

MAY

SUN

MON

TUE

WED

THU

FRI

SAT

4

CLOSED

5

10-11
Encouraging
Fathers

10am-12pm:
Craft Corner

6

5-7pm
Tween Tuesday

7

5-7pm
Arabic Support
Group

5-7pm
Nurturing Families

8

5-7pm
Extended Office
Hours

2:30-4pm
Teen Drop In

9

12-1:30
Feel Good
Friday

10

CLOSED

11



12

10-12
Arabic Support
Group

10am-12pm:
Childrens Play
Group

13

1-2:30pm
Manet Nutrition
Program

5-7pm
Tween Tuesday

14

5-7pm
Nurturing Families

15

2:30-4pm
Teen Drop In

5-7pm
Extended Office
Hours

16

12-1:30
GRG Group

17



18

CLOSED

19

10-11
Encouraging
Fathers

10am-12pm:
Craft Corner

20

5-7pm
Tween Tuesday

21

9-5
Food & Diaper
Pantry Pick-Up

5-7pm
Arabic Support Group

5-7pm
Nurturing Families

22

2:30-4pm
Teen Drop In

5-7pm
Extended Office
Hours

23

12-1:30
Feel Good
Friday

24

CLOSED

25

CLOSED

26



27

5-7pm
Tween Tuesday

28

5-7pm
Nurturing Families

29

11-2
Pave Your Path
Financial Literacy
Workshop

2:30-4pm
Teen Drop In

5-7pm
Extended Office Hours

30

10-12pm:
FRC Cafe

31

CLOSED



HOURS OF OPERATION:

Monday through Friday: 9am-5pm

Tuesday-Thursday
Extended Weekday Until 7pm:

Saturday: Appointment or event only

FRC STAFF

Lorraine Mitchell – Program Director

Robert Mignacca – Program Manager

Megan Barlow – Clinician

Cindy Depina – Family Partner

Lilyan Razik – Family Engagement Ambassador

Gladys Ndiru – Family Support Worker

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.

Memorial Day Parade

The FRC is walking in Attleboro's Memorial Day Parade we'll see you there at **10am!**

Planting May Flowers

You know how the saying goes... April Showers Bring May Flowers. Join the FRC for a planting party to say goodbye to cold weather and hello to Spring vibes.

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.

Arabic Support Group

If Arabic is your first language and need help navigating community resources, come to the Arabic support group at the FRC.

Monthly Food and Diaper Pantry Pick Up: Wednesday May 21st

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



Hygiene Packs Available



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



MAYO

DOMINGO

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

SABADO

4

CERRADO

5

10-11
Alentando a
los Padres

10-12
Rincón de
manualidades

6

5-7pm
Martes de
preadolescentes

7

5-7
Grupo de apoyo
árabe

5-7pm
Familias Nutritivas

8

5-7
Horario de oficina
extendido

2:30-4pm
Entrada para
adolescentes

9

12-1:30
Sentirse bien
el viernes

10

CERRADO

11

Feliz día de la madre
CERRADO

12

10-12
Grupo de apoyo
árabe

10 a. m. a 12 p. m.:
Grupo de juegos
infantiles

13

1-2:30
Programa de
Nutrición Manet

5-7pm
Martes de
preadolescentes

14

5-7pm
Familias Nutritivas

15

2:30-4pm
Entrada para
adolescentes

5-7pm
Horario de oficina
extendido

16

12-1:30
Grupo GRG

17

**PLANTACIÓN
MAYO
FLORES**
11-12:30

18

CERRADO

19

10-11
Alentando a
los Padres

10-12
Rincón de
manualidades

20

5-7pm
Martes de
preadolescentes

21

9-5
Despensa de
alimentos y pañales

5-7pm
Grupo de apoyo árabe

5-7pm
Familias Nutritivas

22

2:30-4pm
Entrada para adolescentes

5-7pm
Horario de oficina
extendido

23

12-1:30
Sentirse bien
el viernes

24

CERRADO

25

CERRADO

26

**¡NOS VEMOS
EN EL
DESFILE!**

OFICINA CERRADA

27

5-7pm
Martes de
preadolescentes

28

5-7pm
Familias Nutritivas

29

11-2
Taller de educación
financiera "Abre tu
camino"

2:30-4pm
Entrada para adolescentes

5-7pm
Horario de oficina extendido

30

10-12 p.m.:
Café FRC

31

CERRADO

HORARIO DE ATENCIÓN:

De lunes a viernes: de 9 a 17 h.

Martes-Jueves Jornada Laborable
Extendida Hasta las 19h:

Sábado: Solo con cita previa o evento

PERSONAL DEL FRC

Lorraine Mitchell - Directora del programa

Robert Mignacca - Gerente del programa

Megan Barlow - Médica clínica

Cindy Depina - Pareja familiar

Lilyan Razik - Embajadora de participación familiar

Gladys Ndiru - Trabajadora de apoyo familiar

Sydney Williams - Enlace escolar

29 North Main Street,
Attleboro, MA 02703

PROGRAMAS PARA JÓVENES

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.

Desfile del Día de los Caídos

El FRC estará caminando en el Desfile del Día de los Caídos de Attleboro. ¡Nos vemos allí a las 10 a. m.!

Plantando flores de mayo

Ya sabes el dicho... Las lluvias de abril traen flores de mayo. Únete al FRC para una fiesta de plantación y despídete del frío y da la bienvenida a la primavera.

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 el viernes

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

Grupo de apoyo árabe

Si el árabe es su primera lengua y necesita ayuda para navegar por los recursos de la comunidad, acuda al grupo de apoyo de árabe 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 21 de mayo
Las bolsas de despensa estarán disponibles para recoger mensualmente en el FRC. Los participantes deben registrarse mensualmente para recibir los paquetes de comida.



Paquetes de higiene disponibles



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

