

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 13h30 à 15h30 <u>Un bon départ pour l'allaitement</u>	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