

INFO RDS



Centraide
Québec et
Chaudière-Appalaches
Nous tous, ici

**Conseil
régional** FTQ
QUÉBEC ET
CHAUDIÈRE-APPALACHES



Le bulletin d'information du réseau régional
des déléguées et délégués sociaux

Mars-Avril 2024

Bienvenue dans le réseau

Voici les personnes formées lors de la session de base du mois de février. On leur souhaite la bienvenue et longue vie dans le réseau. Un merci particulier à Nancy Dionne, SEPB 573, à la coanimation.

Steeve



27ème Conférence

Réseau régional des DS

18 et 19 avril 2024, édifice FTQ de Québec

« L'entraide sans se ruiner »

Les invitations seront envoyées prochainement. Surveillez vos courriels.

Moi et le comité organisateur avons concocter un programme qui saura vous plaire.

Au plaisir de vous y rencontrer en grand nombre.

Steeve et le comité organisateur

DÉJEUNER BÉNÉFICE



La Crêpe pour Centraide

JEUDI

4 AVRIL 2024

DÈS 7H00

Salles de réunion

2ème étage édifice FTQ



Venez déguster des crêpes cuites sur place
Par nos chefs du moment !

Cartes en prévente
au Conseil Régional

Les profits
seront remis à



Centraide
Québec et
Chaudière-Appalaches

Pensée

« L'optimiste ne refuse jamais de voir le côté négatif des choses; il refuse simplement de s'attarder dessus. »

Alexandre Lockart

Les formations à venir au réseau :

À noter qu'un minimum de 9 personnes est requis pour que les sessions aient lieu

Formation de base pour devenir déléguée et délégué social(e):

Cette session prépare les déléguées et délégués syndicaux à soutenir les membres aux prises avec des problèmes d'ordre personnels, d'alcoolisme, toxicomanie, de santé mentale, etc. On y apprend la relation d'aide et on découvre les ressources du milieu, l'action préventive et la nécessité de l'implantation d'un réseau syndical de déléguées et délégués sociaux dans les milieux de travail.

La dernière session sera : **NOUVELLES DATES 28 au 30 mai 2024**. L'horaire est de 8h30 à 16h30 à l'édifice FTQ de Québec. Les frais sont de **125\$** par personne pour une section locale affiliée au Conseil régional FTQ. Si vous avez des noms à me communiquer pour la formation de base de déléguées et délégués sociaux, n'hésitez pas à le faire . Les membres des exécutifs locaux sont spécialement invités.

- S'outiller pour la résolution de conflits interpersonnels

Cette formation permet aux participantes et participants de se doter d'une démarche de résolution de conflits afin d'intervenir en milieu de travail.

Quand : 20-21 mars 2023 CHANGEMENT DE DATES

Coût : 125\$ par personne, syndicat affilié au conseil régional FTQ

Paru récemment sur la page Facebook du réseau

Face à l'anxiété, j'essaie de me rappeler que :



L'anxiété m'invite à
ralentir et à respirer.



Je suis capable de m'asseoir
avec ces émotions et sensations
désagréables.



Je n'ai pas besoin de
combattre l'anxiété, je
peux l'accueillir.



Je peux observer mes
émotions qui passent, elles
sont temporaires.



Ces émotions et sensations
ne sont pas des faits, je
suis en sécurité.



Je suis fort.e et je peux
traverser cette tempête.

*humain
avant tout*

Pour rejoindre le coordonnateur

- téléphone **NOUVEAU**
418-622-4941 poste 5123
- courriel spoulin@ftq.qc.ca
- cellulaire 418-209-4911

Le réseau sur les réseaux sociaux

- Facebook : www.facebook.com/rdsqca
- Instagram : [reseau_ds_qca](https://www.instagram.com/reseau_ds_qca)

Bonne exploration!

Un texte de notre partenaire Centraide



Joignez-vous au PPEC!

Le Programme Philanthropes Émergents Centraide (PPEC) s'adresse aux professionnel·le·s de tout horizon qui désirent faire une différence dans leur communauté.

Avec l'appui de mentor·e·s, des gens d'affaires impliqués auprès de Centraide, ces philanthropes de demain sont guidés et outillés pour solliciter de nouveaux donateurs et de nouvelles donatrices.

Tu désires en apprendre plus sur la philanthropie tout en faisant une différence pour le milieu communautaire?

Tu as envie de devenir ambassadeur·drice de la mission Centraide et de solliciter ton réseau?

Tu es prêt·e à mettre sur pied une initiative avec une cohorte d'individus aux mêmes valeurs d'entraide que les tiennes?

Nous sommes en plein recrutement des membres de la prochaine cohorte du Programme Philanthropes Émergents Centraide!

Faites partie du mouvement dès maintenant en remplissant [ce formulaire](#) d'ici le **dimanche 17 mars 2024**. Faites-le parvenir par courriel, accompagné de votre CV, à Catherine Sansregret, conseillère au développement philanthropique, au csansregret@centraide-quebec.com.

[Découvre ce qui a motivé d'autres membres du PPEC à s'impliquer.](#)



Livre-hommage du réseau

Un livre –hommage sur l’histoire du réseau sera publié en mai prochain. Il sera disponible au coût de 20\$. Contactez-moi pour réserver votre exemplaire.

Steeve

À venir au réseau

Mars	»	20-21	: Formation « S’outiller pour la résolution de conflits interpersonnels CHANGEMENT DE DATES
Avril	»	4	: Déjeuner « La Crêpe pour Centraide »
Mai	»	30 avr. au 6	: Semaine de la bonne santé mentale
	»	28-29-30	: Formation de base DS

Êtes-vous le syndicat recherché ?

Le service de l'éducation de la FTQ, en collaboration avec le réseau des déléguées et délégués sociaux de la FTQ et Mélanie Dufour-Poirier, professeure en relations industrielles à l'Université de Montréal, est présentement à la recherche d'histoires positives et inspirantes qui pourraient contribuer à motiver, mobiliser et inspirer plusieurs milieux de travail à façonner leurs manières de faire en termes d'organisation du travail.

Nous cherchons des cas réels où une problématique d'organisation du travail a été ciblée comme étant en cause d'un facteur de risques psychosociaux et d'atteinte à la santé mentale. Les histoires que nous souhaitons raconter sont celles où l'organisation du travail a été changée afin de régler le problème à la source avec l'aide des syndicats, de travailleurs et travailleuses, de cadres ou personnes représentant les ressources humaines, de personnes déléguées sociales, de représentants et représentantes en santé et sécurité du travail et autres personnes salariées de l'entreprise.

Encapsulés dans un projet vidéo qui sera utilisé dans le cadre de formations, nous invitons les intervenants et intervenantes qui ont été des acteurs ou actrices-clés dans la mise en place de ces changements à raconter leur histoire tel qu'ils et elles l'ont vécue.

Si vous croyez être ce syndicat, vous pouvez me contacter. Je vous mettrai en lien avec les organisateurs de ce projet.

Steeve