












| Lundi<br><i>Monday</i>  | Mardi<br><i>Tuesday</i>  | Mercredi<br><i>Wednesday</i>   | Jeudi<br><i>Thursday</i>  | Vendredi<br><i>Friday</i> |
|---|--|--|---|---------------------------|
| 2<br><br><b>Fermé</b><br><b>Closed</b>  | 3<br><br>13h30 <i>Caring for the newborn</i>   | 4<br><br>10h Un bon allaitement  | 5<br><br>10h Arrivée du bébé et les soins à lui donner  | 6                         |
| 9<br><br>10h Tricot (Knitting) <br>13h30 Premiers aliments de bébé  | 10   | 11<br><br>10h Préparation à l'accouchement 1ère partie   | 12<br><br>10h <i>Successful Breastfeeding</i><br>13h30 Massage pour bébé (Baby massage)   | 13                        |
| 16<br><br>13h30 Tricot (Knitting)   | 17<br><br>13h30 Positions d'allaitement  | 18<br><br>10h Premiers soins d'urgence<br>13h30 Grossesse, enfant et jalousie  | 19<br><br>10h <i>Preparing for labour</i><br>13h30 Atelier de cuisine: Oser la créativité! <br><i>Cooking workshop: Dare to be creative!</i> | 20                        |
| 23<br><br>10h Tricot (Knitting) <br>13h30 <i>Breastfeeding positions</i>  | 24<br><br>13h30 Bébé découvre textures et saveurs  <br><i>(Baby discovers textures and flavours)</i> | 25<br><br>10h Préparation à l'accouchement 2ème partie   | 26<br><br>10h Santé féminine et contraception<br>13h30 Connaître les ressources pour ma famille   | 27                        |
| 30<br><br>10h Tricot (Knitting)    | 31<br><br>13h30 Sommeil de bébé  | 1er août <br>10h Atelier de cuisine: Optimiser son congélateur!<br><i>Cooking workshop: Optimize your freezer!</i><br>13h30 Arrivée du bébé et les soins à lui donner | 2 août<br><br>10h Grossesse en santé et relaxation<br>13h30 <i>Baby's first foods</i>    | 3 août                    |

Toutes les activités durent 2 h. *All group activities last 2 h.*

Les papas sont les bienvenus à toutes les activités. *Dads are welcome to all group activities.*

Première fois au tricot? Il y a un frais de 2\$ pour acheter le matériel nécessaire.

*First time at the knitting class? There is a 2\$ fee to purchase the necessary material.*



Station Atwater.

*Pas de place de stationnement de disponible.*

*Offre d'un billet d'autobus, non monnayable. Des conditions s'appliquent.*