

LIVRET D'ACCUEIL

néo-internes promotion 2022



benvençuda a Nissa la Bella

A vous tous et toutes les néo-internes,

Tout d'abord FELICITATIONS pour votre choix et BIENVENUE dans l'une des plus belles villes -pour ne pas dire LA plus belle ville de France :

NISSA LA BELLA

Un petit récapitulatif géographique s'impose :

- Population : 346 000 habitants
- Capitale de la Côte d'Azur
- 5^{ème} ville de France
- 2^{ème} aéroport international de France
- 2h de Marseille
- 1h de l'Italie
- 1h30 des stations de ski
- 5h en Ferry pour la Corse
- 300 journées ensoleillées soit 2694 heures par an

Entre mer et montagne, le programme est vaste et saura ravir les sportifs tout comme les passionnés de la farniente. Vous saurez trouver votre bonheur, de quoi vous aérer et vous changer les idées, dès la tête sortie de l'hôpital.

Tout d'abord, un peu d'histoire...

La ville de Nice a été construite par les grecs qui avaient pour ambition de conquérir tout le pourtour méditerranéen. Nommée à l'époque *Nikaïa*, nom de la déesse de la victoire, cette ville frontière, entre mer et montagne, apporte un attrait commercial et militaire incontestable, ainsi, elle a fréquemment changé de souveraineté : grecque, romaine, puis génoise, provençale, savoyarde, piémontaise et enfin française. Il en est ressorti un mix culturel, architectural et gastronomique que vous aurez largement le loisir de découvrir tout au long de ces années.

Au XVIII^{ème}, Nice devient l'une des rares villes à accueillir des touristes, principalement des anglais, qui viennent fuir le froid hivernal de Grande-Bretagne pour profiter du doux climat niçois. On y compte des clients prestigieux comme *la reine Victoria* à qui on fera construire un palace le « *Regina* », sur la colline de Cimiez.

Ces touristes britanniques feront construire la célèbre Promenade des anglais au XIX^{ème} siècle, lieu idéal pour vos footings et sorties roller.



... poursuivons par la mer...

Nice présente de part et d'autre, de jolies plages pour se balader et se baigner, toute l'année avec combinaison pour les plus courageux. Des galets, du sable, des rochers...il y en a pour tous les goûts ! De plus, tous les sports nautiques sont accessibles : kite-surf, la plongée, le wake board, La voile etc...

On vous proposera également de passer votre permis bateau grâce à un partenariat avec la faculté.

...puis la montagne...

Le parc national du Mercantour s'étend sur 1801km², adossé à la frontière piémontaise. Il est le dernier promontoire de l'arc alpin au sud, avant sa brutale plongée dans la mer méditerranéenne.

A la cime du Gélas, plus haut sommet du Mercantour, à 3143m d'altitude, vous êtes seulement à 50km à vol d'oiseau de la mer. Randonnée, parapente, via-ferrata, canyoning et encore plein d'autres activités sont au programme, sans oublier la visite des villages de l'arrière-pays niçois !



Pour les amoureux de neige et de la glisse, vous pourrez atteindre le sommet des stations de ski telles que Isola 2000 ou Auron en 1h30 de voiture au départ de Nice.

Petite mise en situation: après plusieurs jours de travail à donner ton corps et ton âme à l'hôpital, voilà arriver ton jour de pause. Après un petit café, croissant sur le front de mer, tu prends ta voiture, ou le bus, pour te retrouver en haut des pistes emmitoufler dans ta plus belle doudoune, prêt ou prête à rider la puff. Après une petite pause déjeuner avec raviolis à la daube en terrasse au soleil, reprise de la glisse pour enfin redescendre à Nice et finir par une petite bière dans le cœur de la ville. Tu verras, on te montrera...

Et enfin, puisque qu'il est inévitable de ne pas vous le présenter, le CHU...

Le centre hospitalier universitaire de Nice est composé de deux pôles : l'hôpital de l'Archet et l'hôpital de Pasteur, parmi lesquels sont réparties les différentes spécialités. L'ambiance dans les services y est globalement bonne, à condition bien sûr d'être motivé, intéressé, volontaire...

L'un des avantages de notre CHU est sa taille relativement modeste. Ainsi, vous pourrez y retrouver une ambiance familiale, avec des interlocuteurs récurrents que vous finirez par connaître... *Bien utile pour l'avis un peu hésitant de 2h du matin...*

On retrouve un internat dans chaque hôpital :

- celui de **Pasteur**: situé à 5 minutes à pied de l'hôpital, il offre 23 logements (17 chambres avec sanitaires privés et balcon et 6 studios), entièrement équipés
- celui de **l'Archet**: il compte 19 logements (9 chambres avec douches privatives et WC communs et 10 studios), avec une belle vue mer pour les plus chanceux. Il offre également une magnifique piscine, un terrain de pétanque... où il est très, TRÈS agréable de s'y prélasser...



Adresse

151, route Saint-Antoine de Ginestière
CS 23079 - 06202 Nice Cedex 3

04 92 03 77 77



Adresse

30, Voie Romaine
CS 51069 - 06001 Nice Cedex 1

04 92 03 77 77

Un des gros points positifs de notre CHU: toutes les périphéries niçoises sont dans un rayon de 2h en voiture maximum (hors Corse) avec des villes qui en font rêver plus d'un... **Saint Tropez, Antibes, Menton, Cannes, Grasse, Frejus, Draguignan**, mais aussi **Bastia**... avec des internats disponibles dans la majorité des centres hospitaliers.



Antibes



Cannes



Fréjus

Grasse



Menton



Saint- Tropez



*Petite précision pour les stages en **Corse***

Si tu es en stage hospitalier au [CH de Bastia](#) :

Différents **services** ont l'**agrément** :

- Anesthésie Réanimation
- Biologie polyvalente
- Chirurgie viscérale
- Gynécologie-Obstétrique
- Gériatrie
- Gastro entérologie
- Médecine polyvalente
- Neurochirurgie
- Néphrologie
- Ophtalmologie
- Orthopédie et Traumatologie
- Pédiatrie Néonatalogie
- Pédopsychiatrie
- Psychiatrie adulte
- Pneumologie
- Praticiens MSU
- Radiologie
- SSR gériatrie
- SSR cardiologie
- Urgences - SAMU

Des logements sont mis à ta disposition : **2 appartements** et **1 villa**.

Tu auras le droit à des **aides financières** dont:

- [Une prime de transport](#) une fois par semestre: tes papiers seront envoyés à ton domicile ou dans ton service, et seront à remettre à la direction des affaires médicales.
Elle s'élève en moyenne à 500 euros.
- Si tu es en stage en ambulatoire, n'hésite pas à te mettre en relation avec ton MSU pour voir s'il a un [logement](#) à te proposer.
- Une [indemnité transport-logement](#) est versée par la collectivité territoriale de Corse, à hauteur de 2500 euros à la fin du stage, avec une surprime de 1000 euros dans les zones en comité.

Enfin, pour les **séminaires obligatoires**, pas d'inquiétude: en association avec le département de médecine générale de Nice, nous essayons de les réaliser à Corté. Pour ceux dont le déplacement sur Nice est obligatoire, nous avons obtenu une [aide de la collectivité de Corse](#). Il vous faudra garder tous vos justificatifs de déplacements (avions, bateau, transport en commun, hôtel, repas...). Le billet d'avion est remboursé sur la base du tarif résident, une limite est fixée à 60 euros par nuit et il existe un forfait repas.

Il est donc primordial dès votre arrivée sur l'île de réaliser les démarches auprès de la sécurité sociale pour vous faire affilier en Corse et pouvoir bénéficier du tarif résident pour les avions et les bateaux.

Rentrée des classes

Ton stétho est propre, tes plus belles baskets sont prêtes ?

On sait que le **premier semestre** n'est jamais le plus simple, qu'on vous demande une capacité d'adaptation rapide, dans une nouvelle ville (ou pas) après 4 mois pendant lesquels vous avez sûrement procédé à un lavage de cerveau intégral. Mais PAS DE PANIQUE, les connaissances reviennent au fur et à mesure à partir des quelques neurones résistants aux substances (il)licites de l'été.

Vous prendrez vos marques, vos habitudes au fur et à mesure du semestre, et bien plus rapidement que vous ne le pensez, n'hésitez pas à vous appuyer sur vos co-internes plus âgés qui sont toujours d'une aide précieuse dans les premiers mois de l'internat. La clef est de **ne jamais s'isoler**, et nous restons à votre entière disposition pendant le semestre.

N'hésitez surtout pas à **contacter un membre du bureau** si vous en ressentez le besoin, nous sommes aussi là pour cela! Nos VP SOS auront pleins de solutions à vous proposer.

Concernant le premier stage...

Une pré-localisation avec ouverture des places de stages pour les phases socle a été faite en amont, en lien avec l'ARS. Ainsi, comme vous allez le constater (hors médecine générale), le nombre de postes ouverts pour chaque spécialité est relativement restreint.

C'est pourquoi, avant la réunion de rentrée, nous te conseillons de te rapprocher de ton référent de filière ainsi que de tes éventuels co-internes néo de ta spécialité pour commencer à vous positionner sur ces terrains de stage.

Le choix définitif se déroulera le **3 Octobre à partir de 14h**, en présentiel à la faculté de Médecine : chaque interne sera appelé par spécialité et par rang de classement à l'intérieur de la spécialité pour se positionner définitivement sur le terrain de stage choisi.

S'accorder au préalable de la réunion sur ces choix ne rendra que la tâche plus simple, et la réunion plus rapide.

IMPORTANT : Si tu ne peux pas être présent lors de cette réunion, il est impératif que tu fasses une procuration à l'interne de ton choix ou au bureau de l'Internat. La procuration est ci-jointe.

Pour les internes de médecine générale, il est important de bien hiérarchiser **PLUSIEURS VŒUX**.

Pour les internes de spécialité hors médecine générale, si tu as bien fait le boulot auprès de tes co-internes ainsi que ton référent et que tu es pré-localisé sur un poste, mets le.

Sans procuration de votre part, un terrain de stage vous sera attribué, classé en dernier de votre spécialité... Ce serait dommage !

PROCURATION

Je soussigné (e),, interne de à

Nice, promotion certifie donner procuration à

afin de choisir mon terrain de stage pour le semestre de

Mes souhaits sont les suivants :

-

-

-

-

-

Le,

(Signature)

Les Référents de Filière

SPÉCIALITÉS MÉDICALES		
RESPONSABLES FILIÈRE – SPÉCIALITÉ	Sébastien CUOZZO	cuozzo.s@chu-nice.fr
RESPONSABLES FILIÈRE – MÉDECINE GÉNÉRALE	Océane RENAUD Sophie DEDIEU	bureaunicemedg@gmail.com
Médecine d'Urgence	Shelsea THIBURCE	thiburceshelsea@gmail.com
Allergologie	Marina BAZZICONI	Bazziconi.m@chu-nice.fr
Anesthésie-Réanimation (MAR)	Audrey NEBLE	audrey.neble@hotmail.fr
Anatomie et Cytologie pathologiques	Pierre BROUSSEAU	pierre-brousseau@live.fr
Biologie médicale	Sami ADDOU	addou.s@chu-nice.fr
Dermatologie - Vénérologie	Clémence BERTOLD	bertold.c@chu-nice.fr
Endocrinologie, diabétologie et nutrition	Paulina MELGRANI	paulinamelgrani@gmail.com
Génétique médicale	Amaya MORALÈS	amayamj@icloud.com
Gériatrie	Maxime VIVANT	vivant.m@chu-nice.fr
Gynécologie médicale	Claire BONIN	claire.boninmouriot@gmail.com
Hématologie	Edmond CHICHE	chicheedmond@gmail.com
Hépto-gastro-entérologie (HGE)	Léa MARIE	marie.l@chu-nice.fr
Maladie infectieuse et tropicale (MIT)	Vincent CAUHAPÉ	cauhape.v@chu-nice.fr / vincentcauhape@hotmail.fr
Médecine Cardio-vasculaire	Jean LOUCHET	jeanl04@hotmail.fr
Médecine Intensive-Réanimation (MIR)	Cassilia DEI	dei.c@chu-nice.fr
Médecine interne et immunologie clinique	Marie OTTAVI	ottavi.m@chu-nice.fr
Médecine légale	Amandine CAPELLI	capelli.a@chu-nice.fr
Médecine Nucléaire	Victor COMTE	comtevector@gmail.com
Médecine physique et Réadaptation (MPR)	Julien SEGONNE	juliensegonne@gmail.com
Médecine et Santé au Travail	Sodané CHAN	chansodane@gmail.com
Médecine Vasculaire	Gilles DI LORENZO	dilorenzo.gilles@gmail.com
Néphrologie	Sébastien CUOZZO	sebastien.cuozzo@sfr.fr
Neurologie	Océane THOMEL	thomel-rocchi.o@chu-nice.fr
Oncologie médicale	Claire JARAUDIAS	claire.jaraudias@nice.unicancer.fr
Pédiatrie	Ema BARANTON	baranton.e@chu-nice.fr
Pneumologie	Benoit GERARD	m.benoitgerard@gmail.com
Psychiatrie	Maximilien VALENTE	valente.maximilien@gmail.com
Radiologie et Imagerie médicale	Paul Alexis RANC	ranc.pa@chu-nice.fr

Rhumatologie	Léa EVENOR	lea.evenor@orange.fr
Santé publique	Jonathan ALLOUCHE	jhon2705@hotmail.fr

SPÉCIALITÉS CHIRURGICALES		
Ch. Maxillo-Faciale (CMF)	Olina RIOS	rios.o@chu-nice.fr
Ch. Orthopédique & Traumatologique (COT)	Briec MONIN	briec.monin@gmail.com
Ch. Pédiatrique	Jourisse MEYE	Jou.risse@yahoo.fr
Ch. Plastique, reconstructrice et esthétique (CPRE)	Luc CHOUQUET	lucchouquet@gmail.com
Ch. Thoracique et Cardio-vasculaire (CTCV)	Taieb BENKIRANE	tayeb.benk@gmail.com
Ch. Urologique	Arnoult MORRONE	Morrone.a@chu-nice.fr
Ch. Vasculaire	Lucas GUIDI	guidi.l@chu-nice.fr
Ch. Viscérale et Digestive (CVD)	Sébastien FREY	frey.s@chu-nice.fr
Neurochirurgie	Amandine GAVOTTO	amandine.gavotto@gmail.com
SPÉCIALITÉS MÉDICO-CHIRURGICALES		
Gynécologie obstétrique	Claire BONIN	claire.boninmourot@gmail.com
Ophtalmologie	Robin DUPRE	dupre.r2@chu-nice.fr
Oto-rhino-laryngologie et Chirurgie cervico-faciale (ORL)	Shahin SHOUSHARI	shoushtari_shahin@yahoo.fr

Le Trombi'

du bureau des internes

Nous sommes fiers de vous présenter les 18 membres du bureau et leurs 2 présidents. Ils répondront présents pour vous accompagner dans votre nouveau quotidien d'interne, vous représenter au niveau local et national et vous concocter des événements de qualité. Préparez-vous pour une année riche en plaisir !



Manon
présidente
médecine générale



Alex
président
spécialités



Lea
trésorière



Ryan
VP part



Yann
VP part



Romain
VP choix des stages
spécialités médicales



Aurelie
VP choix des stages
spécialités chirurgicales



Oceane
VP choix des stages
médecine générale
VP droit des internes



Sophie
VP choix des stages
médecine générale



Thomas
VP SOS
VP droit des internes



Sarah
VP SOS
VP droit des internes



Lucille
VP comm'



Louis
VP comm'



Franck
VP event



Anthony
VP event



Maeva
VP event



Gaetan
VP event



Marion
VP sport



Charlotte
VP sport



Marie
VP culture

COMMENT NOUS SOUTENIR ET FAIRE PARTIE DE CETTE GRANDE FAMILLE ?

Une seule réponse : **COTISER**

Un prix : **18 euros** par mois dont 2/3 sont déductibles des impôts (*eh oui bienvenue dans le monde des adultes...*). La procédure de déclaration fiscale est développée sur notre site internet et nous vous ré-expliquerons au moment de la déclaration d'impôts.

= SOIT **6 euros** par mois

L'adhésion va **VOUS** permettre de :

- Être **représenté** lors des différentes réunions avec la faculté, le CHU ou l'ARS
- Être **logé à l'internat** (*ou profiter simplement de la piscine de l'Archet...*)
- Avoir un soutien moral et psychologique grâce notamment à **SOS IHN**
- Participer aux **soirées** organisées par le bureau
- Accéder aux **événements** : *week-end ski, gala, revue des internes...*
- Accéder aux événements **sportifs et de cohésion** : *tournoi de foot, sorties vélo, paddle...*
- **Manger** le midi à l'internat
- Participer aux **Améliorés...**
- Accéder aux différentes **soirées thématiques** : *thèse, aide à l'installation, fiscalité, bien-être...*
- Accéder aux avantages proposés par les **partenariats** : *courtier, prix préférentiels pour les stations de ski, passage du permis bateau à prix réduit, baptême de plongée, aide pour acheter un appartement (ou un château) etc.*
- De plus, nous avons dans notre équipe un membre clé, employée par le bureau: la seule et unique **Madame COUDEYRAS Pascale**, à qui vous pourrez faire appel, si et seulement si vous cotisez, pour vous aider dans les démarches de choix de stage, des inter-chu etc... Elle est une aide précieuse (indispensable pour bon nombre d'entre nous) au quotidien...

On finit par le plus important, notre but premier étant avant tout de **défendre les droits des internes** du point de vue **local** (stages, hôpitaux), **régional** (ARS) et **national** (avec notre adhésion à l'ISNI). Pour pouvoir peser dans les discussions il est nécessaire que nous ayons de très nombreux adhérents

Notez que la grande majorité des internes niçois participe à cette cotisation (*sauf quelques résistants reclus dans leur grotte*). En effet, malgré une faculté de petite taille, avec **98% d'adhérents**, nous représentons une force de discussion et nous pouvons faire peser vos revendications dans les délibérations, même nationales.

Ainsi ton adhésion va **NOUS** permettre de :

- **Représenter et défendre les intérêts des internes** dans les diverses délibérations qui ont lieu avec l'administration de la faculté, du CHU ou encore de l'ARS
- Travailler en lien étroit avec les **directions des établissements**
- Représenter les internes **au sein du CHU** : *défense du temps de travail et des droits des internes, problématique des planning de garde, gestion du matériel dans les chambres de garde et les foyers de garde, Commission Médicale d'Etablissement (CME), Commission d'Organisation de la Permanence des Soins (COPS)...*
- Représenter les internes **au sein de la faculté** : *commission de validation, réunions*
- Gérer et organiser **les choix de stage** (postes et terrains de stage) : une des spécificités de Nice = nous (internes) gérons intégralement les choix de stage, permettant de coller au mieux aux envies / besoins de chaque interne...
- **Solutionner au cas par cas** les problèmes que vous pouvez rencontrer au cours de votre internat
- **Organiser divers événements et soirées** pour que vous puissiez profiter de Nice et ses alentours
- Vous **épauler en cas de conflit** au sein des stages

En bref : nous sommes là pour que vous viviez au mieux vos années d'internat, aussi bien au travail qu'en dehors.

En attendant nous restons à votre disposition pour toutes questions, doutes, interrogations sur la vie en général.
Vous verrez que l'internat est le commencement d'une nouvelle vie, pleine de nouvelles rencontres, d'amour et d'eau fraîche.

A très vite,
Le Bureau des Internes.

Merci de remplir et de **nous apporter le jour des choix de stage (Lundi 3 octobre 2022)** votre formulaire d'inscription et le Manda SEPA nous autorisant le prélèvement mensuel. Pour ceux qui ne seraient pas présents le jour des choix, vous pouvez nous envoyer les documents remplis à l'adresse suivante : **trezihn@gmail.com**

FICHE D'ADHÉSION BEIHN

Nom et prénom : _____

Date de naissance : _____

Adresse : _____

Numéro de téléphone : _____

Mail : _____

Spécialité : _____

J'accepte que ces données personnelles soient partagées aux partenaires exclusifs du BeIHN (*liste des partenaires consultable sur notre site internet*)

J'autorise le BeIHN et ses prestataires techniques à me filmer dans le cadre des différents événements organisés.

Fait à _____

Le _____

Signature



MANDAT SEPA



Réf. Unique de Mandat

Non

go

En signant ce formulaire de mandat, vous autorisez (A) **ASSOC. INTERNAT DES HOPITAUX DE NICE** à envoyer des instructions à votre banque pour débiter votre compte; et (B) votre banque à débiter votre compte conformément aux instructions de **ASSOC. INTERNAT DES HOPITAUX DE NICE**. Vous bénéficiez du droit d'être remboursé par votre banque selon les conditions décrites dans la convention que vous avez passée avec elle. Une demande de remboursement doit être présentée:

- dans les 8 semaines suivant la date de débit de votre compte pour un prélèvement autorisé,
- sans tarder et au plus tard dans les 13 mois en cas de prélèvement non autorisé.

Nom du Client

Nom/ Prénom ou Raison sociale du débiteur

Adresse du Client

Numéro et nom de la rue

Code Postal

Ville

Promotion

(Nom ou date de début de premier semestre)

Coordonnées Bancaires du Client

Numéro d'Identification International du compte bancaire-IBAN

Code International d'Identification de votre Banque - BIC

Nom du Créancier

ASSOC. INTERNAT DES HOPITAUX DE NICE

Identifiant du Créancier

FR39ZZZ418736

Adresse du Créancier

HOPITAL PASTEUR
30 VOIE ROMAINE
06000 NICE

Type de Paiement

Paiement Récurrent/ Répétitif

Paiement Ponctuel/ Unique

Lieu

Date

Signatures

Signature du client

ASSOC. INTERNAT DES HOPITAUX DE NICE

Votre Signature + tampon société

Référence du Contrat Client

(optionnel)

A retourner à:

trezihn@gmail.com

Zone réservée à l'usage exclusif du créancier

Partenariats de l'internat

Bons plans pour la plongée, permis deux roues pour admirer le bord de mer, permis bateau pour se la péter tout l'été et petits prix auprès des cavistes locaux... on se présente, Ryan et Yann, et on est prêts à vous accompagner cette année, bien entourés de tous nos partenaires :

Nos partenaires principaux :

La Médicale

Notre partenaire pour tout ce qui concerne les assurances : RCP (obligatoire pour tout interne), assurance santé et habitation, prévoyance. Les équipes de la Médicale seront présentes à vos côtés et joignables tout au long de vos études et de votre carrière.

Corinne Danon de Easy Immobilier

Notre agent immobilier de confiance à Nice, capable de vous dénicher le bien de vos rêves. Contact : 04 28 31 13 27

Olivier Savy

Le spécialiste des prêts immobiliers, notre partenaire privilégié chez les courtiers en prêt. Ainsi, pour un premier achat d'appartement, n'hésitez pas à le contacter pour plus d'informations et obtenir de l'aide dans la jungle de l'immobilier. Contact : 06 20 35 06 63



Pour vous accompagner à l'hôpital :

Posos

L'application parfaite pour débiter l'internat, aux urgences en garde, en médecine générale ou en service de médecine.



Pour les activités sportives et le plein air :

Le bureau des guides du Mercantour et de la Vésubie

Pour profiter été comme hiver des beautés de notre région (raquettes, randonnées, rafting, escalade...). Contact : 06 79 10 05 95



Centre de plongée Aigle Aquatique

Pour réaliser son baptême dans les belles eaux claires de la Méditerranée. Contact : 06 75 79 13 12

SAS Bateau Riviera

Passer le permis bateau au meilleur prix pour profiter pleinement de l'été sur la Côte d'Azur. Contact : 04 93 84 74 85

SAS LAVA artero

Notre partenaire prioritaire pour le permis moto. Contact : 04 93 84 39 11

Intersport Isola 2000

Louer skis et snow à prix réduits pour dévaler les pistes cet hiver.

Pour vous détendre après les journées passées à l'hôpital ou au cabinet :

Campo Caffé

Classique, repère des internes nicois depuis des années, vous propose une Carte spéciale Carabins, avec tarifs sur la bière, les cocktails et la cuisine maison. Contact : 04 93 56 85 70



L'association des vignerons indépendants

Vous régaler avec des prix préférentiels sur toutes les couleurs de vins.

Et pleins d'autres à venir !



La médicale

assure les professionnels de santé

**Tarifs
préférentiels!**

Vivre votre vie d'interne ou Docteur junior

Responsabilité Civile Professionnelle, Prévoyance, Assurance habitation et Assurance Santé : nous sommes présents à vos côtés dès le début de vos études et tout au long de votre carrière.

Les équipes de la Médicale sont présentes dans les internats tout au long de l'année et joignables également par téléphone ou en agence.



**Delphine TUR (Nice)
0612790116**



**Jean-Christophe De Gunten
(Nice)
0777603587**



**Antoine Fassio (Toulon)
0671240710**



**Virginie Andreu-Guttin
(Nice)
0777925326**



**Guy Richarte (Nice)
0685587161**



**Jeremy Fantoni (Bastia)
0631729453**

Toutes nos coordonnées sur www.lamedicale.fr



qu'est-ce que SOS ihn ?

📖 SOS IHN est un dispositif qui permet aux internes en détresse psychologique de demander de l'aide et d'être orientés vers des professionnels à l'écoute.

C'est un service gratuit et entièrement confidentiel, qui existe depuis 2017 à Nice et qui fait partie du bureau IHN (Belhn), indépendant du CHU.

Ce dispositif existe aussi dans de nombreuses villes telles que Paris, Marseille, Montpellier, Bordeaux.

🧠 Quels types de détresse psychologique ?

Cela peut concerner plusieurs thématiques :

- Conditions de travail, droit au remord...
- Harcèlement
- Un mal être : trouble du sommeil, tristesse, épuisement, anxiété, idées noires...

Finalement, tout ce qui met en péril notre SANTÉ MENTALE.

👉 Qui s'en occupe ?

2 internes en psychiatrie membres du bureau IHN.

📌 **En résumé, un véritable système d'écoute et d'assistance mis en place POUR des internes PAR des internes dans la plus grande des confidentialités et dans le respect le plus strict du secret médical.**

⚠️ **Nous pouvons tous être dépassés par certaines situations.**



l'équipe SOS IHN
sarah & thomas

comment ça fonctionne ?

1

Écris-nous un mail pour expliquer ta situation.

sos.ihn06@gmail.com

2

Réponse dans les 24h

3

Écoute et orientation personnalisée.

Nous sommes aussi joignable sur Facebook :

Cellule Sos Ihn

" prends soin de toi pour pouvoir prendre soin des autres ... "



Let's Move

programme sportif



Organisation d'évènements accessible à tous :

paintball, laser games, randonnées, paddle ...

Mise en place d'une équipe de foot

féminine et masculine
avec organisation de 5x5

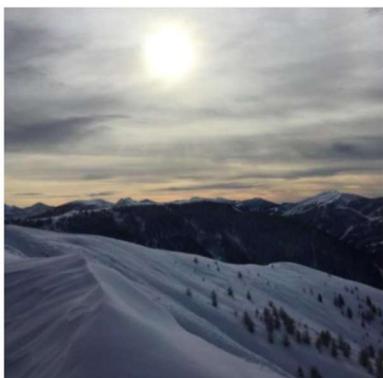


Mise en avant des évènements sportifs du département

Marathon Nice-Cannes, Prom'classic, trails 🏅

Organisation :

- de rencontre raquettes : tennis, squash, padel
- de sortie cyclisme pour découvrir la région, rdv footing 🚴
- de journées ski et randonnées à la montagne 🏔️ ⛷️



Ouverture à toutes propositions sportives

curling, aquaponey...



Objectif pur kiff et summer body 2023 !

apéros après les séances fortement recommandés ...

les VP Sport
Charlotte & Marion

DEMANDE DE LOGEMENT INTERNAT

(une réponse vous sera donnée dans la semaine qui suit)

NOM :

PRENOM :

N° de téléphone :

Email :

FACULTE D'ORIGINE :

SEMESTRE :

TERRAIN DE STAGE choisi et en quelle spécialité :

- Hôpital

- Service

En possession :

- Du permis de conduire : OUI NON

- D'un moyen de locomotion : OUI NON

SOUHAIT (chambre/studio, célibataire ou en couple d'internes...) :

CHARTRE D'ATTRIBUTION DES LOGEMENTS D'INTERNAT DE NICE

CONDITIONS et pour une durée de 6 mois

- 1- Etre interne (DES) en cours de cursus
- 2- Etre adhérent à l'IHN (Internat des Hôpitaux de Nice) qui gère l'attribution des logements
- 3- Etre en poste au CHU de Nice
- 4- Ne pas disposer d'un logement en parallèle (quelle que soit la distance de celui-ci)
- 5- Avoir lu, approuvé et signé le « Règlement Intérieur » régissant les logements de l'Internat

PRIORITES D'ATTRIBUTION

Se détermine selon un nombre de points :

- Interne 1ère année venant d'un autre département : 3 points
(Si égalité : priorité selon l'éloignement)
- Interne 1ère année Niçois : 2 points
- Interne > 1ère année : 1 point
- Internes en inter CHU : 3 points
- Couple d'internes : 1 point
(Lorsqu'il s'agit d'un couple d'internes, seul le plus ancien des deux est pris en compte)
- Participation à un tableau de garde sur le lieu de logement : 1 point
- Les places sont limitées à l'internat : interne ayant bénéficié d'un logement antérieur à l'internat pendant 1 semestre : -1 point négatif

PARTICULARITES

- En cas de non-respect d'une des clauses de la charte (ex : logement secondaire à proximité de l'internat non précisé lors de l'attribution des logements), engendrera une pénalité concernant un futur logement pour les semestres à venir.
- La sous-location du logement est strictement interdite, sous peine de non éligibilité à un logement de l'internat pour les futurs semestres.
- Tout interne ne respectant pas les règles de l'internat peut être amené à devoir rendre son logement au cours du semestre et ne serait alors plus jamais éligible à un logement de l'internat.