



*Le projet vous intéresse ?  
Vous avez envie d'en savoir plus ?  
Vous aimeriez être bénévole ?*

**N'hésitez pas à nous contacter  
ou venir nous voir sur une action.**

 **Françoise, coordinatrice du MarSOINS**  
**07 48 11 31 25**  
francoise@avossoins.fr

   [lemarsoins.fr](http://lemarsoins.fr)

**L'association A VOS SOINS est une association à but non lucratif, basée à Saint-Nazaire, qui travaille à la réduction des inégalités d'accès aux soins.**

Le MarSOINS est un dispositif porté par l'association A vos soins qui travaille à la réduction des inégalités d'accès aux soins.

Créé en 2017, cette unité mobile de prévention en santé propose des dépistages et des actions d'éducation pour la santé en allant au plus près de la population. Lancé sur Saint-Nazaire, ce dispositif se déploie sur de nouveaux territoires depuis 2020.

**A vos soins** **Siège de l'association A VOS SOINS**  
104 rue Jean Gutenberg  
44600 SAINT-NAZAIRE  
prevention@avossoins.fr

**LE MARSOINS SAINT-NAZAIRE REMERCIE SES PARTENAIRES**



## Où nous trouver ?

Nos différents lieux d'actions sur Saint-Nazaire et ses environs :



- AFPA**  
• 333 route de la Côte d'Amour
- AVALIX**  
• École Albert Camus - 11 Rue M. Berthelot  
• Maison de quartier - 3 rue du Dr Calmette
- CAISSE PRIMAIRE D'ASSURANCE MALADIE (CPAM)**  
• Avenue Suzanne Lenglen
- CARREFOUR DES SOLIDARITES**  
• Rue Vasco de Gama
- EMMAÛS**  
• 4 Rue Graham Bell – Zone de Brais
- ILE DU PÉ**  
• Rue de l'Île du Pé
- IME MARIE MOREAU**  
• 40 Rue Albert Schweitzer
- KERLÉDÉ**  
• École Jean Zay – allée des Vanneaux
- LA BERTHAUDERIE**  
• rue Paul Emile Victor
- LA BOULETTERIE**  
• Centre de loisirs, École M. Reberieux – Allée Anita Conti  
• Rue Suzane Lecore  
• Ferme Couronné – 62 rue Pitre Grenapin  
• Médiathèque Anne Franck  
52 Bd Broodcoorens  
• Marché - Place Nadia Boulanger
- LA CHESNAIE**  
• Rue des Sapins
- LA FRATERNITÉ**  
• 1 rue de l'Île-de-France
- LA TRÉBALE**  
• 2 bis allée des Lilas
- LE RELAIS**  
• Aire de Méan - Chemin de la Petite Pâtur
- LES EAUX VIVES**  
• 1 rue de Condillac
- LYCÉE EXPÉRIMENTAL**  
• 17 boulevard René Coty
- MARCHÉ DE PERTUISCHAUD**  
• place Pierre Bourdan
- MISSION LOCALE**  
• 215 bd du Dr René Laënnec
- PARC PAYSAGER**  
• Soucoupe
- PLACE DU COMMANDO**
- PRÉZÉGAT**  
• Le Local – 48 rue Edgar Degas
- PETIT CAPORAL**  
• Jardin l'Arbre aux sens - allée Elisabeth Lion  
• Salle Maupassant - rue Auguste Picard
- RÉSIDENCE DES JEUNES**  
• 4 rue Martin Luther King
- SKATE PARK**  
• Front de mer – bd Albert 1<sup>er</sup>

➤ **Prévention**  
➤ **Dépistage**

**OUVERT À TOUS  
ANONYME  
SANS RENDEZ-VOUS  
GRATUIT**



**Planning  
des actions**



**Mai à août  
2024**

    [lemarsoins.fr](http://lemarsoins.fr) **A vos soins**

Un projet porté par

## Planning des actions Mai à août 2024

**Bien-être : un moment pour soi**  
Discussions, détente, soins, massages, avec une socio-esthéticienne

**Bilan auditif**

**Bilan nutritionnel**  
Échanges avec une diététicienne-nutritionniste

**Corps : gestes et postures**  
Prévention des douleurs corporelles ou musculaires, conseils et recommandations avec un professionnel de santé

**Check-up santé**  
Bilan avec un.e professionnel.le de santé  
(Tension, glycémie, alimentation, tabac, activités physiques ...)

**Dépistage dentaire**

**Dépistage visuel**

**Dépistage dermatologique**  
Montrez votre peau à un professionnel de santé : dépistages et conseils

**Infos tabac et autres produits**  
Entretien confidentiel avec un professionnel de santé  
(point, échanges et soutien dans la réduction des consommations, orientations...)

**Relations affectives et santé sexuelle**  
Contraceptions féminine et masculine, consentement, pratiques sexuelles...

**Risques Accidents Cardio-Vasculaires**  
Échanges avec un cardiologue et check-up avec une infirmière

**Santé de la femme**  
Infos et échanges sur le suivi gynéco, contraceptions, prévention cancers, fertilité, ménopause...

mai	juin	juillet	août
Mercredi 15 • 13 h 30 – 16 h <b>CARREFOUR DES SOLIDARITÉS</b>	Mardi 4 • 13 h 30 - 16 h 30 <b>LES EAUX VIVES</b>	Mardi 2 • 10 h - 13 h <b>PARC PAYSAGER</b> <span style="background-color: red; color: white; padding: 2px;">Interne</span>	Mercredi 7 • 15 h - 18 h <b>LA CHESNAIS</b> Rue des Sapins
Jeudi 16 • 14 h 30 – 17 h <b>LA TRÉBALE</b> Maison de quartier	Jeudi 6 • 9 h - 12 h <b>MARCHÉ DE PERTUISCHAUD</b>	Mercredi 3 • 9 h - 12 h <b>LA BOULETTERIE</b> Marché	Jeudi 8 • 15 h - 18 h <b>SKATE PARK</b>
Vendredi 17 • 16 h - 17 h 30 <b>AVALIX</b> École Camus	Vendredi 7 • 14 h 30 - 17 h 30 <b>PRÉZÉGAT - Le Local</b>	Jeudi 4 • 14 h - 16 h 30 <b>MISSION LOCALE</b>	Mardi 13 • 14 h 30 - 16 h 30 <b>LA TREBALE</b>
Mardi 21 • 9 h - 12 h <b>CPAM</b>	Mardi 11 • 16 h - 18 h <b>KERLÉDÉ</b> École Jean Zay	Mardi 9 • 16 h 30 - 19 h 30 <b>PETIT CAPORAL</b> Allée Elisabeth Lion	Mardi 20 • 15 h - 18 h <b>LA BERTHAUDERIE</b>
Mercredi 22 • 10 h 30 - 13 h <b>LYCÉE EXPÉRIMENTAL</b>	Mercredi 12 • 14 h - 16 h <b>CARREFOUR DES SOLIDARITÉS</b>	Mercredi 10 • 15 h - 18 h <b>SKATE PARK</b>	Mercredi 21 • 16 h 30 - 18 h <b>LA BOULETTERIE</b> Centre de loisirs
Jeudi 23 • 9 h 30 - 12 h 30 <b>AFPA</b>	Mercredi 19 • 14 h - 16 h <b>BOULETTERIE</b> Rue S. Lacore	Jeudi 11 • 9 h - 12 h <b>IME MARIE MOREAU</b> <span style="background-color: red; color: white; padding: 2px;">Interne</span>	Jeudi 22 • 10 h - 12 h 30 <b>LA BOULETTERIE</b> Médiathèque Anne Franck
Mardi 28 • 9 h 30 - 12 h 30 <b>LA BOULETTERIE</b> Ferme Couronnée	Jeudi 20 • 9 h 30 - 12 h <b>LA FRATERNITÉ</b>	Mardi 16 • 18 h - 21 h <b>RÉSIDENCE DES JEUNES</b>	Mardi 27 • 15 h 30 - 18 h <b>PETIT CAPORAL</b> Allée Elisabeth Lion
Mercredi 29 • 13 h 30 - 16 h 30 <b>LE RELAIS</b> Aire de Méan	Mardi 25 • 9 h - 12 h <b>EMMAÛS</b> <span style="background-color: red; color: white; padding: 2px;">Interne</span>	Mercredi 17 • 15 h - 18 h <b>SKATE PARK</b>	Mercredi 28 • 15 h - 18 h <b>PLACE DU COMMANDO</b>
	Mercredi 26 • 14 h 30 - 17 h 30 <b>CHESNAIE</b> Rue des Sapins	Jeudi 18 • 15 h - 18 h <b>ÎLE DU PÉ</b>	
	Jeudi 27 • 12 h - 15 h <b>AFPA</b>	Mardi 23 • 15 h - 18 h <b>PETIT CAPORAL</b> Allée Elisabeth Lion	
	Vendredi 28 • 16 h 30 - 19 h 30 <b>AVALIX</b> Festival Hop hop hop	Jeudi 25 • 13 h 30 - 15 h 30 <b>CARREFOUR DES SOLIDARITÉS</b>	
		Mardi 30 • 9 h - 12 h <b>CPAM</b>	
		Mercredi 31 • 15 h - 18 h <b>PLACE DU COMMANDO</b>	



Un rectangle de couleur = une thématique (légende à gauche) = une date / une plage horaire / un lieu