

SOS INTERNES

Si vous ressentez des difficultés dans votre fonction d'interne, des angoisses, une baisse de moral, si vous vous posez des questions sur votre capacité à bien faire votre travail, que vous ressentez un épuisement moral, n'hésitez pas à demander de l'aide.

- Vous pouvez contacter le référent pédagogique de votre terrain de stage : Il est l'interlocuteur de la Faculté, des chargés de mission 2ème cycle et des étudiants, le responsable de l'accueil, de la progression pédagogique, de l'évaluation et du bien-être au travail des étudiant
- **L'interlocuteur de la faculté :**
 - Premier cycle : Yannick Tholance yannick.tholance@univ-st-etienne.fr
 - Deuxième cycle : Claire Boutet (chargée de mission R2C) claire.boutet@univ-st-etienne.fr
 - Troisième cycle : Catherine Massoubre (assesseur à la pédagogie) catherine.massoubre@univ-st-etienne.fr
 - Philippe Berthelot (doyen) philippe.berthelot@univ-st-etienne.fr
- **Représentants AISE (Associations Internes Saint Etienne)**
 - President: Elora GAUDRY (president.aise@gmail.com)
 - VP Etudes Médicales: Virginie HEAN (virginie.hean@gmail.com)
 - VP Etudes Médicales: Oliver DORADO CORTEZ (vpem.aise@gmail.com)
- **La cellule de soutien des étudiants en médecine :** medecine-cellulesoutien@univ-st-etienne.fr
 - Son objectif est de permettre aux étudiants en médecine de parler des difficultés qu'ils rencontrent en toute confidentialité.
 - Elle est composée des Prs Catherine Massoubre, Marie Hélène Lafage Proust, et des Drs Christian Boissier et Jean Philippe Klein.
- **La commission de déontologie et d'éthique de la Faculté**
 - Par courrier postal : Faculté de Médecine Jacques Lisfranc Campus Santé Innovations 10, rue de Marandière 42270 Saint-Priest en Jarez, en précisant sur l'enveloppe les termes : «commission de déontologie et d'éthique - CONFIDENTIEL»
 - Par mail : commission-deontologie-medecine@univ-st-etienne.fr en précisant en objet les termes : «commission de déontologie et d'éthique - CONFIDENTIEL»
- **La Médecine Préventive Universitaire**
 - Accompagne spécifiquement selon les difficultés : inquiétudes sur votre santé, solitude, stress, anxiété, troubles du sommeil, difficultés à gérer vos émotions...
 - Equipe pluridisciplinaire : médecins, infirmières, psychologue, assistante sociale, diététicienne
 - Contact : marie.francoise.lacombe@univ-st-etienne.fr ou 04 69 66 11 00
- **La médecine du travail CHU Hôpital Nord**
 - Pr Luc Fontana luc.fontana@chu-st-etienne.fr
 - Dr Carole Péliissier carole.pelissier@chu-st-etienne.fr
 - 04 77 82 83 25
- **L'association APSYTUDE**
 - Association de psychologues travaillant en lien avec le CROUS

- Accompagne les étudiants pour les aider à faire face aux situations de mal-être qu'ils peuvent traverser et qui pourraient les empêcher d'avancer sur le plan personnel et scolaire (mal-être, stress, confiance en soi, dépression, orientation, sommeil, addictions, ...). Un suivi individuel et personnalisé est proposé.
- Contact : rdv.apsytude@gmail.com ou 06 27 86 91 83
- **Dispositif Santé Psycho**
 - Dispositif de la Ville de Saint-Etienne en collaboration avec le CROUS
 - Deux psychologues du CHU de Saint-Etienne assurent des permanences de consultations gratuites sur rendez-vous dans les résidences étudiantes du CROUS de Métare et Tréfilerie.
 - Contact: 06 73 69 27 09
- **Nightline Lyon**
 - Un service d'écoute, de soutien et d'information par des étudiants bénévoles, confidentiel, gratuit, sans jugement, pour les étudiants lyonnais et stéphanois, ouvert de 21h à 2h30 du matin : 04 85 30 00 10
 - Un tchat en ligne est également proposé sur les mêmes horaires <https://www.nightline.fr/lyon>
- **Fil Santé Jeunes**
 - Écoute téléphonique aux jeunes de 12 à 25 ans sur le numéro vert 0 800 235 236 ou par chat.
 - L'appel est anonyme, gratuit et possible de 9h à 23h tous les jours.
 - Une équipe pluridisciplinaire de professionnels (médecins, psychologues, éducateurs, conseillers ...) échange, réfléchit avec eux, les informe, les oriente, sur leurs divers questionnements.
- **Les syndicats et associations**
 - SOS internes : structures créées par des internes en psychiatrie pour la plupart dans presque toutes les subdivisions. Elles sont gérées par des internes bénévoles qui peuvent aussi être membres de votre syndicat local. Une prise de contact est réalisée systématiquement dans les 24/48h. intermed@chu-st-etienne.fr
 - Internes d'autres spécialités: AISE <https://www.facebook.com/Internat.St.Etienne>
 - ISNI: contact@isni.fr
- **La plateforme d'écoute de la Région Auvergne-Rhône-Alpes** dédiée aux étudiants en situation de stress, d'isolement, de démotivation...
 - Un psychologue est à votre écoute pour un conseil personnalisé, tous les jours, 24h sur 24, au 04 26 73 32 32. L'appel est anonyme et gratuit.
- **Loire Prévention Suicide**
 - Propose un accompagnement/soutien psycho-social pour toute personne majeure avec un accueil physique confidentiel et gratuit sur rendez-vous dans le strict respect du protocole sanitaire en vigueur.
 - Les rendez-vous se prennent par téléphone au 04 77 21 05 05 pour Saint-Etienne et au 06 45 72 99 29 pour Roanne.
- **SOS Amitié :**
 - Un service d'écoute destiné à accueillir la parole de celles et ceux qui, à un moment de leur vie, traversent une période difficile. L'appel est anonyme, gratuit et possible 24h sur 24, tous les jours au 09 72 39 40 50 (for english people : 01 46 21 46 46).

- **Suicide Écoute :**

- Service d'écoute pour celles et ceux qui envisagent de mettre fin à leurs jours, ont décidé de le faire, ou pour leurs proches. L'appel est anonyme, gratuit et possible 24h sur 24, tous les jours au 01 45 39 40 00.

Le 3114 : un nouveau numéro national de prévention du suicide.

Ne restez surtout pas seule dans ces moments-là.

Nous sommes là pour vous accompagner.