



Pregnancy & Postpartum Classes

Enrolling Now!

Every Tuesday

Time:

9:00 am– 11:30 am

Location:

Rubidoux Family Resource

Center:

5473 Mission Blvd.

Riverside, CA 92509

951-328-1575

For more information call:

Gloria Lopez

(909) 982-8641

Gloria@we-reachout.org



Do you feel sad, overwhelmed, exhausted or just not feeling yourself?

Mamás y Bebés is a program dedicated to helping moms before and after baby who want to build coping skills to manage and explore the joys and stress of motherhood!

Free Diapers
Weekly

•8 Weekly Classes

•Refreshments

•Free Child Care Provided

•Assistance with Transportation

\$50 Gift

•Free to women who are pregnant or have a 0-12 month old and meet program criteria.





Embarazo y Posparto Clases



¡Inscribiéndose ahora!

Cada Martes

Horario:

9:00 am– 11:30 am

Lugar:

Rubidoux Family Resource

Center:

5473 Mission Blvd.

Riverside, CA 92509

951-328-1575

Para mas información

llame a:

Gloria Lopez

(909) 982-8641

Gloria@we-reachout.org

**¿Te sientes triste, abrumado,
agotado o simplemente no te sientes
como tu misma?**

Mamás y Bebés es un programa dedicado a
ayudar a las mamás antes y después del bebé que quieren
construir estrategias de apoyo y explorar las alegrías y de la
maternidad.



- 8 clases semanales
- Refrescos
- Asistencia con el transporte
- Cuidado infantil gratuito sera proporcionado
- Gratis para mujeres que están embarazadas o tienen bebés de 0-12 meses de edad y cumplen con los criterios del programa.

