



Liste de bonnes actions

Vous trouverez ici une liste non-exhaustive de petites actions facile à mettre en place dans votre quartier



Brisez la glace

- Dites „Bonjour“ à vos voisins quand vous les croisez dans la cage d’escalier ou dans la rue
- Accueillez chaleureusement vos nouveaux voisins, ou allez vous présenter auprès de vos voisins si vous êtes nouveau dans le quartier
- Ecoutez vos voisins, ils se sentiront plus à l’aise pour vous dire si quelque chose ne va pas
- Montrez à vos voisins que vous êtes disponible pour partager un café ou faire une balade dans le parc

S’entraider. C’est facile

- Aidez vos voisins à faire des courses ou encore à recycler leurs déchets
- Promenez votre chien avec vos voisins, c’est un bon moyen d’apprendre à se connaître
- Proposez à votre voisin d’aller chercher un sapin ensemble
- Cuisinez une portion de plus pour inviter votre voisin à partager votre repas

Organisez une activité conviviale avec vos voisins

- Organisez une activité culturelle dans votre quartier : apéritif, sortie cinéma, soirée jeux de société, musée...
- Créez un groupe de lecture ou de cuisine pour que les voisins aient l’occasion de partager des moments ensemble
- Invitez vos voisins lors d’une fête de Noël pour qu’aucun de vos voisins ne sentent seuls pendant cette période de l’année

Engagez-vous !

- Sensibilisez vos voisins sur la problématique de l’isolement social
- Engagez-vous dans une association locale ou soutenez une association comme “Les Restos du Coeur” ou encore “Les Petits frères des Pauvres” pour faire bouger les choses à l’échelle nationale



Attention: êtes vous quelqu’un qui aimerait avoir plus de soutien de la part de vos voisins ? Nous vous encourageons à oser demander de l’aide