

L'ESImètre - Le sociomètre par la FNEI

Environnement de formation sain	Je me sens bien et épanoui-e dans mes études.
	J'ai de bonnes relations avec mes encadrant-e-s.
	Je me sens en sécurité et stable dans ma formation.
	Je me sens en bonne santé physique et mentale.
	J'ai une grande autonomie dans mes études et stages.
	J'ai suffisamment de temps pour ma vie personnelle.
Environnement de formation modéré	Je fais souvent des heures supplémentaires.
	Il m'arrive de questionner ma formation vis-à-vis de mes conditions d'étude.
	Je suis peu accompagné-e lorsque je rencontre une difficulté dans ma formation.
	Je suis méfiant-e envers mes relations avec mes encadrant-e-s.
	Je dois régulièrement faire des choix dans mes dépenses mensuelles.
Environnement de formation à risque	Je ressens souvent du stress et de la pression.
	Je ne suis pas en confiance dans mes relations avec mes encadrant-e-s.
	Je ressens une certaine insécurité et instabilité dans ma formation.
	Je ne me sens pas considéré-e, je me sens ignoré-e.
	Je n'ai presque plus, voire pas du tout, de temps personnel.
Environnement de formation hostile	Je ne dispose pas d'endroit où manger et/ou me changer en stage.
	Je sens que mon bien-être physique et mental est affecté.
	Je n'ai aucune pause sur mon temps de travail.
	Je suis constamment stressé-e et épuisé-e.
	Je dois faire des choix dans les dépenses liées à mes besoins vitaux.
	Ma santé physique et mentale sont gravement affectées.
	Je subis des violences morales, sexuelles et/ou physiques.

Ne restons pas neutres face au mal-être des étudiant-e-s en sciences infirmières !

Message de prévention : Ce flyer contient des sujets sensibles, tels que les violences sexistes et sexuelles.

CONTACTS



Si tu as un **problème** ou une **question** en lien avec la **formation** :

vosdroits@fnesi.org

OU

01 40 33 70 78

du lundi au vendredi de 9h à 19h



**Plateforme de la Coordination Nationale
d'Accompagnement des Etudiant·e·s**

cnaes@enseignementsup.gouv.fr

OU

0 800 737 800

du lundi au vendredi de 10h à 21h

le samedi de 10h à 14h

Santé Psy Etudiant

Tu peux bénéficier de **12 séances gratuites**

<https://santepsy.etudiant.gouv.fr/>

Numéro national de **prévention du suicide**

3114

Une fiche technique avec des numéros
d'**écoute** et d'**accompagnement** est
disponible sur le site internet de la FNESI

www.fnesi.org

