

Recevez le programme

Inscrivez-vous sur la liste de diffusion en scannant le QR Code pour recevoir le planning du MarSOINS de La Roche-sur-Yon agglomération au format numérique. Le planning est édité 3 fois par an.



Le projet vous intéresse, vous voulez savoir plus ?
Vous aimeriez être bénévole ?

N'hésitez pas à nous contacter ou venir nous voir.



Marie, coordinatrice du MarSOINS
07 43 36 70 52
marie.thomas@avossoins.fr

f i 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 LA-ROCHE-SUR-YON REMERCIE SES PARTENAIRES



Association A VOS SOINS est une association à but non lucratif - JANVIER 2026 - NE PAS JETER SUR LA VOIE PUBLIQUE



Où nous trouver ?

Nos différents lieux d'actions sur La Roche-sur-Yon et l'agglomération yonnaise :

LA ROCHE-SUR-YON

Quartier Centre-Ville :

- Place Napoléon
- Marché des halles (rue du 8 mai)
- Esplanade Jeannie mazurelle CYEL, rue salvador allende
- Maison de quartier Pont Morineau place de coubertin

Quartier Pyramides-Jean Yole :

- Centre commercial la Garenne, rue d'Iéna
- Maison de quartier - 2 rue JF Champollion

Quartier Vigne-aux-roses :

- Maison de quartier vallée verte avenue picasso

Quartier des Forges :

- Epicerie solidaire graine d'ID 163 bd edouard branly
- Vestiboutique Croix rouge 159 bd edouard branly

Quartier Bourg :

- Place Tudeau

Quartier Liberté :

- Place de la liberté

- Lycée Notre Dame du Roc 40 rue Charlemagne

- CPH 15 rue du commerce

- Espace entour'âge rue Anatole france

- Sovetours impasse jean mouillade

- FJT Rivoli Boulevard Rivoli

- FJT Arago rue de saint andré d'ornay

- Mission locale 70 rue Chanzy

- Centre Hospitalier Départemental bd stéphane moreau

- Chantier d'insertion ville aggro 25 rue léon gauvrit

- Vista rue sadi carnot

- Solidarité femmes 85 rue louis auguste lancier

- LANDERONDE Parking, rue des saulniers (marpa)

- NESMY Place de l'église

- DOMPIERRE SUR YON Place de la résistance

- LA FERRIÈRE Place du marché

- LE TABLIER Place de l'église

- FOUGERÉ Place de l'église

- MOUILLERON-LE CAPTIF • Parvis de la mairie

- THORIGNY • Place de l'église

- VENANSULT • Parking des acacias

➤ Prévention
➤ Dépistage

OUVERT À TOUS
ANONYME
SANS RENDEZ-VOUS
GRATUIT



Planning
des actions



Février à mai
2026

Un projet porté par
f i lemarsoins.fr A Vos soins

Planning des actions
Février à mai 2026

- Activité physique adaptée (APA)**
Du sport adapté pour chacun(e)
- Bien-être : un moment pour soi**
Massage et détente avec une réflexologue, conseils, discussions
- Bilan auditif**
- Bilan de santé**
Bilan avec un professionnel de santé
(Tension, glycémie, alimentation, tabac, activités physiques ...)
- 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...
- Dépistage dentaire**
- Dépistage dermatologique**
Montrez votre peau à un professionnel de santé
- Infos tabac et autres produits**
Entretien confidentiel avec un professionnel de santé
(point, échanges et soutien dans la réduction des consommations...)
- Parler ça fait du bien : des mots sur des maux**
Relations familiales, parentalité, solitude, épuisements, dépendance, mal-être, stress...
- Relations affectives et santé sexuelle**
Contraceptions, consentement, pratiques sexuelles...
- Santé de la femme**
Infos et échanges sur le suivi gynéco, contraceptions, prévention cancers, fertilité, ménopause...
- Test de la vue**
- Troubles articulaires**
Douleurs articulaires, ostéoporose, rhumatismes inflammatoires, troubles des pieds... Venez échanger avec un rhumatologue.

février

MARDI 3 | 13 h 30 - 16 h
C. COMMERCIAL LA GARENNE

JEUDI 5 | 8 h - 12 h
LYCÉE NOTRE DAME DU ROC

VENDREDI 6 | 9 h 30 - 12 h 30
MARCHÉ DES HALLES

LUNDI 9 | 9 h 30 - 12 h 30
LANDERONDE

MERCREDI 11 | 9 h 30 - 12 h 30
CPH

JEUDI 12 | 13 h 30 - 16 h
VESTIBOUTIQUE

VENDREDI 13 | 9 h - 12 h 30
M.Q. VALLÉE VERTE

LUNDI 16 | 10 h - 12 h
ESPACE ENTOUR'ÂGE

MARDI 17 | 14 h - 16 h
M.Q. PONT MORINEAU

JEUDI 19 | 9 h 30 - 12 h 30
PLACE NAPOLÉON

mars

MARDI 3 | 9 h - 12 h 30
NESMY

MERCREDI 4 | 9 h 30 - 12 h 30
PLACE NAPOLÉON

VENDREDI 6 | 9 h 30 - 12 h 30
DOMPIERRE SUR YON

LUNDI 9 | 8 h - 17 h
LYCÉE NOTRE DAME DU ROC

MERCREDI 11 | 9 h 30 - 16 h 30
SOVETOIRS

JEUDI 26 | 9 h 30 - 12 h 30
PLACE TUDEAU

LUNDI 30 | 19 h - 21 h
FJT RIVOLI

avril

JEUDI 2 | 9 h 30 - 12 h 30
FOUGERÉ

VENDREDI 3 | 9 h 30 - 12 h 30
MISSION LOCALE

MARDI 7 | 9 h 30 - 16 h 30
CHD

JEUDI 9 | 9 h - 12 h
CHANTIER D'INSERTION VILLE AGGLO

VENDREDI 10 | 10 h - 13 h
LA FERRIERE

LUNDI 13 | 9 h - 12 h 30
LE TABLIER

MERCREDI 15 | 9 h 30 - 12 h 30
PLACE NAPOLÉON

JEUDI 16 | 9 h 30 - 12 h 30
THORIGNY

MERCREDI 29 | 9 h 30 - 12 h 30
MOUILLERON LE CAPTIF

JEUDI 30 | 9 h 30 - 12 h 30
VISTA

mai

LUNDI 4 | 9 h - 12 h 30
ESPLANADE JEANNIE MAZURELLE

MARDI 5 | 9 h 30 - 12 h 30
MARCHÉ DES HALLES

MERCREDI 6 | 16 h - 19 h
PLACE DE LA LIBERTÉ

JEUDI 7 | 13 h 30 - 16 h
CHANTIER D'INSERTION GRAINE D'ID

LUNDI 11 | 19 h - 21 h
FJT ARAGO

MARDI 12 | 9 h 30 - 12 h 30
VENANSAULT

MERCREDI 13 | 9 h 30 - 12 h 30
CYEL

MERCREDI 27 | 9 h 30 - 12 h 30
PLACE NAPOLÉON

JEUDI 28 | 9 h 30 - 12 h
MQD PYRAMIDES

VENDREDI 29 | 9 h 30 - 12 h 30
SOLIDARITÉ FEMMES 85

Si la ville n'est pas précisée, l'action se déroule à La Roche-sur-Yon. Vous trouverez les adresses au recto.
Un rectangle de couleur = une thématique (légende à gauche) = une date / une plage horaire / un lieu

INTERNE Réservé aux personnes de la structure ou de l'établissement