



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.

Créée 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.



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
- ASC TRAIT D'UNION**  
• 85 rue Henri Gauthier
- BEAUREGARD**  
• maison de quartier – rue Angela Duval
- CAISSE PRIMAIRE D'ASSURANCE MALADIE (CPAM)**  
• avenue Suzanne Lenglen
- CARREFOUR DES SOLIDARITÉS**  
• rue Vasco de Gama
- CEF CENTRE ÉDUCATIF FERMÉ**  
• 50 boulevard Einstein
- CITÉ SCOLAIRE**  
• lycées Brossaud – Blancho et A. Briand  
10 boulevard de Coubertin
- COLLÈGE JEAN MOULIN**  
• 32 rue du plessis
- EMMAÛS**  
• 4 rue Graham Bell – Zone de Brais
- FMQI Fédération des Maisons de Quartier et d'Insertion**  
• 122 boulevard Jean Neyman
- FORUM SENIORS**  
• alvéole 11 – bd de la Légion d'Honneur
- INSERIM**  
• 5 rue de l'étoile du matin
- KERLÉDÉ**  
• maison de quartier  
70 rue Ferdinand Buisson
- LA BOULETTERIE**  
• club de jeunes  
18 rue des Frênes
- LA CHESNAIE**  
• maison de quartier  
1 rue des Ajoncs  
• école Chedid  
3 rue des Hibiscus
- LA FRATERNITÉ**  
• 1 rue de l'Île-de-France
- LE CROISIC**  
• parking de l'Intermarché  
rue Emmanuel Provost
- LA TRÉBALE**  
• salle Marcel Pagnol  
2 bis allée des Lilas  
• école Léon Blum – allée entre  
95 route des Fréchets et allée  
des Orchidées
- LYCÉE BOULLOCHE**  
• 32 rue du Plessis
- LYCÉE EXPÉRIMENTAL**  
• 17 boulevard René Coty
- MARCHÉ DES HALLES**  
• place du commerce
- MÉAN PENHOËT**  
• les halles - rue de Trignac
- MISSION LOCALE**  
• 215 boulevard du Dr René Laennec
- PETIT CAPORAL**  
• salle Maupassant  
21 rue Guy de Maupassant
- PRÉZÉGAT**  
• le local – 48 rue Edgar Degas
- RÉSIDENCE DES JEUNES**  
• 4 rue Martin Luther King
- REZÉ**  
• place François Mitterrand

➤ Prévention  
➤ Dépistage

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



Planning  
des actions



Janvier à avril  
2025



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

Un projet porté par



## Planning des actions Janvier à avril 2025

**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

**Comment dormez-vous ?**  
Entretien / Troubles du sommeil  
Échanges sur la qualité de votre sommeil...

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

**Dépistage dentaire**

**Test de la vue**

**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...

### janvier

Jeudi 16 • 14 h - 16 h  
**CARREFOUR DES SOLIDARITÉS**

Vendredi 17 • 14 h - 17 h  
**PRÉZÉGAT - Le Local**

Mardi 21 • 9 h 30 - 12 h  
**CPAM**

Mercredi 22 • 14 h 30 - 17 h 30  
**MÉAN-PENHOËT - Les Halles**

Jeudi 23 • 9 h 30 - 16 h 30  
**COLLÈGE PIERRE NORANGE** INTERNE

Mardi 28 • 9 h - 12 h  
**FMQI**

Mercredi 29 • 14 h 30 - 17 h 30  
**PETIT CAPORAL**

Jeudi 30 • 14 h - 17 h  
**MISSION LOCALE**

Vendredi 31 • 16 h - 17 h 30  
**LA TRÉBALE - École Léon Blum**

### février

Mardi 4 • 9 h - 12 h  
**REZÉ - Place François Mitterrand**

Mercredi 5 • 13 h 30 - 16 h  
**CARREFOUR DES SOLIDARITÉS**

Jeudi 6 • 9 h - 12 h  
**EMMAÛS** INTERNE

Vendredi 7 • 10 h - 13 h  
**ASC TRAIT D'UNION**

Mardi 11 • 12 h 30 - 15 h 30  
**AFPA**

Jeudi 13 • 9 h 30 - 12 h  
**LA FRATERNITÉ**

Jeudi 13 • 18 h - 21 h  
**RÉSIDENCE DES JEUNES**

### mars

Mardi 4 • 9 h - 17 h  
**LYCÉE BOULLOCHÉ** INTERNE

Mercredi 5 • 9 h 30 - 11 h 30  
**BEAUREGARD - Maison de quartier**

Jeudi 6 • 9 h 30 - 12 h  
**CEF CENTRE EDUCATIF** INTERNE

Lundi 10 • 13 h 30 - 16 h  
**CARREFOUR DES SOLIDARITÉS**

Mercredi 12 • 9 h - 12 h  
**ALVÉOLE 11 - Forum Seniors**

Mercredi 12 • 14 h - 17 h  
**ALVÉOLE 11 - Forum Seniors**

Vendredi 14 • 14 h - 17 h  
**INSERIM**

Mardi 18 • 9 h 30 - 12 h  
**CPAM**

Mercredi 19 • 14 h 30 - 17 h 30  
**LA TRÉBALE - Salle Marcel Pagnol**

Jeudi 20 • 11 h 30 - 13 h 30  
**COLLÈGE JEAN MOULIN** INTERNE

Mardi 25 • 14 h - 17 h  
**PRÉZÉGAT - Le local**

Mercredi 26 • 15 h - 18 h  
**LA CHESNAIE - Maison de quartier**

Jeudi 27 • 16 h - 17 h 30  
**LA CHESNAIE - École Chedid**

### avril

Mardi 1<sup>er</sup> • 10 h - 16 h 30  
**CITÉ SCOLAIRE - Forum santé** INTERNE

Mercredi 2 • 16 h - 18 h  
**LA BOULETTERIE - Club Jeunes**

Jeudi 3 • 9 h 30 - 12 h 30  
**LE CROISIC - Intermarché**

Mardi 8 • 9 h 30 - 12 h  
**CPAM**

Mardi 8 • 15 h - 17 h  
**KERLÉDÉ - Maison de quartier**

Mercredi 9 • 14 h - 17 h  
**EMMAÛS**

Jeudi 10 • 14 h - 16 h  
**CARREFOUR DES SOLIDARITÉS**

Mardi 22 • 16 h - 19 h  
**COLLÈGE PIERRE NORANGE**

Jeudi 24 • 9 h 30 - 12 h  
**LYCEE EXPÉRIMENTAL**

Vendredi 25 • 9 h - 12 h  
**MARCHÉ DES HALLES**



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



Reservé aux personnes de la structure ou de l'établissement