



ACTIVITÉS DE GROUPES EN CLSC HIVER ET PRINTEMPS 2012



CLSC de Mercier-Est-Anjou
9503, rue Sherbrooke Est
514 356-2572

**CLSC de Pointe-aux-Trembles—
Montréal-Est**
13926, rue Sherbrooke Est
514 642-4050

CLSC de Rivière-des-Prairies
8655, boulevard Perras
514 494-4924

ACTIVITÉ	DATE	HORAIRE	LIEU	INSCRIPTION du lundi au vendredi
PÉRINATALITÉ				
Rencontres prénatales : 5 rencontres gratuites	Mercredi	19 h à 21 h	CLSC de Rivière-des-Prairies	Inscription obligatoire 514 356-2574, poste 7298
	Mardi	19 h à 21 h	CLSC de Pointe-aux-Trembles—Montréal-Est	
	Jeudi	19 h à 21 h	CLSC de Mercier-Est—Anjou	
Pour femmes enceintes OLO (œuf – lait – orange)	En tout temps	Rencontres individuelles ou groupe	CLSC et domicile	Clientèle répondant à certains critères 514 356-2572
Cliniques postnatales	Mardi et jeudi	9 h à 11 h	CLSC de Mercier-Est—Anjou	Avec rendez-vous : 514 356-2572
	Jeudi	13 h à 15 h	CLSC de Pointe-aux-Trembles—Montréal-Est	Avec rendez-vous : 514 642-4050
	Mardi	13 h à 15 h	CLSC de Rivière-des-Prairies	Avec rendez-vous : 514 494-4924
Halte allaitement	Mercredis : du 4 janvier au 27 juin	13 h 15 à 15 h	CLSC de Mercier-Est—Anjou	Collaboration avec la Ligue La Leche Aucune inscription
ENFANCE ET FAMILLE				
Rencontres sur l'alimentation des bébés de la naissance à un an	Mercredis : 8 février, 4 avril, 16 mai et 27 juin	9 h à 11 h 30	CLSC de Mercier-Est—Anjou	Inscription obligatoire 514 356-2572 poste 3354, entre 8 h et 16 h
	Mardis : 24 janvier et 15 mai	9 h à 11 h 30	CLSC de Pointe-aux-Trembles—Montréal-Est	
	Vendredis : 17 février et 20 avril	9 h à 11 h 30	CERPI à RDP 9140, boulevard Perras	
Rencontres sur l'alimentation des enfants de 1 à 5 ans	Mercredis : 25 janvier, 21 mars et 13 juin	9 h à 11 h 30	CLSC de Mercier-Est—Anjou	Inscription obligatoire 514 356-2572 poste 3354, entre 8 h et 16 h
	Mardi le 20 mars	9 h à 11 h 30	CLSC de Pointe-aux-Trembles—Montréal-Est	
	Vendredi le 15 juin	9 h à 11 h 30	CERPI à RDP 9140, boulevard Perras	
Ateliers SAC ADO, groupe pour parents d'adolescents	5 rencontres	À préciser	CLSC de Rivière-des-Prairies	Inscription en cours Denise Pouliot : 514 642-4050, poste 445
ADULTES ET PERSONNES ÂGÉES				
Groupe pour cesser de fumer	Séance d'information : Jeudi 26 janvier	19 h à 20 h	CLSC de Pointe-aux-Trembles—Montréal-Est	Inscription au groupe : 514 849-3804 Approche individuelle : Centre d'abandon du tabac, 514 642-4050, poste 399
	Groupe : les jeudis, du 2 février au 22 mars	19 h à 21 h		
Développement de saines habitudes de vie : motivation pour bien manger – être actif – vivre sans fumée	Rencontre individuelle	Selon l'horaire prévu	Dans nos trois CLSC	Inscription continue: Centre d'éducation pour la santé 514 642-4050, poste 506
Groupe d'exercices et de prévention des chutes pour personnes autonomes de 65 ans et plus - Programme P.I.E.D.	Groupe : mardis et vendredis, du 24 janvier au 13 avril	Mardis : 9 h à 10 h Vendredis : 9 h à 10 h 30	CLSC de Rivière-des-Prairies	Inscription obligatoire : Cynthia Boies, 514 494-4924, poste 290
	Séance d'information et inscription : jeudi 19 janvier Groupe : fin janvier	13 h 30	Centre communautaire Chénier 8330, rue Chénier	Information et inscription : Lyne Poulin 514 353-1227, poste 5092
Groupe de soutien pour les aidants	10 rencontres débutant au printemps	13 h 30 à 16 h	CLSC de Mercier-Est—Anjou	Inscription dès maintenant : Anne-Marie Legault, 514 356-2572, poste 3926
	Jeudis d'avril à juin	19 h à 22 h	Centre de jour de Pointe-aux-Trembles 13950, rue Notre-Dame Est	Inscription obligatoire : René Tousignant 514 642-4050, poste 615
Groupe d'entraide pour les aidants	Derniers mercredis de chaque mois	19 h à 22 h	Centre de jour de Pointe-aux-Trembles 13950, rue Notre-Dame Est	Inscription obligatoire : René Tousignant : 514 642-4050, poste 615
Groupe de soutien pour les aidants offert par la Société d'Alzheimer	Mardis soirs et 3 ^e jeudi du mois, du 7 février au 27 mars	19 h à 21 h	Centre de jour Triest 4900, boulevard Lapointe	Inscription : 514 369-0800