

### My Mama Done Told Me Contest

Post a picture on the FamilyWorks Facebook page and share the best advice you ever got from mom or an inspiring message to moms you thought of yourself. 20 people will win a trip to Night Light Nails!

Free Yoga & Meditation Workshop on the first Wednesday of each month from 5-6PM

### Free

Employment Assistance & Computer Tutoring available.

Call or drop in to sign up!

### COMMUNITY PLAYGROUPS Join us for free family activities

**Grupo de Juego en Español**  
Martes 11-12:30

**Japanese**  
Tuesdays 1:30-3

**English**  
Wednesdays & Fridays 10:30-Noon

**Cinco de Mayo Family Potluck 10-12**

Have questions about school enrollment? Call or drop in on a Tuesday to talk with Virginia!  
206.694.6730

### NEED HELP ?

Call or drop in for a one-on-one with our family advocates.

Hayley-206-694-6842  
Thursdays and Fridays  
Jueves/Viernes

Virginia-206-694-6730  
Tuesdays/Martes

**WIC IS ONSITE**  
**THURSDAYS**  
9:30-3:30



### Teen/Young Parents Support Group:

Are you a young parent 23 yrs. or under?  
Need assistance with **resources, support or going back to school?**

Contact  
Gladysm@familyworksseattle.org  
206-694-6729

### Wallingford Food Bank Hours

Serving folks in: 98103, 98107, 98115, 98133

Tuesdays 12:00--2:00  
Thursdays 3:00--6:00  
Fridays 11:00--1:00

Commodities only: 3rd Saturday  
10am-Noon 206-694-6723



**Our new Greenwood location is open!**  
**Wednesdays 11-2pm**  
**9501 Greenwood Ave N.**

## Mayo 2017

Lunes 9:30-12:00 pm

Martes, Miércoles, Jueves 9:30-5:00 pm

Viernes 9:30-3:00 pm

**Cerrado el 29 de mayo**

### "Mi Mama Me Dijo ..." Concurso

**Pone un foto en la pagina FamilyWorks en Facebook y comparte el mejor consejo que tu mama te ha dicho o un mensaje inspirador para las madres. 20 personas ganaran un viaje a Night Light Nails!**



### GRUPOS DE JUEGOS

Únase a nosotros para actividades libres familiar

**Grupo de Juego en Español**  
Martes 11-12:30

**Japonés**  
Martes 1:30-3

**Inglés**  
Miércoles & Viernes 10:30-12

### Gratis

Asistencia laboral y clases de computadora disponible.

Llámanos o pasan para contratarse.

**¿Tiene preguntas sobre la inscripción de la escuela?**

**Llama o pasan por los martes para hablar con Virginia! 206.694.6730**

**Clase de Yoga & Taller de Meditación (Gratis)**  
Primer día del mes (5-6PM)

**"Cinco de Mayo" Cena de Familia**  
10-12

**WIC ESTA AQUÍ**  
**LOS JUEVES**  
9:30-3:30

### NECESITA AYUDA ENCONTRANDO RECURSOS?

Nuestras Trabajadoras Sociales están disponibles a ayudar encontrar recursos.

**Hayley-206-694-6842**  
Jueves/Viernes

**Virginia-206-694-6730**  
Martes

### GRUPO DE APOYO DE ADOLESCENTES/PARIENTES JOVENES

¿Es usted un padre joven 23 años o menores?

¿Necesita ayuda con **recursos, apoyo o en volver a la escuela?** Comunicarse con Gladysm@familyworksseattle.org  
**206-694-6729**

### Horas de Banco de Comida (Wallingford)

Sirviendo la gente en: 98103, 98107, 98115, 98133

Martes 12:00--2:00  
Jueves 3:00--6:00  
Viernes 11:00--1:00

Solo mercancía: 3er Sabado de la mes 10-12  
**206-694-6723**

**La ubicación nueva en Greenwood está abierto!**  
miercoles 11-2pm

