

2024 **AVRIL**
APRIL

CENTRE ALIMA

ATELIERS VIRTUELS

POUR FEMMES ENCEINTES ET FAMILLES AVEC NOUVEAU-NÉ



ALIMA CENTRE

VIRTUAL WORKSHOPS

FOR PREGNANT WOMEN AND FAMILIES WITH A NEWBORN

LUNDI MONDAY	MARDI TUESDAY	MERCREDI WEDNESDAY	JEUDI THURSDAY	VENDREDI FRIDAY
1	2	3 13h30 à 15h30 <u>Breastfeeding, off to a good start</u>	4 10h à 12h <u>Premiers aliments de bébé</u>	5
8	9	10 13h30 à 15h30 <u>Taking care of your newborn</u>	11 13h30 à 15h30 <u>Économiser à l'épicerie</u>	12
15	16 13h30 à 15h30 <u>Prendre soin de votre bébé naissant</u>	17	18 10h à 12h <u>Baby's First Foods</u>	19
22	23	24  Mercredi 24 avril : 10h à 12h Atelier spécial : Sexualité durant la grossesse Offert en mode présentiel chez Alima Contactez-nous pour vous inscrire d'avance	25 13h30 à 15h30 <u>Grocery shopping on a budget</u>	26
29	30 13h30 to 15h30 <u>Preparing for labour and birth</u>			

Nos ateliers sont ouverts à tous gratuitement !

Cliquer sur le titre d'un atelier pour accéder au formulaire d'inscription (**ZOOM**).

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

Everyone is welcome, our workshops are free !

Click on the workshop titles to access the registration form (**ZOOM**).

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



2182 avenue Lincoln, H3H 1J3
514 937-5375
info@centrealima.ca
dispensaire.ca