



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

Bar à fibres

Pour mars bleu !

Mercredi 12 & 19 de 14h à 16h, au comptoir des aidants
 et dans la Cuisine Créative

Qu'est-ce qu'une fibre ? En quoi est-elle bénéfique pour ma santé ?
 Pourquoi le dépistage est-il indispensable et comment se déroule-t-il ?

En mars, le Tiers-Lieu Santé vous invite à son Bar à fibres : un espace convivial pour échanger autour de la santé, du dépistage et de l'alimentation. Venez rencontrer des professionnel·les, apprendre à prendre soin de votre corps et découvrir des recettes savoureuses et riches en fibres !



Les ateliers portage physiologique

Vendredi 7 & 21 de 9h à 11h,
 dans la salle d'activité collective
 sur inscription à l'adresse

atelierportage@ch-givors.fr



Les ateliers sont organisés par
 l'association *Bien être pour bien naître*
 de la maternité de Givors

Et si je faisais un point sur ma santé ?

Mardi 18 de 8h à 14h30
 à la médecine préventive
 gratuit, sur rendez-vous

Prenez un temps pour vous :
 L'assurance Maladie vous offre un
 examen de prévention en santé
 personnalisé. Sur inscription :
<https://lite.framacalc.org/examens-de-sante-delocalises-abod>

Les Cafés Santé

Jeudi 6, 13 et 20 de 10h à
 11h30, la Cuisine Créative
 gratuit, sans inscription



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



Atelier Cuisine : Repas partagé équilibré sans protéine animale

Mercredi 12 de 10h à 14h
 dans la Cuisine Créative
 sur inscription



Venez découvrir de nombreuses recettes festives, de saison et bon marché avec Maëlle, diététicienne à la Banque Alimentaire

COMMENT S'INSCRIRE ?

en scannant le QR-Code



par mail
coordination@tls-givors.com



par téléphone
 06 79 96 28 64





Parce que votre santé se cultive au quotidien, le Tiers-Lieu Santé de Givors vous propose de nombreuses permanences gratuites animées par des professionnels de santé. En mars, prenez du temps pour vous : inscrivez-vous !

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

Groupe de Paroles Al-Anon

Tous les lundis de 17h30 à 19h dans la Rotative sans inscription

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

Point Ecoute Adultes

Tous les jeudis de 9 à 17h dans le bureau de confidentialité sur rendez-vous au 07 64 78 83 43 ou pea.givors-grigny@arhm.fr

Mal-être, tristesse, anxiété, difficultés passagères, isolement... En parler peut vous aider ! Entretiens gratuits avec une psychologue

Métropole Aidante

Vendredi 21 de 10h à 16h dans le bureau de confidentialité, sur inscription au 04 72 69 15 28 ou à contact@metropole-aidante.fr

Permanences pour tous les proches aidants de personnes fragilisées par l'âge, la maladie, ou le handicap, avec Noémie, chargée d'écoute à Métropole aidante

Point info Parkinson

Mardi 25 de 14h à 16h30, dans le bureau de confidentialité sur rendez-vous au 06 58 30 16 05

Un espace dédié à l'accueil, l'écoute et l'information des personnes atteintes de la maladie de Parkinson, de leurs proches et des aidants, avec France Parkinson Rhône

Permanences jeunes 12-21 ans

Tous les jeudis de 16h à 18h, dans la Rotative Anonyme, Libre adhésion, Sans RDV

Accompagnement de jeunes sur les questions qui traversent la jeunesse avec Océane et Aziz, éducateurs de la Sauvegarde 69

Les permanences médiation santé

Tous les vendredis de 14h à 16h30, dans la salle d'activité collective sur rendez-vous au 04 87 34 02 79

Venez faire un point sur vos droits en santé avec Jennifer, médiatrice santé

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

par mail coordination@tls-givors.com



par téléphone 06 79 96 28 64

