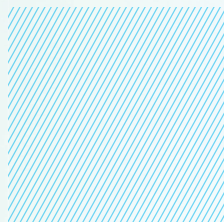


VIGILANCE RISQUES PSYCHOSOCIAUX

VOUS VOUS SENTEZ
EN DIFFICULTÉ,
OU VOUS CONNAISSEZ
QUELQU'UN EN DIFFICULTÉ ?



HCL
HOSPICES CIVILS
DE LYON

www.chu-lyon.fr

Des professionnels sont là pour vous aider.

LES SIGNES QUI DOIVENT ALERTER



PHYSIQUES

troubles du sommeil, fatigue persistante, douleurs

ÉMOTIONNELS

irritabilité, angoisse, doute, tristesse, pleurs

INTELLECTUELS

ruminations, problèmes de concentration, d'attention, de mémoire

COMPORTEMENTAUX

agressivité, isolement, consommations (tabac, alcool, autres)

PROFESSIONNELS

retards, absences, horaires excessifs, erreurs, plaintes, conflits

LES CONDUITES À ADOPTER

ÊTRE ATTENTIF

- à soi : sommeil, alimentation, activité physique, loisirs
- à son entourage : conjoint, enfants, parents, amis
- à ses collègues : veiller, parler, signaler

GARDER L'ÉQUILIBRE

- être rentré pour dîner
- respecter ses limites
- déconnecter

DEMANDER DE L'AIDE

- pour soi
- pour autrui
- pour son service



DES PROFESSIONNELS PEUVENT VOUS AIDER

Médecine et santé au travail des HCL

GH Est : 04 72 35 78 34 ou 04 27 85 77 36

GH Centre : 04 72 11 60 06/07
ou 04 72 11 08 63

GH Sud : 04 78 86 15 68 ou 04 78 86 11 38

GH Nord : 04 72 07 15 58 ou 04 27 03 29 09

Siège administratif : 04 72 11 63 40

Hôpital R. Sabran : 04 94 38 15 18

CEPIM

Centre de prévention et d'intervention contre le harcèlement, le sexisme et la maltraitance pour les étudiants internes en difficulté
cepim.hcl@chu-lyon.fr

Concilyon

Cellule de médiation interne en cas de conflits entre praticiens.

Sur Pixel intranet HCL : **Vie pro > personnels médicaux > Seniors > Concilyon**

Service de Santé Universitaire (SSU)

Accueil des étudiants en second cycle et des internes. Prise de RDV sur **https://univ-lyon1.contactsante.fr/RendezVous**

Réseau ASRA

Aide aux Soignants de Rhône-Alpes :
0805 62 01 33 (hotline 24h/24, 7j/7)
contact@reseau-asra.fr

Réseau Ta-BOU

Dispositif d'orientation géré par des internes de psychiatrie et de médecine du travail :
t.a.bou.lyon@gmail.com

Urgences

Service d'urgence le plus proche de chez vous
SOS médecin : 04 78 83 51 51

Centre de Prévention du suicide :
04 37 91 52 10 ou 06 77 76 50 95
ou cps@ch-le-vinatier.fr