



SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
1 CLOSED	2 10am-12pm: Childrens Play Group 5-7pm Conversational English	3 5-7pm Tween Tuesday	4 5-7pm Nurturing Families	5 2:30-4pm Teen Drop In	6 12-1 Feel Good Friday	7 FATHERS DAY D.I.Y APRON FOR DAD 1-2:30PM
8 CLOSED	9 10am-11pm: Encouraging Fathers 10am-12pm: Craft Corner 5-7pm Conversational English	10 1-2:30pm Manet Nutrition Program 5-7pm Tween Tuesday	11 5-7pm Nurturing Families	12 2:30-4pm Teen Drop In	13 10-12pm: FRC Cafe 12-1:30 GRG Group	14 CLOSED
15 CLOSED HAPPY Father's Day	16 10am-12pm: Childrens Play Group 5-7pm Conversational English	17 5-7pm Tween Tuesday	18 9-5 Food & Diaper Pantry Pick-Up 5-7pm Nurturing Families	19 CLOSED	20 10-12pm: FRC Cafe 12-1:30 GRG Group	21 PRIDE PARTY 11-12:30PM
22 CLOSED	23 10am-11pm: Encouraging Fathers 10am-12pm: Craft Corner 5-7pm Conversational English	24 5-7pm Tween Tuesday	25 5-7pm Active Parenting 0-5	26 2:30-4pm Teen Drop In	27 12-1 Feel Good Friday	28 CLOSED
29 CLOSED	30 10am-12pm: Childrens Play Group 5-7pm Conversational English					

HOURS OF OPERATION:

Monday through Friday: 9am-5pm

Monday-Wednesday
Extended Weekday Until 7pm:

Saturday: Appointment or event only

FRC STAFF

Lorraine Mitchell – Program Director

Megan Barlow – Clinician

Cindy Depina – Family Partner

Lilyan Razik – Family Engagement Ambassador

Sydney Williams – School Liaison

**29 North Main Street
Attleboro MA 02703**

YOUTH PROGRAMS

Childrens play group

Ages 0-5. Weekly, informal play-time for young children and their parent's to meet and socialize in the community while building new connections.

Tween Tuesday

This group is for tweens ages 9-12. Join us for snacks, fun, and activities of all kinds! Games, crafts, movies, and much more fun.

Teen Drop-In

Looking for somewhere to hang after school? Come by the FRC for homework help, movies, games, snacks and more. This group is for teens ages 13-16!



WHOLE FAMILY

Craft Corner

If you love to craft, please join us for Craft Corner. Bring your own projects, or use the FRC materials to get crafty and socialize.

Fathers Day Event

Head to the FRC and get creative to make the perfect grilling apron to celebrate Dad!

Pride Party

Celebrate love, diversity, and unity with the FRC! All are welcome- come as you are and show your pride!

OTHER FRC SERVICES:

Mental Health Referrals

Navigating School Systems

GATRA Passes & Information

Connection to Community Resources

Financial Assistance Application Support

If you are interested in any of our upcoming events or services listed above, please contact us.

AttleboroFRC@oldcolonymca.org

774-203-1516



CAREGIVER SUPPORT

Nurturing Families

Families are engaged in a 13 week program built with lessons that encourage and support attitude and behavioral changes.

FRC Cafe

Join us for our weekly café and conversation. Meet new people and create new connections.

Encouraging Fathers

This platform offers new fathers and experienced fathers alike the opportunity to express and learn among their peers.

Grandparents Raising Grandchildren (GRG)

Are you a grandparent feeling like you are all alone in this journey? You are not alone! Come join and share with other grandparents raising grandchildren.

Active Parenting

Active Parenting of Teens is program that will give you confidence and courage to meet the challenges and savor the joys of your children's teen years.

Manet Nutrition Program

Join Manet Community Health Center dietitians to learn about nutrition, find new recipes, and to prepare healthy meals and snacks on a budget!

Feel Good Friday

Get ready to go into the weekend feeling your best! Come into Feel Good Friday for mindfulness and self care workshops.

Conversational English

If Arabic is your first language and you're looking to expand your conversational skills in English, join us at the FRC!

Monthly Food and Diaper Pantry Pick Up: Wednesday June 18th

Pantry bags will be available for pick-up monthly at the FRC. Participants must register every month to receive meal packages.



Hygiene Kits available



**Take our survey and
let us know how we're
doing!**

**SCAN
ME**





DOMINGO	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO
1 CERRADO	2 10-12pm: Grupo de juegos infantiles 5-7pm Inglés conversacional	3 5-7pm Martes de preadolescentes	4 5-7pm Familias Nurtrivas	5 2:30-4pm Entrada para adolescentes	6 12-1pm Sentirse bien viernes	7 DÍA DEL PADRE BELANTAL PARA PAPÁ 1-2:30 P.M.
8 CERRADO	9 10-11am Alentando a los Padres 10-12pm Rincón de manualidades 5-7pm Inglés conversacional	10 1-2:30pm Programa de Nutrición Manet 5-7pm Martes de preadolescentes	11 5-7pm Familias Nurtrivas	12 2:30-4pm Entrada para adolescentes	13 10-12 Café FRC 12-1:30 Grupo GRG	14 CERRADO
15 CERRADO HAPPY Father's Day	16 10-12pm Grupo de juegos infantiles 5-7pm Inglés conversacional	17 5-7pm Martes de preadolescentes	18 9-5pm Despensa De alimentos y pañales 5-7pm Familias Nurtrivas	19 	20 10-12pm Café FRC 12-1:30pm Grupo GRG	21 FIESTA DEL ORGULLO 11-12:30 P. M.
22 CERRADO	23 10-11am Alentando a los Padres 10-12: Rincón de manualidades 5-7pm Inglés conversacional	24 5-7pm Martes de preadolescentes	25 5-7pm Crianza activa 0-5	26 2:30-4pm Entrada para adolescentes	27 12-1pm Sentirse bien viernes	28 CERRADO
29 CERRADO	30 10-12pm Grupo de juegos infantiles 5-7pm Inglés conversacional					

HORARIO DE ATENCION:

De lunes a viernes: 9-5pm

Lunes a miércoles jornada extendida
hasta las 9-7pm

Sábado: Solo con cita previa o evento

PERSONAL DEL FRC

Lorraine Mitchell - Directora del programa

Megan Barlow - Médica clínica

Cindy Depina - Socio familiar

Lilyan Razik - Embajadora de participación
familiar

Sydney Williams - Enlace escolar

**29 North Main Street,
Attleboro, MA 02703**

PROGRAMAS PARA JOVENES

grupo de juegos infantiles

De 0 a 5 años. Tiempo de juego informal
semanal para que los niños pequeños y sus
padres se reúnan y socialicen en la comunidad
mientras construyen nuevas conexiones.

Martes de preadolescentes

Este grupo es para preadolescentes de 9 a 12 años.
¡Únanse a nosotros para disfrutar de refrigerios,
diversión y actividades de todo tipo! Juegos,
manualidades, películas y mucho más.

Centro de acogida para adolescentes

¿Buscas un lugar para pasar el rato después de la
escuela? Ven al FRC para recibir ayuda con las
tareas, películas, juegos, refrigerios y más. ¡Este
grupo es para adolescentes de 13 a 16 años!



TODA LA FAMILIA

Rincón de manualidades

Si te encantan las manualidades, únete a nuestro Rincón
de Manualidades. Trae tus propios proyectos o usa los
materiales de FRC para hacer manualidades y socializar.

Evento del Día del Padre

¡Visita FRC y sé creativo para hacer el delantal de
parrilla perfecto para celebrar a papá!

Fiesta del Orgullo

¡Celebre el amor, la diversidad y la unidad con el FRC!
¡Todos sois bienvenidos! ¡Venid como sois y demostrad
vuestro orgullo!

APOYO PARA CUIDADORES

Familias Nutritivas

Las familias participan en un programa
de 13 semanas creado con lecciones
que fomentan y apoyan cambios de
actitud y comportamiento.

Café FRC

Acompáñanos en nuestro café y
charla semanal. Conoce gente
nueva y crea nuevas conexiones.

Alentando a los Padres

Esta plataforma ofrece tanto a los
nuevos padres como a los
experimentados la oportunidad de
expresarse y aprender entre sus pares.

Abuelos criando nietos (GRG)

¿Eres abuelo y te sientes solo en este
camino? ¡No lo estás! ¡Únete y
comparte con otros abuelos que crían
a sus nietos!

Crianza activa

La Crianza Activa de Adolescentes
es un programa que le brindará
confianza y coraje para enfrentar
los desafíos y saborear las alegrías
de la adolescencia de sus hijos.

Programa de Nutrición Manet

¡Únase a los dietistas del Centro de Salud
Comunitario Manet para aprender sobre
nutrición, encontrar nuevas recetas y preparar
comidas y refrigerios saludables con un
presupuesto limitado!

Sentirse bien viernes

¡Prepárate para empezar el fin de
semana sintiéndote de maravilla!
Ven a Feel Good Friday para talleres
de mindfulness y autocuidado.

Inglés conversacional

Si el árabe es tu primera lengua y
buscas ampliar tus habilidades de
conversación en inglés, ¡únete a
nosotros en el FRC!

OTROS SERVICIOS DE FRC:

DERIVACIONES DE SALUD MENTAL

NAVEGACIÓN POR LOS SISTEMAS

ESCOLARES PASES E INFORMACIÓN DE

CATRA CONEXIÓN CON RECURSOS

COMUNITARIOS SOPORTE PARA

SOLICITUDES DE ASISTENCIA FINANCIERA

Si está interesado en alguno de nuestros
próximos eventos o servicios enumerados
anteriormente, comuníquese con nosotros.

AttleboroFRC@oldcolonymca.org

774-203-1516



Recogida mensual de alimentos y pañales: miércoles 18 de junio
**Las bolsas de despensa estarán disponibles para recoger mensualmente en el FRC. Los
participantes deben registrarse mensualmente para recibir los paquetes de comida.**



Kits de higiene disponibles



**¡Participe en nuestra
encuesta y cuéntenos cómo
lo estamos haciendo!**

**SCAN
ME**

