



Prenez un moment pour vous : nos activités santé vous ouvrent leurs portes !

Toutes nos activités sont gratuites et ouvertes à tous et toutes, venez les découvrir au Tiers-Lieu Santé,
1bis quai des martyrs du 8 février 1962, 69700 Givors

**Tous les lundis Atelier Groupe de paroles
Al-Anon, de 17h30 à 19h, dans la Rotative**

Retrouvez un groupe de parole, de partages et
d'entraide pour les familles et amis
d'alcooliques, **avec le collectif Al-Anon**

Gratuit, sans inscription



**Mercredi 7 Janvier Atelier cuisine, de
9h30 à 11h30 dans la cuisine créative**

Redécouvrez les légumes anciens et explorez des
idées simples et savoureuses **avec Laure
Poindextre, diététicienne**

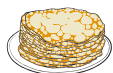


Gratuit, sur inscription par mail

**Jeudi 8 Janvier Les Cafés Santé, de
10h à 11h30, au Tiers-Lieu Santé**

Un moment d'échange et de réflexions pour penser
ensemble le Tiers-Lieu Santé de Givors et ses besoins
en santé avec Lauriane

Gratuit, sans inscription



**Vendredi 9 Janvier Atelier Portage, de 9h à
11h, dans l'espace co-working**

Des infos sur le développement de votre bébé, une
présentation de différents types de portage pour faire
votre choix, et une mise en pratique !



Sur inscription à l'adresse :
atelierportage@ch-givors.fr



**Mardi 13 Janvier Sport-Santé, de 9h30 à
11h30, départ au Tiers-Lieu Santé**

L'activité physique est un pilier de la bonne santé,
venez échanger et participer à un atelier sport-santé
animé par **Chloé, éducatrice sportive à Colocaterres**



Gratuit, sans inscription

**Mardi 13 Janvier Sport au travail, de
12h30 à 13h30, salle d'activité collective**

Des exercices pratiques d'activité physique au travail
pour rompre avec la sédentarité et préserver votre
santé avec **Chloé, éducatrice sportive à Colocaterres**



Gratuit, sur inscription par mail

**Mercredi 14 Janvier Atelier cuisine, de
10h à 12h, dans la cuisine créative**



Préparation de plusieurs recettes de soupes
d'hiver **avec Maëlle, diététicienne à la Banque
Alimentaire**, pensez à apporter des bocaux !

Gratuit, sur inscription par mail

**Jeudi 15 Janvier Les Cafés Santé, de
10h à 11h30, au Tiers-Lieu Santé**

Un moment d'échange et de réflexions pour
penser ensemble le Tiers-Lieu Santé de Givors
et ses besoins en santé avec Lauriane



Gratuit, sans inscription

POUR PLUS DE RENSEIGNEMENT N'HÉSITEZ PAS À ME CONTACTER :



en personne
au bureau de coordination



**Attention changement
de numéro de téléphone**



par mail
coordination@tls-givors.com



sur le site internet
<https://tls-givors.com>

Prenez un moment pour vous : nos activités santé vous ouvrent leurs portes !

Toutes nos activités sont gratuites et ouvertes à tous et toutes, venez les découvrir au Tiers-Lieu Santé,
1bis quai des martyrs du 8 février 1962, 69700 Givors

Mardi 20 Janvier Examen de prévention en santé, de 8h à 14h30, au Tiers-Lieu Santé

Prenez un temps pour vous :
L'assurance Maladie vous offre un examen de prévention en santé personnalisé.

Gratuit, sur inscription :
service.sante@ville-givors.fr



Jeudi 22 Janvier Pause Maman : le sommeil du nourrisson, de 14h à 16h, en salle d'activité collective

Un moment pour souffler et échanger autour du sommeil de bébé et de celui des parents, sans jugement.

Gratuit, inscription par sms au 06 19 83 14 60



Vendredi 23 Janvier Bulle de partages, de 8h30 à 11h, au Tiers-Lieu Santé

Vous êtes le parent d'un enfant en situation de handicap et vous avez envie de rencontrer d'autres familles ? Venez partager un temps entre parents.

Gratuit, sans inscription, pour plus d'informations : 04 28 67 30 70



Vendredi 23 Janvier Atelier Portage, de 9h à 11h, dans la salle d'activité collective

Des infos sur le développement de votre bébé, une présentation de différents types de portage pour faire votre choix, et une mise en pratique !

Sur inscription à l'adresse :
atelierportage@ch-givors.fr



Mercredi 28 Janvier Les Cafés sans tabac, de 9h à 10h30, dans l'espace de co-working

Fumeurs et anciens fumeurs venez échanger avec **Evelyne DIAZ, infirmière**, sur votre histoire avec le tabac : Quelle sont vos motivations pour arrêter de fumer et vos appréhensions ?

Gratuit, sans inscription



Jeudi 29 Janvier Les Cafés Santé, de 10h à 11h30, au Tiers-Lieu Santé

Un moment d'échange et de réflexions pour penser ensemble le Tiers-Lieu Santé de Givors et ses besoins en santé avec Lauriane

Gratuit, sans inscription



Jeudi 29 Janvier Gestes qui sauvent, de 18h à 20h, salle d'activité collective

Les gestes qui sauvent enfant - nourrisson, des ateliers premiers secours et prévention des accidents domestiques

Gratuit, sur inscription par mail



POUR VOUS INSCRIRE OU PLUS DE RENSEIGNEMENT N'HÉSITEZ PAS À ME CONTACTER :



en personne
au bureau de coordination



**Attention changement
de numéro de téléphone**



par mail
coordination@tls-givors.com



sur le site internet
<https://tls-givors.com>