

## La coordination du réseau des délégués sociaux et déléguées sociales passe par les régions :

Montréal-Métropolitain  
514.387.3666

Québec et Chaudière-Appalaches  
418.622.4911

Abitibi-Témiscamingue et Nord-du-Québec  
819.762.1354

Mauricie et Centre-du-Québec  
819.378.4049

Estrie (boîte vocale)  
819.562.4217

Laurentides-Lanaudière  
450.431.6659

Saguenay-Lac Saint-Jean et Chibougamau-Chapais  
418.699.0199

Outaouais  
819.777.5441

Côte-Nord  
418.766.2360

Bas Saint-Laurent  
418.722.8232

Montérégie  
450.349.3880

### et par la

Fédération des travailleurs et travailleuses du Québec FTQ  
565, boulevard Crémazie Est  
bureau 12 100  
Montréal (Québec) H2M 2W3  
Tél. : 514.383.8000  
Télec. : 514.383.8001  
www.ftq.qc.ca



## La formation syndicale :

Les délégués sociaux et les déléguées sociales sont formés dans un cours de base et ont accès, par la suite, à de multiples activités complémentaires de formation. Ces activités sont également accessibles aux dirigeants et dirigeantes des sections locales.

- Le cours de base de délégué social et déléguée sociale:
  - vise à développer nos habiletés d'écoute;
  - nous fait connaître les ressources disponibles;
  - nous apprend à faire de la prévention.

## D'autres activités sont également diffusées à l'année :

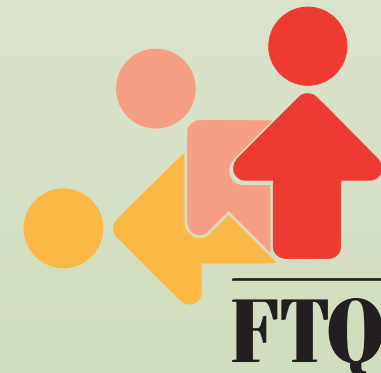
- Les soirées régionales d'information qui sont un complément de formation.
- Les conférences annuelles qui nous permettent de consolider le réseau.
- Les journées de formation thématiques.
- La formation complémentaire sur demande.



Syndicat des employés  
et employés  
professionnels-les  
et de bureau,  
section locale 575  
(CTC-FTQ)



*Le* syndicat  
chez Desjardins



Réseau des personnes  
déléguées sociales  
du SEPB-575

## Votre délégué-e social-e...

- est un membre de la section locale, suivant des formations lui permettant de mieux soutenir et de bien écouter les personnes ayant des difficultés personnelles;
- peut vous référer à des personnes ressources adéquates tant professionnelles que communautaires et/ou syndicales;
- en toute confidentialité, peut vous écouter et vous aider concernant des problèmes de toute nature, qu'ils soient relatifs à la famille, au travail, à la santé mentale, au jeu, à la toxicomanie, à l'endettement ou autres.

## Le réseau des DS...

- contribue aussi à l'amélioration de votre qualité de vie;
- saura, sans prétention, vous diriger vers les bonnes ressources.

PAP  
Programme d'Aide  
Psychologique Desjardins  
**1.888.727.6363**

Fondation mise sur toi  
**1.866.SOS.JEUX**

Suicide-Action  
**514.723.4000 / 1.866.APPELLE**

Tel-Jeune  
**1.800.263.2266**

SOS Violence conjugale  
**514.873.9010 / 1.800.363.9010**  
[www.maisons-femmes.qc.ca](http://www.maisons-femmes.qc.ca)

Gai Écoute  
**514.866.0103 / 1.888.505.1010**

ACEF  
Association coopérative  
d'économie familiale  
**514.257.6622**

Vous avez des suggestions,  
vous avez besoin d'aide,  
communiquez avec nous au :  
[delegates.sociaux@SEPB575.qc.ca](mailto:delegates.sociaux@SEPB575.qc.ca)

## Base de notre action syndicale

- notre objectif : assurer le mieux-être des membres;
- une aide d'égal à égal, volontaire et confidentielle;
- l'entraide entre les pairs;
- la prévention est notre outil privilégié.



Réseau des personnes déléguées sociales  
du SEPB-575

Vous cherchez une personne déléguée dans votre unité ou dans votre région, consultez la liste sur le site du SEPB 575 :  
**[www.sepb575.qc.ca](http://www.sepb575.qc.ca)**