

Réussir ses études... un enjeu pour vous, étudiantes et étudiants de l'Académie de Montpellier. Mais parfois, vous êtes exposé.e.s à des risques et pathologies liés à votre âge et à vos activités ! Le C.S.U. vous accompagne sur le plan médical et psychologique.

Nos missions :

- ▶ Vous offrir un accueil agréable et une écoute attentive
- ▶ Vous permettre d'être accompagné-e par un-e médecin qui répond à vos demandes et vous dirige vers les structures les plus appropriées à votre situation

Le Centre de Soins Universitaire est équipé de **quatre cabinets médicaux**, dont un **cabinet de psychologie**.

- Deux cabinets sont équipés de fauteuils d'examen électriques, permettant aux personnes à mobilité réduite de consulter tant en médecine générale qu'en gynécologie.

CENTRE DE SOINS UNIVERSITAIRE

Heures d'ouverture au public

du lundi au vendredi

de 10:00 à 14:00 et de 15:00 à 18:30

Uniquement sur rendez-vous



**Centre
de Soins
universitaire**

Simple
et Gratuit*

**CENTRE
DE SOINS
UNIVERSITAIRE**

**POUR
ÉTUDIANTS**

Consultation de médecine générale,
gynécologue, soutien psychologique...



L'ÉQUIPE D'ACCUEIL ET ADMINISTRATIVE

Elle est composée de trois agents : les assistantes Médico-Administratives et la responsable.

LE MEDECIN GÉNÉRALISTE

L'équipe médicale est composée de **3 médecins généralistes**.

Polyvalent, le médecin généraliste **vous accueille, vous soigne, vous conseille comme votre médecin de famille et peut devenir votre médecin traitant**. Il effectue certains soins lui-même (pansements, injections, vaccins), pratique des actes de gynécologie, ou de petite chirurgie (sutures, contentions).

Il peut aussi pratiquer les I.V.G. médicamenteuses.

Par ailleurs, selon les motifs de consultation, il peut vous proposer un accompagnement auprès de nos spécialistes :

LA PSYCHIATRIE

La psychiatrie utilise une approche qui combine une compréhension de la biologie du cerveau, de la psychologie de l'individu et des effets de sa situation sociale.

Elle se consacre à la prévention, au diagnostic et au traitement de maladies telles que la dépression, les troubles anxieux, les troubles de l'attention...

LA PSYCHOLOGIE

Sur avis médical, un accompagnement, gratuit, vous est proposé, et selon l'évaluation établie par le psychologue, une orientation auprès de nos partenaires sera mise en œuvre.

Une orientation interne vers le Yoga ou la méditation de pleine conscience peut aussi être proposée.

LA KINÉSITHÉRAPIE

La kinésithérapie est une spécialité paramédicale qui utilise des mouvements actifs (gymnastique médicale) ou passifs (massages...). Ces indications sont autant préventives que thérapeutiques (rééducation). Pratiquée par des masseurs-kinésithérapeutes et remboursée par la Sécurité sociale, elle soulage les affections locomotrices, neurologiques ou respiratoires.

LES ATELIERS ZEN

Ces ateliers, inspirés de la méditation de pleine conscience ou Mindfulness, proposent plusieurs thématiques:

- * Un temps pour soi (se détendre, décompresser, se relaxer, s'apaiser)
- * Des outils pour faire face au stress et à l'épuisement
- * Des outils pour prendre du recul, lâcher-prise, se recentrer

LE YOGA

Le yoga amène un bien-être tant au niveau du corps que de l'esprit. Les bienfaits sont à la fois physiques (souplesse, développement musculaire, renforcement de la colonne vertébrale) que psychologiques : relaxation, concentration, amélioration de la qualité du sommeil et meilleure gestion du stress.

*** LORS DE VOTRE PREMIÈRE VISITE, POUR PROFITER DES SOINS SANS AVOIR À PAYER LA CONSULTATION, VOUS DEVEZ PRÉSENTER :**

► **votre carte étudiante**

.....

► **la carte vitale**

(pour celles et ceux qui ont un numéro de sécurité sociale français)

OU

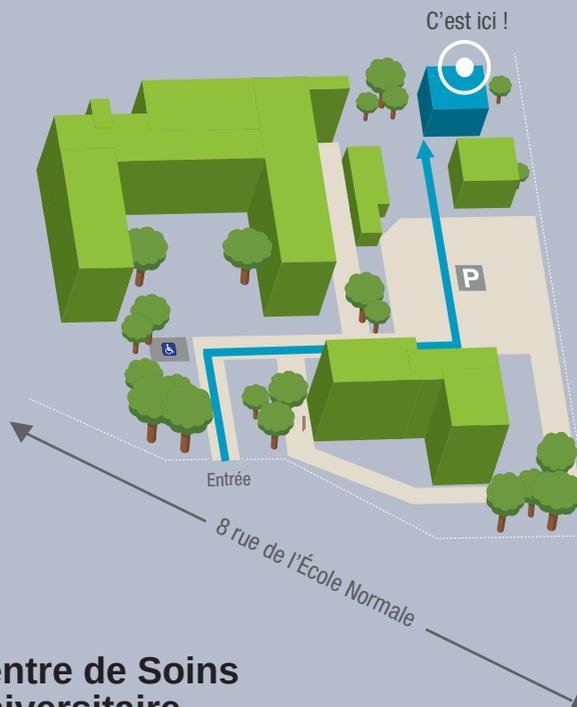
► **l'attestation provisoire de sécurité sociale AMELI**

(pour les étudiant-e-s étranger-e-s pouvant demander la sécurité sociale française)

Et enfin

► **une attestation d'assurance maladie complémentaire française**
(mutuelle complémentaire)

Centre de Soins Universitaire



Centre de Soins Universitaire

8 rue de l'École Normale
34090 Montpellier

Téléphone : 04.11.28.19.79
Fax : 04.11.28.19.63

E-mail : centredesoins@umontpellier.fr
www.csu-montpellier.fr

TRAM LIGNE 1
Stade Philippiès
ou Boutonnet



UNIVERSITÉ DE MONTPELLIER

