

NOVEMBRE

NOVEMBER

2022

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	2 <u>10h à 12h</u> <u>Premiers</u> <u>aliments de</u> <u>bébé</u>	3	4
7	8 <u>13h30 à 15h30</u> <u>Bien vivre sa</u> <u>grossesse</u>	9 <u>19h à 21h</u> <u>Préparation à</u> <u>l'accouchement</u>	10 <u>10h à 12h</u> <u>Économiser à</u> <u>l'épicerie</u>	11
14	15	16 <u>13h30 à 15h30</u> <u>Un bon départ</u> <u>pour l'allaitement</u>	17 <u>13h30 à 15h30</u> <u>Caring for Your</u> <u>Pregnancy.</u>	18
21	22	23 <u>13h30 à 15h30</u> <u>Baby's first foods</u> <u>19h à 21h</u> <u>Prendre soin de</u> <u>votre bébé naissant</u>	24 <u>13h30 à 15h30</u> <u>Grocery Shopping</u> <u>on a Budget</u>	25
28	29	30	<p>Les intervenantes du Dispensaire demeurent disponibles virtuellement et par téléphone, de 9h à 16h30, du lundi au vendredi, 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.</p> <p>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.</p>	

Ces ateliers sont ouverts
à tous gratuitement !

Everyone is welcome, our
workshops are free!

CLIQUEZ 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.

