

## PRÉPARER SON POST-INTERNAT EN 3 ÉTAPES CLÉS

### 1 Définir son projet professionnel



- Mode d'exercice : hospitalier / libéral / mixte
- Lieu d'exercice ou d'installation
- Perspectives post-internat : assistant spécialiste, chef de clinique AHU, praticien contractuel, installation en libéral
- Conditions de travail et revenus
- Avant de se décider : effectuer des remplacements, tester plusieurs cabinets ou services

### 2 Assurer sa vie professionnelle & privée



- Garantir son activité avec une assurance RCP
- Souscrire à une complémentaire santé
- Protéger ses revenus et sa famille avec une assurance Prévoyance
- Compléter sa retraite avec une solution supplémentaire
- Assurer ses biens privés : habitation / automobile / prêt

### 3 Préserver sa santé et son équilibre



- Veiller à son équilibre vie professionnelle / vie personnelle
- Anticiper une charge de travail élevée (gardes, astreintes, responsabilités)
- Repérer les signes de fatigue, stress ou épuisement
- Se faire accompagner en cas de difficulté

#### SPS (Soins aux Professionnels de Santé), l'institut pour la santé des soignants

*Accompagnement face au stress, à l'épuisement ou à des situations professionnelles difficiles*

- 0 805 23 23 36 : 24/h/24 et 7J/7 : Numéro vert gratuit anonyme et confidentiel
- Application Asso SPS (disponible sur iOS et Android) : [Google Play](https://play.google.com/store/apps/details?id=com.sps) et [App Store](https://apps.apple.com/fr/app/asso-sps/id1441111111)
- [spsinstitut.fr](https://spsinstitut.fr)  
[lamaisondessoignants.fr](https://lamaisondessoignants.fr)

### Découvrir les solutions d'assurance La Médicale

[Responsabilité Civile Professionnelle \(RCP\)](#) / [Prévoyance](#) / [Santé](#) / [Retraite](#) / [Habitation](#) / [Auto](#) / [Assurance de prêt](#)