

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 :

- 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
- Village de la Joséphine, place de la Vendée

Quartier Pyramides-Jean Yole :

- Maison de quartier Pyramides, 2 rue JF Champollion
- Centre commercial La Garenne
- Pôle universitaire, 221 rue Hubert Caillé
- Groupe SOS / CADA, 15 rue de Wagram

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

Quartier Vallée de l'Yon :

- Lycée des Etablières, route de Nantes

AIZENAY

Place de la mutualité

DOMPIERRE SUR YON

Place de la résistance et du maquis R1

ESSARTS-EN-BOCAGE

Parking du Super U

FOUGERÉ

Place de l'église

LA FERRIÈRE

Place du marché

LANDERONDE

Parking de la marpa

LE TABLIER

Place de l'église

MOUILLERON LE CAPTIF

Parvis de la mairie

NESMY

Place de l'église

THORIGNY

Place de l'église

VENANSAULT

Parking des acacias

➤ Prévention
➤ Dépistage

OUVERT À TOUS
ANONYME
SANS RENDEZ-VOUS
GRATUIT



**Planning
des actions**

**Octobre 2026
à janvier 2027**



lemarsoins.fr

Un projet porté par
A Vos Soins

Planning des actions
Octobre à janvier 2027

- 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...
- Prévention des cancers**
Informations et échanges autour des dépistages organisés des cancers
- 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.

octobre

SAMEDI 3 | 13h - 18h
VILLAGE DE LA JOSÉPHINE

LUNDI 5 | 14 h - 17 h
MDQ PYRAMIDES

MARDI 6 | 9 h 30 - 12 h 30
GROUPE SOS INTERNE

JEUDI 8 | 9 h 30 - 16 h 30
LYCÉE DES ETABLIÈRES INTERNE

LUNDI 19 | 9 h 30 - 12 h 30
LANDERONDE

MARDI 20 | 16 h - 19 h

MERCREDI 21 | 14 h - 17 h
PLACE NAPOLÉON

JEUDI 22 | 10 h - 13 h
CPH INTERNE

novembre

MARDI 3 | 13 h 30 - 16 h 30
PÔLE UNIVERS.LA COURTAISIÈRE INTERNE

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

LUNDI 9 | 19 h 30 - 21 h 30
FJT ARAGO INTERNE

JEUDI 12 | 9 h - 16 h 30
CPAM

VENDREDI 13 | 10 h - 13 h
LA FERRIERE

LUNDI 16 | 9 h 30 - 12 h 30
VENANSULT

MARDI 17 | 9h30 - 16h30
LES ESSARTS-EN-BOCAGE

JEUDI 19 | 13 h 30 - 16 h 30
CHANTIER D'INSERTION INTERNE

VENDREDI 20 | 9 h - 12 h
MDQ DE LA VALLÉE VERTE

MERCREDI 25 | 9 h - 12 h 30
THORIGNY

JEUDI 26 | 9 h - 12 h
CHANTIER D'INSERTION INTERNE

VENDREDI 27 | 9h30 - 12h30
PLACE TUDEAU

LUNDI 30 | 10 h - 12 h
ESPACE ENTOUR'ÂGE INTERNE

décembre

MARDI 1^{er} | 9 h 30 - 12 h 30
CIDFF INTERNE

VENDREDI 4 | 9 h 30 - 12 h 30
SOLIDARITÉ FEMMES 85 INTERNE

MARDI 8 | 9 h 30 - 12 h 30
FOUGERÉ

JEUDI 10 | 13 h 30 - 16 h 30
VESTIBOUTIQUE LA CROIX ROUGE

VENDREDI 11 | 13h30 - 16h30
PLACE DE LA LIBERTÉ

LUNDI 14 | 9 h - 12 h 30
PLACE NAPOLÉON

MARDI 15 | 13 h - 16 h
ESPLANADE JEANNIE MAZURELLE

janvier

LUNDI 18 | 9 h - 12 h 30
AIZENAY

MARDI 19 | 9 h 30 - 12 h 30
MOUILLERON LE CAPTIF

MERCREDI 20 | 9 h 30 - 12 h 30
MDQ PYRAMIDES

JEUDI 21 | 9 h 30 - 12 h 30
MAJ VISTA INTERNE

VENDREDI 22 | 9h30 - 12h30
MISSION LOCALE INTERNE

LUNDI 25 | 13 h 30 - 16 h 30
LE TABLIER

MARDI 26 | 9 h 30 - 12 h 30
DOMPIERRE-SUR-YON

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

JEUDI 28 | 19 h 30 - 21 h 30
FJT RIVOLI INTERNE

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

Faisons le point sur vos vaccin. Si vous avez votre carnet, pensez à l'apporter. Si vous ne l'avez pas, nous ferons le point ensemble.