

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

Jeudi 1 Octobre



Café Santé

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

de 10h à 11h30 Gratuit

Tiers-Lieu Santé

Sans inscription

Vendredi 2 Octobre



Atelier portage

Des infos sur le développement de votre bébé, les différents types de portage, et une mise en pratique avec **Bien être pour bien naître**

de 9h à 11h auprès de l'association

Salle d'activités collectives

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

Tous les lundis



Groupe de parole

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

de 17h30 à 19h Gratuit

Rotative

Sans inscription & anonyme

Mardi 6 Octobre



Sport santé

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

de 9h30 à 11h30 Gratuit

Tiers-Lieu Santé

Sur inscription au 07 70 12 20 50 ou coordination@tls-givors.com

Mardi 6 Octobre



La santé au féminin

Cycle menstruel, endométriose et santé gynécologique : venez rencontrer deux professionnelles de santé pour mieux comprendre ces sujets et échanger librement.

de 10h à 12h Gratuit

Salle d'activités collectives

Sur inscription au 07 70 12 20 50 ou coordination@tls-givors.com

Mercredi 7 Octobre



Balade photo

Une balade photo pour se dépenser et exprimer sa créativité autour de votre thème avec **Richard**

de 9h30 à 11h30 Gratuit

Tiers-Lieu Santé

Sur inscription au 07 70 12 20 50 ou coordination@tls-givors.com

Vendredi 9 Octobre



Pause maman

Priorité à sa santé : un moment pour se retrouver entres mamans et échanger pour prendre soin de soie.

de 14h à 15h30 Gratuit

Salle d'activité

Sur inscription au 07 70 12 20 50 ou coordination@tls-givors.com

Lundi 12 Octobre



Et si c'était le bon moment ?

Vous vous posez des questions sur le tabac, les substituts nicotiniques ou l'arrêt du tabac ? Venez rencontrer des professionnel.le.s de santé pour faire le point.

de 14h à 16h Gratuit

Grotte pédagogique

Sur inscription au 07 70 12 20 50 ou coordination@tls-givors.com

Mardi 13 Octobre



Sport santé

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

de 9h30 à 11h30 Gratuit

Tiers-Lieu Santé

Sur inscription au 07 70 12 20 50 ou coordination@tls-givors.com

Pour plus d'informations :



Lauriane Géréme Carlu



07 70 12 20 50



coordination@tls-givors.com



<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

Vendredi 16 Octobre



Bulle de partages

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.

de 8h30 à 11h Gratuit

Espace co-working

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

Vendredi 16 Octobre



Atelier portage

*Des infos sur le développement de votre bébé, les différents types de portage, et une mise en pratique avec **Bien être pour bien naître***

de 9h à 11h auprès de l'association

Salle d'activités collectives

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

Vendredi 16 Octobre



Métropole Aidante

*Permanences pour tous les proches aidants avec **Noémie**, chargée d'écoute à Métropole aidante*

de 10h à 16h Gratuit

Bureau de confidentialité

Sur inscription au 04 72 69 15 28 ou contact@metropole-aidante.fr

Mardi 20 Octobre



Et si le travail devenait un lieu de santé ?

Le temps d'un après-midi, venez découvrir des outils concrets pour agir au quotidien pour des conditions de travail qui favorisent la santé.

de 14h à 17h Gratuit

A la MJC

Sur inscription au 07 70 12 20 50 ou coordination@tls-givors.com

Suivi du spectacle

Métamorphose
de 18h à 20h



Mercredi 21 Octobre



Atelier cuisine

*Atelier Goûter maison équilibré et toujours gourmand avec **Maëlle**, diététicienne à la Banque Alimentaire*

de 14h à 17h Gratuit

Cuisine créative

Sur inscription au 07 70 12 20 50 ou coordination@tls-givors.com

Mardi 27 Octobre



Atelier cuisine

***Mémoire et cerveau** : un point sur les oméga-3, antioxydants et vitamines avec **Laure Poindextre**, diététicienne*

de 9h30 à 11h30 Gratuit

Cuisine créative

Sur inscription au 07 70 12 20 50 ou coordination@tls-givors.com

Mardi 27 Octobre



Examen de prévention

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

de 8h à 14h30 Gratuit

Tiers-Lieu Santé

Sur inscription à l'adresse : service.sante@ville-givors.fr

Vendredi 30 Octobre



Pour une maison plus saine

Partez à la découverte des perturbateurs endocriniens présents dans notre quotidien et repartez avec des conseils simples pour limiter votre exposition à la maison.

de 9h à 12h Gratuit

Tiers-Lieu Santé

Sur inscription au 07 70 12 20 50 ou coordination@tls-givors.com

Pour plus d'informations :

Lauriane Géréme Carlu

07 70 12 20 50

coordination@tls-givors.com

<https://tls-givors.com>