



## SOLIDARITÉ

Saviez-vous que ....

**La solidarité rend plus heureux?**

**Qu'elle augmente le niveau de sérotonine ?**

De nombreuses études scientifiques ont prouvé que la solidarité augmentait notre niveau de sérotonine, souvent surnommée "l'hormone du bonheur". Car faire preuve de solidarité permet de booster l'estime de soi.

**Être solidaire, c'est le sentiment de responsabilité et notre force commune** à ramener les lettres de noblesse dans la lutte pour notre **reconnaissance et nos droits**, ici et partout au Québec.

**La solidarité est l'une des valeurs universelles et fondamentales par excellence.** L'humain est solidaire parce que nous nous battons depuis toujours pour la défense des droits humains, pour la justice, contre toutes les inégalités, mais surtout parce que nous mettons au centre de notre préoccupation la personne humaine, ses libertés, ses droits, avec en premier lieu le droit à une vie décente et juste.

Document produit par le syndicat des ;



Responsables de services de garde



Éducatif en milieu familial



De la Montérégie

