maison de la famille Rive-Sud

Activité : [Atelier interculturel d'ici et d'ailleurs](#)

Organisateur : Table des partenaires en petite enfance de Saint-Hubert

Activité : [Parcours en famille](#)

Organisateur : Bibliothèques de Sorel-Tracy

Activité : [Enquête généalogique : à la recherche de tes ancêtres](#)

#### Pour la journée des beaux-parents

Organisateur : AFMR Maria-Chapdelaine et le Centre de ressources pour hommes Optimum SLSJ

Activité : [Spectacle d'humour pour la journée des beaux-parents](#), Spécial beau-père

Organisateur : Maison de la famille Au cœur des générations d'Argenteuil

Activité : [Hommage à nos belles-mères et beaux-pères](#)

Organisateur : Réseau d'appui aux familles monoparentales et recomposées de l'Estrie

Activité : [Célébrons la beau-parentalité](#)

Organisateur : Maison de la famille Chutes Chaudière

Activité : [Concours journée des beaux-parents](#)