

Actions de prévention

Gratuit • Sans rendez-vous • Ouvert à tous et anonyme



Adresses

Le Luart

Parking du complexe sportif
Rue des bains

Melleray

Rue Vibraye
Parking Ent. Bruneau

La Ferté-Bernard

Avenue du Général de Gaulle

Lamnay

Parking de la salle des fêtes
Centre-bourg

Tuffé Val de la Chéronne

Complexe sportif
Impasse du plan d'eau

Villaines-la-Gonais

Place de la salle polyvalente
1 route de Saint-Maixent

Contact

Éloïse Morice

Coordinatrice de projet La Région À vos soins

07 43 36 79 95

contact@laregionavossoins.fr



**Inscrivez-vous
pour recevoir
le programme**

Scannez le QR Code et
recevez dans votre
boîte email, le programme
des prochaines tournées.

Partenaires du projet



Consultations médicales • Actions de prévention

Planning des actions de prévention

Gratuit • Sans rendez-vous • Ouvert à tous et anonyme



Septembre à décembre 2026



Alimentation, si on en parlait ?

Échange et recommandations avec un/une diététicienne sur l'alimentation et le mode de vie



Bien-être

Massage et détente avec une réflexologue



Dépistage auditif



Balade nature

Partez en balade avec nous : marche courte avec découverte d'une pépinière, au rythme de chacun



Douleurs chroniques

Prévention des douleurs corporelles et musculaires : conseils avec un algologue (médecin de la douleur)



Information Diabète

Mieux comprendre et prévenir le diabète : atteint ou non, venez rencontrer et échanger avec l'Association des Diabétiques de la Sarthe



Parler ça fait du bien

Relations familiales, parentalité, solitude, stress... prenez le temps d'un échange avec une psychologue



Relations affectives et santé sexuelle

Contraceptions, info dépistage, sexualité, consentement... échange avec une infirmière spécialisée



Santé globale + de 60 ans

Entretien destiné aux séniors avec une infirmière spécialisée (activité physique, alimentation, autonomie, bien vieillir...)



Santé sexuelle et dépistage

Dépistage VIH - VHC - IST, information vaccination et réduction des risques



Santé de la femme Octobre rose

Information et échanges sur le suivi gynécologique, prévention et dépistage des cancers



Séniors : bien vivre chez soi

Conseils pratiques avec une ergothérapeute : aménagement du domicile pour réduire les risques de chutes et préserver l'autonomie en toute sécurité



Test de la vue



Votre centre de santé mobile

Actions de prévention

Gratuit • Sans rendez-vous • Ouvert à tous et anonyme

Septembre



Mercredi 9 10 h - 13 h



Tuffé-Val-de-la-Chéronne



Mercredi 16 9 h - 12 h

Melleray



Mercredi 23 9 h - 16 h



La Ferté-Bernard



Mercredi 30 9 h - 12 h

Le Luart

Octobre



Mercredi 14 10 h - 13 h



Villaines-la-Gonais



Mercredi 21 9h30 - 12h
13h30 - 15 h



Tuffé-Val-de-la-Chéronne



+ de 60 ans

Mercredi 28 10 h - 13 h



Melleray

Novembre



Mercredi 4 9h30 - 12h



La Ferté-Bernard



Mercredi 18 9h30 - 12h



Lamnay

Décembre



Mercredi 2 9h30 - 12h30
14h-16h



Tuffé-Val-de-la-Chéronne



Mercredi 9 10 h - 13 h



Melleray



Mercredi 16 10h - 12h30
14h-16h*



La Ferté-Bernard

*14 h - 16 h : Parler ça fait du bien uniquement



Troubles respiratoires

Asthme, bronchite chronique...
Venez tester votre souffle



Info tabac

Entretien confidentiel avec un professionnel de santé
(échange, soutien pour soi ou ses proches dans la
réduction de la consommation, orientation)