

Make Parenting a Pleasure

Do you want to stress less and have more fun as a parent? In this class, local families of children ages birth to 10-years, will explore ways to Make Parenting a Pleasure. Learn how to take care of yourself during the demands of parenting and ways to talk and interact better with your family. Learn techniques for disciplining and guiding your young children in a positive way.

Free Class

INSTRUCTORS: ANTONIA HUERTA & KELSEY GJESDAL

YMCA 3201 Pacific Blvd SW Albany, OR



DATE **Wednesday**



Beginning 4/3 for 10 weeks

TIME

6:00-7:50 pm



FREE dinner at 5:30 pm

FREE on-site child care

SIGN UP TODAY!

Contact Kelsey at

541.918.2476

or kelseygjesdal@ymcaalbany.org for sign-ups and more information.

Offered in English and Spanish



Offered in partnership with Mid-Willamette Family YMCA, Linn Benton Community College, and Parenting Success Network with funding by Oregon Parenting Education Collaborative.



Haga de la Crianza un Placer

¿Quieres estresarte menos y ser una mejor madre o un mejor padre? En esta clase, las familias con niños pequeños y hasta los 10 años explorarán formas de hacer de la crianza de los hijos un placer. Aprende cómo cuidarte durante las exigencias de la paternidad y formas de hablar e interactuar mejor con tu familia. Aprende técnicas para disciplinar y guiar a tus hijos pequeños de manera positiva.



INSTRUCTORES: ANTONIA HUERTA & KELSEY GJESDAL

YMCA 3201 Pacific Blvd SW Albany, Oregón



FECHA



miércoles

A partir del 4/3 durante 10 semanas

TIEMPO 6:00-7:50 p.m.



Cena GRATIS a las 5:30 pm
Cuidado de niños GRATIS en el lugar

REGÍSTRATE HOY!

Póngase en contacto con Kelsey en

541.918.2476

o kelseygjesdal@ymcaalbany.org para inscribirse y obtener más información.

Ofrecido en inglés y español



Ofrecido en asociación con Mid-Willamette Family YMCA, Linn Benton Community College y Parenting Success Network con financiación de Oregon Parenting Education Collaborative.

