Les ateliers SANTÉ de Novembre 2026

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



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

Mercredi 4 Novembre



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

Jeudi 5 Novembre



Café Santé & **Les outils numériques en santé**



Un moment d'échange et de réflexions pour penser ensemble le TLS et faire le point sur les outils numériques en santé Lauriane & la CPAM du Rhône

- de 10h à 11h30
- Sans inscription
- Tiers-Lieu Santé
- Gratuit

Vendredi 6 Novembre



Grossesse, post-partum et activité physique

Un atelier pour mieux comprendre les bénéfices de l'activité physique pendant la grossesse et après l'accouchement animé par Sporactio

- de 9h30 à 11h
- Gratuit
- Tiers-Lieu Santé
- Sur inscription au 07 70 12 20 50 ou coordination@tls-givors.com

Vendredi 6 Novembre



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 naitre

- de 9h à 11h
- auprès de l'association
- Rotative
- Sur inscription à l'adresse : atelierportage@ch-givors.fr

Mardi 10 Novembre



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 10 Novembre



Sport au travail

Des exercices pratiques pour rompre avec la sédentarité et préserver votre santé avec Chloé, éducatrice sportive à Colocaterres

- de 12h30 à 13h30
- Gratuit
- Tiers-Lieu Santé
- Sur inscription au 07 70 12 20 50 ou coordination@tls-givors.com

Jeudi 12 Novembre



Gestes qui sauvent (nourrisson)

Pratiquer et apprendre les gestes qui sauvents avec Camille Bruyas formatrice secourisme SST

- de 9h à 11h
- Gratuit
- Tiers-Lieu Santé
- Sur inscription au 07 70 12 20 50 ou coordination@tls-givors.com

Jeudi 12 Novembre



Ateliers seniors

Vous avez reçu du courrier ! Venez le découvrir et en discuter lors d'un moment chaleureux et convivial. Au programme : discussions, partage de récits de vies et rencontres intergénérationnelles avec Pontem

- de 16h-17h
- Gratuit
- co-working
- Sur inscription au 07 70 12 20 50 ou coordination@tls-givors.com

Pour plus d'informations :

Lauriane Gérémie Carlu | 07 70 12 20 50 | coordination@tls-givors.com

https://tls-givors.com

Les ateliers SANTÉ de Novembre 2026

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 13 Novembre



Atelier cuisine

Santé du cœur : *moins de sel, moins de graisses saturées, plus de bons lipides avec Laure Poindextre, diététicienne*

- de 9h30 à 11h30
- Gratuit
- Cuisine créative
- Sur inscription au 07 70 12 20 50 ou coordination@tls-givors.com

Vendredi 13 Novembre



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 naitre

- de 9h à 11h
- auprès de l'association
- Salle d'activités collectives
- Sur inscription à l'adresse : atelierportage@ch-givors.fr

Vendredi 13 Novembre



Pause maman

Priorité à sa santé : *un temps bien être pour maman et bébé avec une sage femme et une psychomotricienne*

- de 14h à 15h30
- Gratuit
- Salle d'activité
- Sur inscription au 07 70 12 20 50 ou coordination@tls-givors.com

Vendredi 20 novembre



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

Lundi 23 Novembre



Cafés sans tabac

Venez échanger sur votre histoire avec le tabac : vos motivations pour arrêter de fumer et vos appréhensions avec Evelyne & Nadège, infirmières à la MSP et au CDHS

- de 14h à 15h30
- Gratuit
- Espace co-working
- Sans inscription

Mercredi 25 Novembre



Atelier cuisine : le diabète

Comprendre les sucres, lire les étiquettes et préparer une recette sucrée mais équilibrée 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

Vendredi 27 Novembre



Endométriose, pathologies féminines et activité physique

Des conseils pratiques, des exercices adaptés et un temps d'échanges seront proposés par Sporactio

- de 9h30 à 11h
- Gratuit
- Tiers-Lieu Santé
- Sur inscription au 07 70 12 20 50 ou coordination@tls-givors.com

Pour plus d'informations :

Lauriane Gérémie Carlu | 07 70 12 20 50 | coordination@tls-givors.com

https://tls-givors.com