

# Ensemble, nous prenons mieux soin les uns des autres

## La solidarité entre collègues protège la santé de tous



### Apporte ton soutien à tes collègues

1. Signale tout signe d'épuisement chez un collègue
2. Apporte ton soutien si quelqu'un se sent mal
3. Evite d'entrer en compétition d'une manière qui nuise au groupe
4. Coordonne le rythme de travail afin de ne surcharger personne
5. Apporte ton aide aux nouveaux travailleurs
6. Partage es informations importantes

### Le travail d'équipe renforce l'endurance physique et émotionnelle



### Que faire ?

1. S'entr'aider pour traduire quand c'est nécessaire
2. Accompagner un collègue s'il a besoin de parler avec le gérant
3. Promouvoir la communication respectueuse
4. Se rappeler qu'exprimer un problème de santé n'est pas un signe de faiblesse



### Si un collègue présente des symptômes de coup de chaleur

1. L'emmener à l'ombre
2. Desserrer ses vêtements
3. Donner de l'eau et des sels minéraux pour s'hydrater
4. Ne pas le laisser seul
5. Prévenir immédiatement le gérant



Appelle les urgences au 911  
Pour des conseils de santé non urgents, appelle le 811 (FR/EN)



Des questions concernant tes droits ?  
RATTMAQ : +1 514 415-8077



**Agir rapidement peut sauver une vie**  
Partage avec le groupe

# Résultat du processus de co-conception du projet de recherche participative

## CLIMPACT :



# Impacts des événements climatiques extrêmes sur les travailleurs agricoles migrants au Québec

Projet de recherche et co-création

Québec, Canada  
2025-2026

## Équipe de travail

L. Gautier (lara.gautier@umontreal.ca)

N. Noisel

R. Blanchet

C. L. Hernandez Joa

N.C. Orozco Gomez

S. Mathieu

A. Alba

R. Vasquez

G. D. Ajú Gómez

W. R. Vasquez Aguirre

E. Mendoza Romano

U. Lozano García

O. Maldonado Ruiz

Traduction en français : T. Garancher

## Partenaires



Université de Montréal



## Financé par :

