

# Maison de Santé Pluri-professionnelle Alliance Thérapeutique Médoc Estuaire

5 place Saint Germain - 33460 Arsac



## ACCUEIL :

Un accueil est assuré sur rendez-vous du lundi au vendredi de **7h30 à 20h** et le samedi de **8h à 12h**.

En dehors de ces horaires, **en cas d'urgence**, composez le **15**.

## **Gardes de week-end :**

Un médecin de garde est présent sur le canton (communes de Arsac, Labarde, Le Pian Médoc, Ludon-Médoc, Macau et Parempuyre) :

- de 12h à 20h le samedi
- de 8h à 20h les dimanches et jours fériés

Il est joignable en composant le **15**.

## **Secrétariat :**

La secrétaire des Docteurs CHEMINADE, DESCHAUME, MICHEL, MICOULAUD et ROUX est présente à la Maison de Santé du lundi au vendredi de 8h30 à 12h.

Les locaux sont accessibles aux personnes à mobilité réduite.

## ANNUAIRE

**Médecins généralistes**      **05 57 88 84 00**

Prise de RDV en ligne : <https://www.maiia.com/medecin-generaliste/33460-ARSAC>

Dr. Marie-Océance CHEMINADE

Dr. Julien DESCHAUME

Dr. Eric MICHEL

Dr. Jean-Bastien MICOULAUD

Dr. Jean-Paul ROUX

**Infirmières libérales**      **05 56 68 83 04**

Mme. Nicole ALEXANDRE

Mme. Eugénie DEHAEZE

**Podologue**      **05 57 10 75 88**

Mme. Audrey MALORTIE

## PROFESSIONNELS DE SANTÉ HORS LES MURS :

**Pharmacienne**                      **05 56 58 83 59**

Dr. Corinne TARDAT

8 place Camille Godard - 33460 Arsac

Site internet : [www.pharmacie-tardat.fr](http://www.pharmacie-tardat.fr)

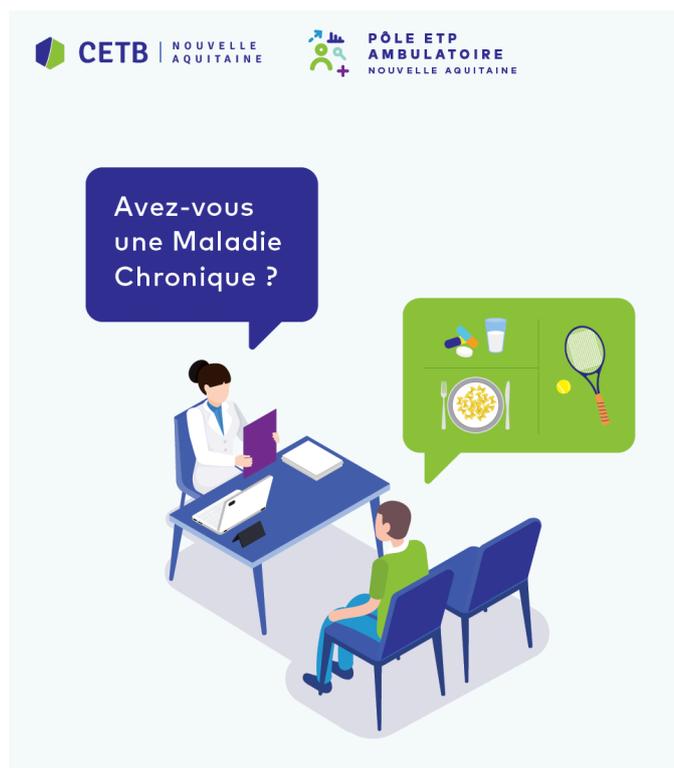
**Orthophonistes**                      **09 53 81 66 53**

Mme. Sarah LEFEVRE

Mme. Pauline VASSORT

5 allée du Vieux Puits - 33460 Arsac

## ATELIERS EN ÉDUCATION THÉRAPEUTIQUE DU PATIENT



Le Pôle Ressources ETP Ambulatoire Nouvelle Aquitaine, en lien avec les professionnels de la Maison de Santé, peut vous aider dans la prise en charge au quotidien de votre maladie chronique.

### À quoi ça sert ?

- À mieux connaître votre maladie chronique,
- À mieux utiliser les médicaments,
- À améliorer votre vie au quotidien,
- À prévenir le développement de complications.

### Vous présentez :

- Une maladie respiratoire : asthme et allergies enfants/adultes, bronchiolite du nourrisson, BPCO, SAS
- Une maladie inflammatoire : MICI (maladies inflammatoires chroniques de l'intestin)
- Une maladie cardio-vasculaire : maladies cardio-vasculaires / HTA, AOMI
- Une maladie psychiatrique : troubles bipolaires

- Une maladie métabolique : diabète, surpoids, obésité modérée

**En pratique, le pôle ETP vous propose :**

- Un entretien personnalisé avec des professionnels de santé pour mieux connaître vos besoins et vos attentes.
- Des ateliers collectifs et/ou individuels.
- Des suivis réguliers pour vous aider au quotidien dans vos difficultés.

Les ateliers sont gratuits : le Pôle ETP est subventionné par l'Agence Régionale de Santé. Ils sont organisés au plus près du domicile du patient (notamment sur la commune d'Arsac).

Si vous êtes intéressé, parlez-en à votre médecin.

## **ATELIERS SPORT-SANTÉ**

Des ateliers en activité physique adaptée peuvent être proposés aux personnes éloignées de la pratique sportive et porteuses d'une pathologie chronique.

Les ateliers se font sur prescription du médecin traitant et sont encadrés par une enseignante en activité physique adaptée du GE APA Santé Nutrition. Ils ont lieu sur les communes d'Arsac, Margaux, Soussans et Parempuyre.

Le travail est centré sur le renforcement musculaire, l'équilibre, la coordination, la souplesse... L'objectif est de relancer les patients dans une dynamique active, tout en profitant des nombreux bienfaits d'une activité physique régulière, dans une ambiance conviviale.

Un bilan d'entrée est réalisé avant le début des séances afin d'adapter au mieux la pratique (entretien sur les problèmes de santé, les capacités physiques, et tests de conditions physiques).

Si vous êtes intéressé, parlez-en à votre médecin.