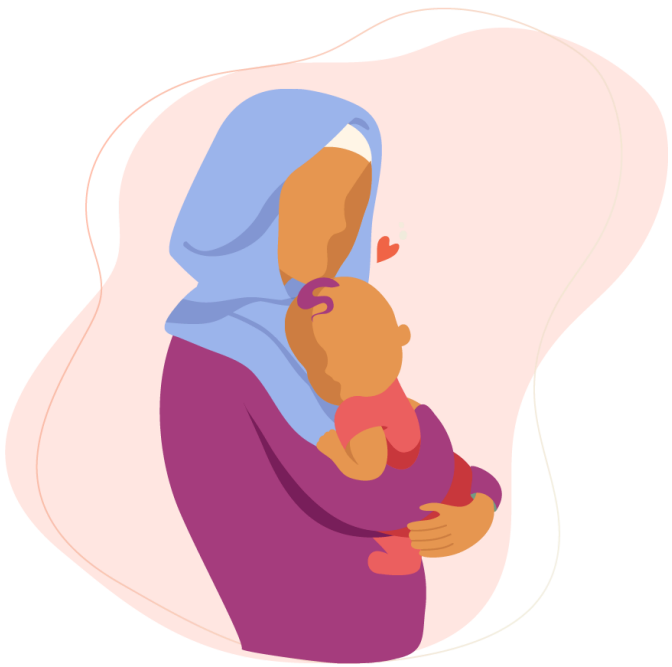


2024 **OCTOBRE**
OCTOBER

CENTRE ALIMA

Ateliers virtuels

pour personnes enceintes et familles avec nouveau-né



ALIMA CENTRE

Virtual workshops

For pregnant individuals and families with a newborn

LUNDI Monday	MARDI Tuesday	MERCREDI Wednesday	JEUDI Thursday	VENDREDI Friday
	1	2 13h30 à 15h30 <u>Premiers aliments de bébé</u>	3	4
7	8 13h30 to 15h30 <u>Breastfeeding, off to a good start !</u>	9 10h à 12h <u>Économiser à l'épicerie</u>	10	11
14	15	16 10h à 12h <u>Baby's First Foods</u>	17 13h30 to 15h30 <u>Préparation à l'accouchement</u>	18
21	22	23 13h30 to 15h30 <u>Preparing for labour and birth</u>	24	25
28	29	30	31 13h30 to 15h30 <u>Un bon départ pour l'allaitement</u>	

Nos ateliers sont ouverts à tous gratuitement !

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

Everyone is welcome, our workshops are free !

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



Alima

Centre de nutrition sociale périnatale

**2182 av Lincoln,
Montréal, QC, H3H 1J3
514 937-5375
info@centrealima.ca
centrealima.ca**