

SEPTEMBRE SEPTEMBER 2020

LE DISPENSAIRE DIÉTÉTIQUE DE
MONTRÉAL PRÉSENTE

ATELIERS VIRTUELS


POUR FEMMES ENCEINTES ET
FAMILLES AVEC NOUVEAU-NÉ



THE MONTREAL DIET
DISPENSARY PRESENTS

VIRTUAL WORKSHOPS

FOR PREGNANT WOMEN AND
FAMILIES WITH A NEWBORN

LUNDI MONDAY	MARDI TUESDAY	MERCREDI WEDNESDAY	JEUDI THURSDAY	VENDREDI FRIDAY
	1 13h30 à 15h30 Premiers aliments de bébé	2 13h30 à 14h30 Elimination Communication (Natural Infant Hygiene)	3	4
7	8 13h30 à 15h30 Healthy eating during pregnancy	9 10h30 à 11h30 Bien manger à petit prix : Oser la créativité	10 13h30 à 15h30 Breastfeeding positions	11
14 13h30 à 14h30 Ressources pour ma famille: COVID-19	15 13h30 à 15h30 Arrivée du bébé et les soins à lui donner	16 13h30 à 15h30 Alimentation durant la grossesse	17 NOUVEAUTÉ 13h30 à 14h30 Hygiène naturelle pour les bébés	18
21 13h30 à 15h30 Préparation à l'accouchement	22	23 10h à 12h Baby's first foods 13h30 à 15h Être maman d'un bébé qui grandit	24	25
28 13h30 à 14h30 Ressources for my family: COVID-19	29 13h30 à 14h30 Bien manger à petit prix : Planifier pour économiser (du temps et de l'argent!)	30 13h30 à 15h30 Positions d'allaitement	 <p>2182 avenue Lincoln Montreal, QC, H3H 1J3 (514) 937-5375 www.dispensaire.ca</p>	

La grossesse ne fait jamais de pause!

Les intervenantes du Dispensaire offrent gratuitement à sa clientèle et à la clientèle de ses partenaires des ateliers virtuels portant sur différents sujets liés à périnatalité. **Ouvert à toutes les femmes et les familles** dans le besoin actuellement, peu importe où elles habitent.

COMMENT S'INSCRIRE HOW TO REGISTER

Cliquer sur le titre d'un atelier pour accéder au formulaire d'inscription.

Click on the workshop titles to access the registration form.

Note: Les ateliers sont offerts **en direct**. Ils ne sont pas disponibles en rediffusion.

Note: Please note that our workshops are offered **live**, and are not available for replay.

Les intervenantes du Dispensaire demeurent disponibles virtuellement et par téléphone - de 9h à 16h30, du lundi au jeudi, afin de répondre aux besoins, aux questions et au bien-être de leurs clientes et de leur nouveau-né. Composez le (514) 937-5375 suivi du numéro du poste de votre intervenante. Ces interventions en mode virtuel sont rendues possibles grâce au soutien financier de Centraide, d'Énergie Valéro, de la Ville de Montréal, de la Direction régionale de la santé publique du CIUSSS du Centre-sud-de-l'île-de-Montréal, et à la générosité des donateurs.trices du Dispensaire.