

<https://enseignants.se-unsa.org/Ma-sante-et-moi-mieux-vivre-mon-metier-avec-le-SE-Unsa>



Ma santé et moi : mieux vivre mon métier avec le SE-Unsa !

- Qualité de vie au travail - Santé au travail -

Date de mise en ligne : dimanche 5 novembre 2023

Copyright © ENSEIGNANTS DE L'UNSA - Tous droits réservés

Professionnels de l'Éducation nationale, nous mettons chaque jour l'ensemble de nos ressources physiques et mentales au service de notre métier.

Travailler dans le bruit, gérer les aléas et les urgences, exercer sans cadre horaire bien délimité, travailler de façon prolongée sur écran ou encore sursolliciter ses articulations... voilà le quotidien de chacun-e d'entre nous selon ses missions.

Si notre corps est notre précieux outil de travail, il est aussi bien souvent malmené par nos conditions d'exercice. D'autant plus si nous connaissons déjà une fragilité de santé.

Préserver sa santé pour mieux vivre son métier, c'est avant tout savoir prendre soin de soi en adoptant de bons réflexes et en étant bien informé-e.

C'est pourquoi, nous proposons dès à présent notre information et notre écoute pour aider tout collègue à devenir acteur-riche de sa santé ainsi que notre expertise pour tout collègue qui devrait faire face à un aléa de santé.

Ma santé et moi : mieux vivre mon métier avec le SE-Unsa

L'accompagnement *Ma santé et moi* du SE-Unsa, c'est :

- des informations régulières pour savoir prendre soin de soi ;
- des alertes à chaque nouveauté parmi les dispositifs de santé des personnels ;
- des communications relatives à la prise en compte des difficultés de santé au cours d'une carrière ;
- un accompagnement par nos équipes locales pour connaître les professionnels et dispositifs de santé *Éducation nationale* de son territoire.

Alors, dès aujourd'hui, demandez l'accompagnement *Ma santé et moi* du SE-Unsa en complétant [notre formulaire](#) !