







Session du mois d'avril 2012

Numéro de tél. de CHIP : 514 489-6630

Au centre Ben Weider du YM-YWHA au 5400 av. Westbury,
Montréal, Qc (coin Chemin Côte-Sainte-Catherine)

Session	Date	Heure	Au menu
1	Mardi, le 17 avril	14h00 – 14h30 14h30 – 15h15	Séance d'exercices d'amplitudes de mouvement Séance d'information présentée par la diététiste 
2	Jeudi, le 19 avril	14h30 – 15h00 15h00 - 15h30	Séance d'exercices d'amplitudes de mouvement Séance d'information présentée par la psychologue 
3	Mardi, le 24 avril	14h00 – 14h30 14h30 – 15h15	Séance d'information présentée par l' infirmière Séance d'exercices d'amplitudes de mouvement 
4	Jeudi, le 26 avril	14h00 – 15h30 15h30 – 16h00	Séance d'information sur l' exercice présenté par les kinésioles Visite des lieux 

- Enfilez des vêtements et des souliers confortables pour les séances d'exercices d'amplitude de mouvement.
- Les membres de la famille/amis peuvent se joindre à nous

Conférencier (ères):

Infirmière: Isabel Szczepkowski de l'Hôpital Royal Victoria

Diététicienne: Lisa Rutledge

Psychologue: Lisa Linardatos Candidate pour le doctorat en Psychologie Université de McGill

Kinésioles : Lisa Masse, Debbie Chan et Lloyd Saul du Programme d'amélioration de la santé cardiovasculaire