

# 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 in 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 :

- Esplanade Jeannie Mazurelle
- Marché des halles (rue du 8 mai)
- CYEL, rue Salvador Allende
- Place Napoléon
- Espace entour'âge, rue Anatole France
- Centre d'examen de santé CPAM, rue Pierre Bérégovoy
- MAJ Vista, rue Sadi Carnot
- FJT Rivoli, boulevard rivoli
- Mission Locale, rue Chanzy
- Maison de quartier Pont Morineau, place de Coubertin

#### Quartier Pyramides-Jean Yole :

- Maison de quartier Pyramides, 2 rue JF Champollion
- Centre commercial La Garenne

#### Quartier Vigne-aux-roses :

- Maison de quartier vallée verte, av. Picasso

#### Quartier des Forges :

- Chantier d'insertion graine d'ID, 163 bd Branly
- Vestiboutique Croix rouge, 159 bd Branly
- Solidarité femmes 85, rue Louis Auguste Lancier

#### Quartier Zola :

- Résidence maternelle Vista, rue de la concorde
- CPH Areams, 15 rue du commerce
- Chantier d'insertion ville aggro, rue Léon Gauvrit

#### Quartier Saint André d'Ornay :

- FJT Arago, rue de Saint André d'Ornay

#### Quartier Val d'Ornay :

- CIDFF, avenue du littoral

#### Quartier Bourg :

- Place Tudeau

#### Quartier Liberté :

- Place de la liberté

### DOMPIERRE SUR YON

Place de la résistance et du maquis R1

### FONTENAY LE COMTE

Salle des OPS, 102 rue de la république

### FOUGERÉ

Place de l'église

### LA FERRIÈRE

Place du marché

### LANDERONDE

Parking des acacias

### LE TABLIER

Place de l'église

### MOUILLERON LE CAPTIF

Parvis de la mairie

### NESMY

Place de l'église

### RIVES DE L'YON

Maison de santé, rue des tilleuls

### SAINT-FULGENT

Parking de la mairie

### THORIGNY

Place de l'église

### VENANSAULT

Parking des acacias

➤ Prévention  
➤ Dépistage

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



**Planning des actions**













































































**Mai à septembre 2026**

f i in lemarsoins.fr A Vos soins


Un projet porté par

**Planning des actions  
Mai à septembre 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.*

mai	juin	juillet	septembre
 <b>LUNDI 4   9 h - 12 h 30</b> ESPLANADE JEANNIE MAZURELLE	 <b>LUNDI 1   9 h - 12 h 30</b> VENANSAULT	 <b>MERCREDI 1   14 h - 17 h</b> CENTRE COMMERCIAL LA GARENNE	 <b>MERCREDI 2   9 h 30 - 12 h 30</b> PLACE NAPOLÉON 
 <b>MARDI 5   9 h 30 - 12 h 30</b> MARCHÉ DES HALLES 	 <b>MARDI 2   9 h 30 - 12 h</b> CIDFF  	 <b>MARDI 7   15 h - 18 h</b> FOUGERÉ	 <b>JEUDI 3   9 h 30 - 12 h 30</b> MARCHÉ DES HALLES
 <b>MERCREDI 6   16 h - 19 h</b> PLACE DE LA LIBERTÉ	 <b>VENDREDI 5   9 h - 12 h</b> MDQ DE LA VALLÉE VERTE 	 <b>JEUDI 9   14 h - 17 h</b> SAINT-FULGENT 	 <b>VENDREDI 4   9 h - 12 h 30</b> RIVES-DE-L'YON
 <b>JEUDI 7   13 h 30 - 16 h</b> CHANTIER D'INSERTION GRAINE D'ID 	 <b>LUNDI 8   10 h - 12 h</b> ESPACE ENTOUR'ÂGE  	 <b>MERCREDI 15   11 h - 13 h</b> THORIGNY 	 <b>MARDI 8   13 h 30 - 16 h 30</b> VESTIBOUTIQUE 
 <b>LUNDI 11   19 h - 21 h</b> FJT ARAGO  	 <b>MERCREDI 10   9 h 30 - 12 h 30</b> PLACE NAPOLÉON	 <b>VENDREDI 17   10 h - 13 h</b> CPH 	 <b>JEUDI 10   15 h - 17 h</b> PLACE DE LA LIBERTÉ
 <b>MARDI 12   9 h 30 - 12 h 30</b> VENANSAULT 	 <b>JEUDI 11   9 h - 16 h 30</b> CPAM 	 <b>MARDI 21   10 h - 13 h</b> DOMPIERRE-SUR-YON 	 <b>VENDREDI 11   10 h - 13 h</b> LA FERRIERE
 <b>MERCREDI 13   9 h 30 - 12 h 30</b> CYEL 	 <b>MARDI 16   9 h 30 - 12 h 30</b> MDQ PYRAMIDES	 <b>MERCREDI 22   15 h - 18 h</b> PLACE DE LA LIBERTÉ	 <b>LUNDI 14   19 h 30 - 21 h 30</b> FJT RIVOLI 
 <b>MERCREDI 27   9 h 30 - 12 h 30</b> PLACE NAPOLÉON 	 <b>MERCREDI 17   9 h 30 - 12 h 30</b> PLACE TUDEAU	 <b>MARDI 15   14 h - 16 h 30</b> CYEL 	 <b>JEUDI 17   9 h 30 - 12 h 30</b> CHANTIER D'INSERTION  
 <b>JEUDI 28   9 h 30 - 12 h</b> MQD PYRAMIDES	 <b>VENDREDI 19   9 h 30 - 12 h 30</b> MAJ VISTA  	 <b>MERCREDI 22   15 h - 18 h</b> PLACE DE LA LIBERTÉ	 <b>VENDREDI 18   9 h 30 - 12 h 30</b> MISSION LOCALE  
 <b>VENDREDI 29   9 h 30 - 12 h 30</b> SOLIDARITÉ FEMMES 85 	 <b>LUNDI 22   9 h 30 - 12 h 30</b> LANDERONDE 	 <b>LUNDI 21   16 h - 19 h</b> MOULLERON LE CAPTIF	 <b>MARDI 22   9 h 30 - 12 h 30</b> SOLIDARITÉ FEMMES 85 
 <b>MARDI 23   9 h 30 - 12 h 30</b> NESMY	 <b>VENDREDI 26   9 h - 12 h</b> RÉSIDENCE MATERNELLE VISTA		 <b>MARDI 22   9 h 30 - 12 h 30</b> SOLIDARITÉ FEMMES 85 
 <b>SAMEDI 27   10 h 30 - 16 h 30</b> FONTENAY-LE-COMTE 	 <b>MERCREDI 27   10 h 30 - 16 h 30</b> FONTENAY-LE-COMTE 	 <b>INTERNE</b> Réservé aux personnes de la structure ou de l'établissement	 <b>LUNDI 28   13 h 30 - 16 h 30</b> LE TABLIER 
			 <b>MARDI 29   10 h - 12 h 30</b> MDQ PONT MORINEAU 

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

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