



Québec, le mercredi, 26 janvier 2022

Me Sandra Ethier  
Bâtonnière de l'Abitibi-Témiscamingue  
Cain Lamarre, s.e.n.c.r.l.  
33 avenue Horne, Bureau 200  
Rouyn-Noranda (Québec) J9X 4S1

**Objet : Demande d'appui au Défi... On décroche**

Madame la bâtonnière,

Nous vous contactons de plus belle pour vous faire part d'une initiative qui a vu le jour dans notre section de Québec en 2021. Il s'agit du *Défi... On décroche*. Nous vous annonçons par le fait même que le Défi est de retour cette année pour sa deuxième édition. Nous serions honorés de pouvoir vous compter parmi les participants.

Ce défi que nous vous proposons consiste à retarder toute communication non urgente de 19 h à 7 h le lendemain pour tout le mois de février 2022. Il a pour but d'augmenter le bien-être des membres, la qualité des communications et la gestion des priorités. Il favorise également la prise de recul et le ton de certaines communications. Nous sollicitons votre implication dans ce défi et à le transmettre à vos collègues, consœurs et confrères.

Nous croyons qu'avec votre collaboration nous rejoindrons un plus grand nombre de membres. Tous ensemble nous arriverons à soulager le fardeau qui pèse sur les épaules de certains de nos membres.

Nous vous prions, Madame la bâtonnière, d'accepter nos salutations distinguées.

PJ : Logo du Défi...On décroche

Me Caroline Gagnon,

Bâtonnière de Québec