

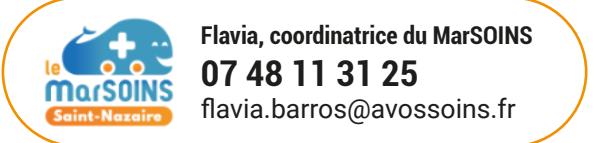
# Recevez le programme

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



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

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



[f](#) [i](#) [s](#) [lumarsoins.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



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

## Où nous trouver ?

Nos différents lieux d'actions  
du MarSOINS de Saint-Nazaire :

- AFPA**
  - 333 route de la Côte d'Amour
- ALVÉOLE 12**
  - Base Sous-Marine
  - 322 boulevard de la Légion d'Honneur
- AVALIX**
  - Centre de loisirs - A. Camus
  - rue du Docteur M. Berthelot
- BEAUREGARD**
  - Maison de Quartier – rue Angela Duval
- CAISSE PRIMAIRE D'ASSURANCE MALADIE (CPAM)**
  - avenue Suzanne Lenglen
- CARREFOUR DES SOLIDARITÉS**
  - rue Vasco de Gama
- CENTRE EDUCATIF FERME (C.E.F.)**
  - 50 boulevard Einstein
- CITÉ SCOLAIRE**
  - Lycées Brossaud – Blancho et A. Briand
  - 10 boulevard de Coubertin
- COLLÈGE JEAN MOULIN**
  - 32 rue du Plessis
- COLLÈGE PIERRE NORANGE**
  - 66 route de la Trébale
- EMMAÜS**
  - 4 rue Graham Bell – Zone de Brais
- ÉTABLISSEMENT MARIE MOREAU**
  - 40 rue Albert Schweitzer
- GYMNAZIE JULES FERRY**
  - 44 rue W. A. Mozart
- INSERIM**
  - 5 rue de l'Etoile du Matin
- LA BOULETTERIE**
  - Marché - place Nadia Boulanger
- LA CHESNAIE**
  - Maison de Quartier
  - 1 rue des Ajoncs
  - Collège Pierre Norange
  - 66 route de la Trébale
- LA FRATERNITÉ**
  - 1 rue de l'Ile de France
- LA SOURCE**
  - 46 rue d'Anjou
- LE RELAIS**
  - Aire d'accueil
  - route de Tréfféac
- LES SAPINS**
  - 8 rue des Sapins
- MAISON DE L'APPRENTISSAGE**
  - 66 rue Michel Ange
- MARCHÉ DES HALLES**
  - Place du Commerce
- MÉAN PENHOËT**
  - Les halles - rue de Trignac
- MONTOIR-DE-BRETAGNE**
  - Maison de la jeunesse
  - 3 rue Pablo Neruda
  - Office Socio Culturel Montoirin
  - 10 avenue de l'Ile de France
- MISSION LOCALE**
  - 215 boulevard du Dr René Laennec
- PRÉZÉGAT**
  - Le Local – 48 rue Edgar Degas
- TRIGNAC**
  - 36 rue Léo Lagrange



## Planning des actions

Février à mai  
2026

Un projet porté par  
[f](#) [i](#) [s](#) [lumarsoins.fr](#) 

OUVERT À TOUS  
ANONYME  
SANS RENDEZ-VOUS  
GRATUIT

Prévention  
Dépistage

## Planning des actions Février à mai 2026

- Bien-être : un moment pour soi**  
Discussions, détente, soins, massages, avec une socio-esthéticienne
- Bilan auditif**
- Point santé**  
Bilan avec un professionnel de santé (Tension, glycémie, alimentation, tabac, activités physiques ...)
- Bilan nutritionnel**  
Échanges et conseils avec une professionnelle de santé sur l'alimentation
- 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**
- Infos tabac et autres produits**  
Entretien confidentiel avec un professionnel de santé (échanges et soutien dans la réduction des consommations, orientations...)
- Dépistage dermatologique**  
Montrez votre peau à une médecin, échanges et conseils
- Relations affectives et santé sexuelle**  
Contraceptions, 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...
- Test de la vue**

## février

**MARDI 3 | 13 h 30 - 16 h**  
ÉTABLISSEMENT MARIE MOREAU

**JEUDI 5 | 12 h - 13 h 30**  
MAISON APPRENTISSAGE

**VENDREDI 6 | 14 h - 17 h**  
INSERIM

**MARDI 10 | 9 h 30 - 12 h**  
CPAM

**JEUDI 12 | 13 h 30 - 16 h 30**  
CARREFOUR DES SOLIDARITÉS

**VENDREDI 13 | 11 h 30 - 13 h 30**  
CITÉ SCOLAIRE

**MARDI 24 | 9 h 30 - 12 h**  
CPAM

**MERCREDI 25 | 13h30 - 16h30**  
LE RELAIS - Aire d'accueil Trignac

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

## mars

**MARDI 3 | 10 h - 13 h 30**  
COLLÈGE JEAN MOULIN

**MERCREDI 4 | 16 h - 17 h 30**  
AVALIX - Centre de loisirs

**JEUDI 5 | 13 h 30 - 16 h 30**  
LA BOULETTERIE - Place N. Boulanger

**VENDREDI 6 | 15 h 30 - 17 h 30**  
MONTOIR DE BRETAGNE - M.J.

**MARDI 10 | 14 h 30 - 17 h**  
MISSION LOCALE

**MERCREDI 11 | 14 h - 17 h**  
BEAUREGARD - Maison de quartier

**JEUDI 12 | 15 h 30 - 18 h 30**  
ALVÉOLE 12

**MARDI 17 | 9 h - 12 h**  
EMMAÜS

**MERCREDI 18 | 15 h - 18 h**  
MÉAN-PENHOËT - Les Halles

**JEUDI 19 | 14 h - 17 h**  
MONTOIR-DE-BRETAGNE - OSCM

**JEUDI 26 | 9 h - 17 h**  
CITÉ SCOLAIRE

**LUNDI 30 | 16 h 30 - 19 h**  
COLLÈGE PIERRE NORANGE

**MARDI 31 | 9 h 30 - 12 h**  
CPAM

## avril

**JEUDI 2 | 17 h - 19 h 30**  
LA SOURCE

**VENDREDI 3 | 9 h 30 - 12 h 30**  
LA CHESNAIE - Maison de quartier

**SAMEDI 11 | 14 h 30 - 17 h 30**  
TRIGNAC - Fête de la Dis Vert Cité

**LUNDI 20 | 13 h 30 - 16 h 30**  
CARREFOUR DES SOLIDARITÉS

**MERCREDI 22 | 9 h - 12 h**  
EMMAÜS

**MARDI 28 | 9 h - 12 h**  
MARCHÉ DES HALLES

**JEUDI 30 | 9 h 30 - 12 h**  
LA FRATERNITÉ

**MARDI 17 | 9 h - 12 h**  
INTERNE

**MERCREDI 18 | 15 h - 18 h**  
INTERNE

**JEUDI 19 | 14 h - 17 h**  
INTERNE

**JEUDI 26 | 9 h - 17 h**  
INTERNE

**LUNDI 30 | 16 h 30 - 19 h**  
INTERNE

**MARDI 31 | 9 h 30 - 12 h**  
INTERNE

## mai

**MARDI 5 | 9 h 30 - 12 h**  
CPAM

**MARDI 5 | 13 h 30 - 16 h**  
ÉTABLISSEMENT MARIE MOREAU

**MERCREDI 6 | 15 h - 18 h**  
LES SAPINS

**JEUDI 7 | 16 h - 17 h 30**  
ÉCOLE JULES FERRY

**MARDI 12 | 13 h - 16 h**  
AFPA

**MERCREDI 13 | 13h30-16h30**  
CARREFOUR DES SOLIDARITÉS

**JEUDI 21 | 16 h - 18 h**  
LA CHESNAIE - Maison de quartier

**VENDREDI 22 | 14 h - 17 h**  
PRÉZÉGAT - Le local

**JEUDI 27 | 10 h - 12 h**  
INTERNE

**JEUDI 28 | 14 h - 16 h 30**  
INTERNE

**CENTRE ÉDUCATIF FERMÉ**  
INTERNE

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