

2024 NOVEMBRE
NOVEMBER

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
4	5 13h30 à 15h30 <u>Premiers aliments de bébé</u>	6 13h30 à 15h30 <u>Prendre soin de votre bébé naissant</u>	7	8
11	12 13h30 to 15h30 <u>Taking care of your newborn baby</u>	13	14 13h30 à 15h <u>Économiser à l'épicerie</u>	15
18	19 13h30 to 15h30 <u>Préparation à l'accouchement</u>	20 10h à 12h <u>Baby's First Foods</u>	21	22
25	26	27 13h30 to 15h30 <u>Un bon départ pour l'allaitement</u>	28 13h30 à 15h <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).

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