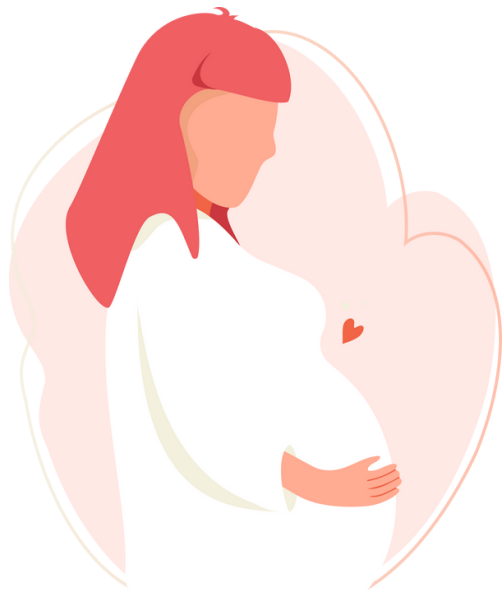


CENTRE ALIMA

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
5	6	7 10h à 12h <u>Premiers aliments de bébé</u>	8 13h30 à 15h30 <u>Préparation à l'accouchement</u>	9
12	13	14 13h30 à 15h30 <u>Économiser à l'épicerie</u>	15 13h30 à 15h30 <u>Breastfeeding, off to a good start</u>	16
19	20	21 10h à 12h <u>Baby's First Foods</u>	22	23
26	27 13h30 à 15h30 <u>Taking care of your newborn</u>	28 13h30 à 15h30 <u>Grocery shopping on a budget</u>	29	

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