

Je ne vais pas bien, je dois en parler à quelqu'un



Photo Shvets Productions

Le **mal être** au travail, le **stress**, les **conflits**, l'ambiance, la **surcharge** de **travail**, l'**hyper-sollicitation** et les problèmes personnels peuvent engendrer des Risques Psycho Sociaux (**RPS**).

A qui en parler ? Comment me faire aider ? Comment sortir de ce scénario ?

Cette plaquette, éditée par l'**UNSa**, vous rappelle les informations, les pistes, les contacts pour vous aider à trouver des solutions et retrouver un bon équilibre.

"Demander de l'aide n'est pas un signe de faiblesse mais un signe de force"
Michelle Obama

A qui en parler ? à une organisation syndicale



L'UNSa se tient à vos cotés pour vous écouter, vous aider, vous assister, vous accompagner. Nos représentants sont toujours disponibles quel que soit vos soucis.

Vos représentants UNSa



Philippe Hocquard - 06 08 75 62 43
Délégué Syndical Central (CSE- CSSCT - RP)

Véronique Prodhomme - 06 76 69 45 72
Déléguée Syndicale (CSE – CSSCT)

Paul Poumerol - 06 82 83 39 80
Délégué Syndical (CSE – CSSCT)

Véronique Germain - 06 37 15 13 60
Représentante Syndicale (CSE)

Nathalie Garcia - 06 03 62 17 56
Déléguée Syndicale (CSE)

Les salariés sont une richesse qui est indispensable pour la valeur à l'entreprise. **L'UNSa** s'engage à **lutter** contre la **déshumanisation** au quotidien et à **soutenir** l'ensemble des salariés.



Notre marque de fabrique, volonté de renouveau, changement positif, unité. **Notre crédo**, défendre les salariés en établissant un relationnel de confiance avec la direction.

L'humain est toujours au centre de nos échanges et de nos décisions.

A qui en parler ? à la cellule d'écoute téléphonique Workplace option (ex Rehalto)



Numéro vert 0 800 006 701

**appel gratuit depuis un poste fixe en précisant
que vous êtes salarié(e) de TDF
Service accessible 24H/24 et 7J/7**

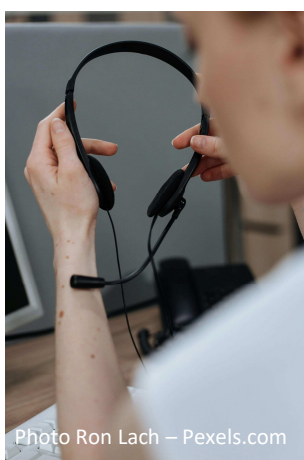


Photo Ron Lach – Pexels.com

- Service **confidentiel d'écoute** et **d'accompagnement** psycho-social pour les salariés et leurs ayants droit.
- Service offert dans la limite d'un maximum de 12 heures de consultation en cabinet par année contractuelle et par famille.
- Il traite différentes thématiques : problèmes familiaux, professionnels, personnels, addictions



Photo caleboquendo



Photo-pixabay



Photo-olly

A qui en parler ? à Social Direct



Social Direct est le système d'assistance sociale au sein de TDF. Service gratuit et confidentiel.



02 30 85 95 40 (Métropole, DTOM Antilles et Réunion)
09 80 08 44 27 (Plaque Pacifique)
support.bénéficiaire@socialdirect.fr

Liste des correspondants TDF IDF, régions, Dom Tom **[en cliquant ici](#)** ou sur intranet/mon quotidien RH/Santé-Prévoyance et icône Social Direct.

Social Direct c'est :

- Des assistant(e)s sociaux **spécialisés** dans l'accompagnement qui peuvent **dialoguer** avec les administrations, les banques, les services sociaux, etc.
- Ils sont formés pour vous **accompagner**, vous **comprendre**, vous **écoutez**.
- Des **professionnels** habitués à traiter les situations de vie complexes (maladies, endettements, Risques Psycho-sociaux, vieillesse, dépendance, etc.).
- Ils vous **aident** à **défendre vos intérêts**.
- Ils traitent différentes thématiques : famille, santé, vie au travail, budget, logement, aidant