

# Grupo Semanal de Mami y Yo



**¿Eres una mamá embarazada o con bebés de 0 - 5 años?  
¡Este grupo es para ti!**

- Lectura de cuentos, canciones y proyectos de arte
- Juegos infantiles educativos
- Relajamiento para mamá y bebé
- Información de salud, nutrición y mucho más!

**¡Todo GRATIS y en Español!  
Cada martes de 10 AM - 12 PM  
Iglesia Luterana de Gracia  
625 2nd St, Lincoln, CA 95648**

**Para más información, comuníquese con Lissett Carrasquel al  
(916) 512-7071 o [LissettC@latinoleadershipcouncil.org](mailto:LissettC@latinoleadershipcouncil.org)**



# Weekly Mommy and Me Group



**Are you a pregnant mom or with babies 0 - 5 years old?  
This group is for you!**

- Stories, songs, and art projects
- Educational children's games
- Relaxation for mom and baby
- Health information, nutrition and much more!

**All FREE and in Spanish!  
Every Tuesday from 10 AM - 12 PM  
Grace Lutheran church  
625 2nd St, Lincoln, CA 95648**

**For more information, contact Lissett Carrasquel at  
(916) 512-7071 or [LissettC@latinoleadershipcouncil.org](mailto:LissettC@latinoleadershipcouncil.org)**

