Avril 2017 / April 2017

DISPENSAIRE DIÉTÉTIQUE DE MONTRÉAL
MONTREAL DIET DISPENSARY
2182 AVENUE LINCOLN, MONTRÉAL, H3H 1J3
514.937.5375 www.dispensaire.ca

Lundi *Monday*	Mardi *Tuesday*	Mercredi *Wednesday*	Jeudi *Thursday*	Vendredi *Friday*
3 10h00 Cuisine santé: Légumineuses *(Healthy Cooking: Legumes)*	**4** 10h00 Premiers soins d'urgence Atelier pour les parent	**5** 13h30 Tricot *(Knitting)*	**6** 10h00 *Breastfeeding positions* 13h30 Ressources en folie!	**7** 10h00 Massage pour bébé *(Baby Massage)* **Accès refusé après plus de 15 minutes de retard/ no *access 15 minutes after beginning of class***
10	**11** 10h00 Préparation à l'accouchement, 1ère partie 13h30 Un bon allaitement	**12** 10h00 Tricot *(Knitting)* 13h30 *Introduction of solid foods*	**13** 10h00 Arrivée du bébé et les soins à lui donner 13h30 *Caring for the newborn*	**14** **Fermé** ***Closed***
17 **Fermé** ***Closed***	**18** **Fermé** ***Closed***	**19** 10h00 Préparation des purées pour bébé *(Preparing baby purées)* 13h30 Tricot *(Knitting)*	**20** 13h30 Préparation à l'accouchement, 2ème partie	**21** 10h00 *Successful Breastfeeding*
24 **Fermé** ***Closed***	**25** **Fermé** ***Closed***	**26** 10h00 Tricot *(Knitting)* 13h30 Introduction des solides	**27** 10h00 *Preparing for labour* 13h30 Positions d'allaitement	**28**
				Note: Toutes les activités durent 2 h. La halte-garderie est disponible pour les enfants de 4 mois à 4 ans. **Note:** *All group activitites last 2 h. A drop -in daycare is available for children 4 months to 4 yrs of age.*

Après le cours, profiter de «l'Espace Famille» en mangeant votre lunch avec nous.

Les papas sont les bienvenus à toutes les activités

After the class, enjoy our ''Family Area'' by eating your lunch with us

Dads are welcome to all group activities