

2023 MAI
MAY



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	VENREDI FRIDAY
1	2	3 13h30 à 15h30 <u>Un bon départ pour l'allaitement</u>	4	5
8	9	10 10h à 12h <u>Premiers aliments de bébé</u>	11 10h à 12h <u>Économiser à l'épicerie</u> 19h à 21h <u>Préparation à l'accouchement</u>	12
15	16 13h30 à 15h30 <u>Taking care of your newborn</u>	17 10h à 12h <u>Bien vivre sa grossesse</u>	18 10h à 12h <u>Grocery shopping on a budget</u>	19
22	23	24 10h à 12h <u>Baby's First Foods</u>	25 13h30 à 15h30 <u>Prendre soin de votre bébé naissant</u>	26
29	30	31 13h30 to 15h30 <u>Caring for your pregnancy.</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.



514 937-5375
info@dispensaire.ca
dispensaire.ca