



# Guide pratique sur l'inclusion

## Notes d'allocution pour les réunions en magasin, en centre de distribution et d'équipe

### Table des matières

Ramadan et Aïd el-Fitr (17 février – 19 mars 2026) .....	2
Journée internationale des femmes (8 mars 2026) .....	3
Journée internationale de la Francophonie (20 mars 2026).....	4
Journée/Mois de sensibilisation à l'autisme (2 avril 2026) .....	5
Vaisakhi (14 avril 2026) .....	6
Cinco de Mayo (5 mai 2026).....	7
Semaine nationale de l'accessibilité (du 24 au 30 mai 2026) .....	8
Mois national de l'histoire autochtone (juin) et Journée nationale des peuples autochtones .....	9
Saison de la Fierté (de juin à septembre) .....	10
La Fête nationale du Québec (24 juin 2026).....	11
Journée canadienne du multiculturalisme (27 juin 2026) .....	12
Jour de l'émancipation (1 <sup>er</sup> août 2026) .....	13

# Ramadan et Aïd el-Fitr

## (17 février – 19 mars 2026)

Aujourd’hui, nous célébrons le ramadan et l’Aïd el-Fitr, deux fêtes importantes dans l’Islam.

### Renseignements importants :

- Le ramadan est un mois de jeûne, de prière, de réflexion et d’engagement dans la communauté pour les musulmans du monde entier.
- Le jeûne pendant le ramadan est l’un des cinq piliers de l’islam.
- L’Aïd el-Fitr marque la fin du ramadan et est célébré par des prières collectives, des festins et des dons à des organismes de bienfaisance.



### Pourquoi est-ce important?

Le ramadan est un moment sacré dans l’Islam. Il met l’accent sur la discipline personnelle, l’empathie envers les gens dans le besoin et la croissance spirituelle. L’Aïd el-Fitr est une célébration joyeuse qui renforce les liens familiaux et communautaires.

### Suggestions de réflexion :

- Comment pouvons-nous soutenir nos collègues de travail qui jeûnent pendant le ramadan?
- Comment pouvons-nous créer un espace destiné aux pratiques religieuses dans la culture de notre équipe?
- Une façon de célébrer l’Aïd el-Fitr avec nos collègues est de...

# Journée internationale des femmes (8 mars 2026)

Aujourd’hui, nous célébrons la Journée internationale des femmes, pour rendre hommage aux réalisations des femmes.

## Renseignements importants :

- La Journée internationale des femmes est célébrée depuis le début des années 1900.
- Elle met en évidence les progrès accomplis en matière d’égalité des genres et appelle à la poursuite des efforts.
- Il s’agit d’une journée marquée par des événements, des discussions et des actions en faveur de l’égalité des genres à travers le monde.

## Pourquoi est-ce important?

Cette journée nous invite à célébrer les contributions des femmes et à réfléchir aux obstacles qui subsistent dans le monde du travail et dans la société.

## Suggestions de réflexion :

- Quelles sont les femmes qui ont influencé votre parcours? Comment pouvez-vous aujourd’hui amplifier la voix des autres?
- À quoi ressemble l’alliance inclusive au quotidien?
- Comment pouvons-nous remettre en question les idées reçues et soutenir un leadership inclusif?



# Journée internationale de la Francophonie (20 mars 2026)

Aujourd’hui, nous célébrons la Journée internationale de la Francophonie, qui rend hommage à la langue française et à la culture francophone à travers le monde.

## Renseignements importants :

- La Francophonie compte environ 130 millions de locuteurs dans le monde, ce qui fait du français la 5<sup>e</sup> langue la plus parlée au monde.
- Le français est une langue officielle dans 29 pays et 10 territoires, dont le Canada, la Belgique, la Suisse et Madagascar.
- Cette journée promeut la diversité linguistique et les échanges culturels.
- Elle met également en avant la coopération entre les pays francophones.

## Pourquoi est-ce important?

Cette journée encourage l’appréciation de la diversité linguistique et de la richesse culturelle des communautés francophones.

## Suggestions de réflexion :

- Comment la langue nous lie-t-elle à la culture, au patrimoine et à la communauté?
- Qu'est-ce que le bilinguisme ou le multilinguisme apporte à nos lieux de travail?



Célébrez la richesse de la langue française et la diversité des cultures francophones partout dans le monde. La Journée internationale de la Francophonie nous invite à reconnaître le patrimoine linguistique, la collaboration et les valeurs communes qui unissent les communautés francophones au Canada et dans le monde entier.

DIVERSITÉ  
ÉQUITÉ  
INCLUSION

Scannez pour en savoir plus



# Journée/Mois de sensibilisation à l'autisme (2 avril 2026)

Le 2 avril 2026 est la Journée mondiale de la sensibilisation à l'autisme.

Elle vise à promouvoir la compréhension et l'inclusion des personnes qui vivent avec l'autisme.

## Renseignements importants :

- Le 2 avril est désigné comme Journée mondiale de la sensibilisation à l'autisme par les Nations Unies.
- Le nom a progressivement évolué, et le terme « acceptation » est parfois utilisé, afin de ne plus considérer l'autisme comme un trouble négatif, mais plutôt comme une partie intégrante de la diversité humaine.
- Cette journée vise à mieux faire comprendre l'autisme, à promouvoir l'inclusion et à célébrer les perspectives et les talents uniques des personnes autistes.
- Tout le mois d'avril est reconnu comme le Mois de sensibilisation à l'autisme afin de consacrer davantage de temps à des discussions et à des célébrations sur le sujet.
- L'autisme, également appelé trouble du spectre de l'autisme (TSA), est un trouble du spectre/trouble neurodivergent qui affecte le traitement de l'information, la communication, les interactions sociales et les expériences sensorielles.
- L'autisme est considéré comme un spectre, ce qui signifie que chaque personne autiste présente une combinaison unique de caractéristiques.

## Pourquoi est-ce important?

La Journée et le Mois de la sensibilisation à l'autisme nous encouragent à accepter la neurodiversité, à favoriser l'inclusion et à reconnaître les forces et les contributions des personnes autistes.

## Suggestions de réflexion :

- La Journée de sensibilisation à l'autisme est importante pour moi parce que...
- Comment pouvons-nous rendre notre lieu de travail plus inclusif pour les personnes neurodivergentes?

**Avril est le  
Mois mondial de la  
sensibilisation et de  
l'acceptation de l'autisme**

**Le 2 avril (La Journée)**  
Avril est le Mois de sensibilisation à l'autisme dans le monde, une période consacrée à la célébration de la neurodiversité et à la promotion de communautés inclusives. Approfondissons notre compréhension et agissons pour que les points de vue des personnes atteintes d'autisme soient pris en compte dans la conception d'un monde plus équitable et plus accessible.



# Vaisakhi

## (14 avril 2026)

Aujourd’hui, nous célébrons Vaisakhi, une fête importante dans le sikhisme et une célébration culturelle au Pendjab.

### Renseignements importants :

- Vaisakhi marque la fondation du Khâlsâ en 1699 par Guru Gobind Singh.
- C'est également une fête des récoltes célébrée au Pendjab.
- La journée comprend des prières, des processions et des repas communautaires (langar).

### Pourquoi est-ce important?

Vaisakhi est une période de renouveau spirituel et de service dans la communauté, qui met l’accent sur l’égalité et l’unité.

### Suggestions de réflexion :

- En quoi Vaisakhi est-elle similaire ou différente des autres fêtes de la récolte? (p. ex., l’Action de grâce et les foires agricoles régionales)
- Une façon de célébrer Vaisakhi au travail consiste à...



# Cinco de Mayo

## (5 mai 2026)

Aujourd’hui, nous célébrons Cinco de Mayo, une journée qui rend hommage à l’héritage et à la fierté mexicains.

### Renseignements importants :

- Cinco de Mayo commémore la bataille de Puebla en 1862, au cours de laquelle le Mexique a vaincu les forces françaises.
- Cette fête est largement célébrée aux États-Unis, au Canada et au Mexique avec des défilés, de la musique et de la nourriture.
- Cette journée rend hommage à la résilience et à l’identité culturelle.

### Pourquoi est-ce important?

Cinco de Mayo est l’occasion de souligner la culture mexicaine et ses contributions à la société.

### Suggestions de réflexion :

- Quels sont les éléments de la culture mexicaine que vous connaissez bien?
- Que puis-je faire pour en savoir plus sur l’histoire et la culture mexicaines au-delà de la célébration d’aujourd’hui?



Le Cinco de Mayo commémore la victoire à la bataille de Puebla et célèbre l’héritage, la résilience et la fierté mexicains. Cette journée est l’occasion d’apprécier la richesse de la culture mexicaine et ses contributions durables aux communautés de toute l’Amérique du Nord.

DIVERSITE  
EQUITE  
INCLUSION

Scannez  
pour en  
savoir plus



# Semaine nationale de l'accessibilité

## (du 24 au 30 mai 2026)

La Semaine nationale de l'accessibilité rend hommage aux réalisations remarquables et aux contributions novatrices des Canadiens handicapés.

### Renseignements importants :

- Cette semaine vise à sensibiliser les gens à l'importance d'apprendre ce qu'est l'accessibilité et aux moyens d'éliminer les obstacles dans nos lieux de travail afin de créer des environnements équitables.
- De tels obstacles peuvent toucher les espaces physiques, les plateformes numériques, les communications et les processus.

### Pourquoi est-ce important?

L'accessibilité est essentielle pour l'équité, la participation et l'innovation! Pensez à certaines des choses que nous utilisons tous les jours : rampes d'accès, boutons d'ouverture de porte, Siri, les applications de navigation, et bien plus encore! Ces innovations, utilisées par beaucoup, ont été créées en intégrant les expériences vécues par les personnes handicapées dans le processus de conception. Cette semaine nous rappelle qu'il faut agir en faveur de pratiques inclusives.

### Suggestions de réflexion :

- Connaissez-vous des obstacles (physiques, numériques ou comportementaux) qui pourraient empêcher la pleine participation d'une personne au travail?
- Comment l'amélioration de l'accessibilité pourrait-elle favoriser l'innovation et améliorer les résultats de votre lieu de travail et de votre organisation?



#### Semaine nationale de l'accessibilité

du 25 mai au 1er juin 2026

La Semaine nationale de l'accessibilité est un puissant rappel que la véritable inclusion consiste à créer un monde où chacun a sa place. Ensemble, brisons les barrières, défendons l'équité et créons des environnements qui permettent à toutes les personnes, quelles que soient leurs capacités, de s'épanouir. Lorsque nous adoptons l'accessibilité, nous libérons le potentiel de nos communautés et veillons à ce que la pleine participation soit non seulement possible, mais aussi célébrée.



Scannez pour en savoir plus



# Mois national de l'histoire autochtone (juin) et Journée nationale des peuples autochtones

Le 21 juin est la Journée nationale des peuples autochtones et le solstice d'été. Tout le mois de juin est une fête, une invitation et un moment pour se retrouver autour d'histoires, de plats et de danses partagés. Aujourd'hui connu sous le nom de Mois national de l'histoire autochtone, il marque pour les communautés autochtones le début de la saison des pow-wow.



## Renseignements importants :

- Ce mois célèbre la riche histoire, les cultures ancestrales, la résilience et la diversité des Premières Nations, des Inuits et des Métis.
- Les Canadiens sont encouragés à découvrir et à célébrer les cultures autochtones, et à y réfléchir.

## Pourquoi est-ce important?

- Ce mois s'inscrit dans le cadre du processus de réconciliation du Canada, qui vise à établir de nouvelles relations avec les peuples autochtones fondées sur la reconnaissance des droits, le respect et le partenariat.
- Le personnel autochtone peut avoir des obligations communautaires et familiales, comme des fêtes dans d'autres cultures.

## Suggestions de réflexion :

- Quels aspects de votre patrimoine culturel, de vos pratiques familiales et de vos traditions mettent en avant la danse, la cuisine et la musique? Prenez le temps de vous renseigner sur certaines pratiques autochtones locales qui pourraient être similaires ou différentes.
- Comment le Mois national de l'histoire autochtone peut-il s'associer à d'autres journées et événements culturels pour aider les gens à apprendre ensemble et à trouver des thèmes communs, tout en respectant leur côté unique?
- Sur le territoire traditionnel de quel peuple vivez-vous?
- Quelles sont les pratiques culturelles et communautaires de cette nation ou de ces nations ?

# Saison de la Fierté (de juin à septembre)

Au Canada, la saison de la Fierté s'étend de juin à septembre, avec des événements célébrant les communautés 2ELGBTQIA+ (personnes bispirituelles, lesbiennes, gais, personnes transgenres, personnes queers ou en questionnement, personnes intersexes, personnes asexuelles et autres) et leurs alliés.

## Renseignements importants :

- La saison de la Fierté est un terme qui désigne le large éventail d'événements liés à la Fierté qui ont lieu pendant les mois d'été.
- Elle rassemble les communautés 2ELGBTQIA+ et leurs alliés afin de mettre en lumière leur résilience, de célébrer leur talent et de souligner leurs contributions.
- Historiquement, les rassemblements de la Fierté sont issus des premières manifestations à grande échelle pour les droits des personnes 2ELGBTQIA+.
- Au Canada, les premières manifestations à cet égard ont eu lieu à Ottawa et à Vancouver en 1971.
- En 1973, des événements pour la Fierté étaient organisés dans plusieurs villes canadiennes, notamment Montréal, Ottawa, Saskatoon, Toronto, Vancouver et Winnipeg.
- Aujourd'hui, des événements de la Fierté ont lieu dans toutes les provinces du Canada.

## Pourquoi est-ce important?

- Célébrer la Fierté est l'occasion de montrer que notre lieu de travail accueille tout le monde.
- Nous avons tous le droit de nous sentir en sécurité et valorisés, indépendamment de notre orientation sexuelle ou de notre identité de genre.
- À cet égard, la Fierté nous rappelle que l'inclusion fait partie intégrante de la manière dont nous traitons les uns les autres, tout au long de l'année.

## Suggestions de réflexion :

- Je célèbre la Fierté parce que...
- La Fierté est importante pour moi parce que...



# La Fête nationale du Québec (24 juin 2026)

Aujourd’hui, nous célébrons la Fête nationale du Québec, qui rend hommage à la culture et au patrimoine québécois.

## Renseignements importants :

- Également connue sous le nom de fête de Saint-Jean-Baptiste, cette journée est célébrée depuis 1834.
- Elle est marquée par de la musique, des feux d’artifice et des événements culturels partout au Québec.
- Cette journée rend hommage à l’identité et aux traditions du Québec.



## Pourquoi est-ce important?

Cette journée est l’occasion d’apprécier la diversité culturelle du Canada et le patrimoine unique du Québec.

## Suggestions de réflexion :

- Que puis-je faire pour en savoir plus sur la culture québécoise et la langue française?
- En quoi la célébration d’une culture régionale enrichit-elle l’identité canadienne?

# Journée canadienne du multiculturalisme (27 juin 2026)

Aujourd’hui, nous célébrons la Journée canadienne du multiculturalisme, qui rend hommage à la diversité culturelle et à l’inclusion au Canada.

## Renseignements importants :

- Cette journée a été officiellement reconnue en 2002 par le gouvernement du Canada.
- Elle rend hommage aux nombreuses communautés culturelles qui contribuent à bâtir une société canadienne forte et dynamique.
- C'est l'occasion de reconnaître et d'apprécier les contributions de personnes d'horizons divers à la vie sociale, économique et culturelle du Canada.
- En 1988, le Canada a été le premier pays au monde à inscrire sa politique de multiculturalisme dans la législation, lorsque le Parlement a adopté la *Loi sur le multiculturalisme canadien*.
- Cette loi sert de cadre législatif pour promouvoir la diversité, l'équité et l'inclusion au Canada, en reconnaissant le multiculturalisme comme une caractéristique déterminante de l'identité canadienne.
- La Journée canadienne du multiculturalisme nous rappelle que la diversité est l'une des plus grandes forces du Canada.

## Pourquoi est-ce important?

- Nous pouvons souligner cette journée et célébrer notre diversité par de petits gestes, comme le partage d'histoires culturelles, de plats ou de traditions dans le respect.
- Nous pouvons également prendre le temps d'apprendre à connaître et à apprécier les différentes cultures qui nous entourent.
- En acceptant et en respectant les cultures de chacun, nous créons un environnement accueillant pour tout le monde, tant sur notre lieu de travail que dans nos communautés.

## Suggestions de réflexion :

- Comment la diversité culturelle renforce-t-elle le Canada dans son ensemble?
- Où voyez-vous le multiculturalisme se refléter dans votre vie quotidienne?
- Quelles traditions ou histoires ont façonné la personne que vous êtes aujourd’hui?

27 juin 2026



### Journée canadienne du multiculturalisme

Célébrez la diversité culturelle qui façonne le Canada. La Journée canadienne du multiculturalisme célèbre la mélange dynamique des cultures, des langues et des traditions qui composent la mosaïque culturelle du Canada. Ensemble, nous réaffirmons notre engagement pour la sensibilisation aux différentes cultures et des actions qui favorisent le sentiment d'appartenance.



Scannez pour en savoir plus



# Jour de l'émancipation (1<sup>er</sup> août 2026)

Aujourd'hui, nous célébrons le Jour de l'émancipation, qui marque l'abolition de l'esclavage dans l'Empire britannique.

## Renseignements importants :

- Le 1<sup>er</sup> août 1834, la *Loi sur l'abolition de l'esclavage* est entrée en vigueur dans l'Empire britannique.
- Cette journée rend hommage à la résilience et aux contributions des communautés noires.
- C'est un moment pour réfléchir à la lutte continue contre le racisme envers les communautés noires.

## Pourquoi est-ce important?

Le Jour de l'émancipation est l'occasion d'en apprendre davantage sur l'histoire, de célébrer la liberté et de s'engager en faveur de l'équité et de la justice.

## Suggestions de réflexion :

- Comment les enseignements tirés du passé peuvent-ils inspirer des actions significatives pour l'avenir?
- Que puis-je faire pour en savoir plus sur l'histoire des Noirs au Canada?

