

Cafecito para Padres (En Español)

 Catalyst
community

Nutrición a Través de la Alimentación



Donde

Oficina Comunitaria de Catalyst
870 Emerald Bay Rd, Suite 400
South Lake Tahoe, CA 96150



Fecha

Jueves
21 de Mayo de 2026
6:00 PM - 7:30 PM

Venga a disfrutar de un Café para Padres, donde charlaremos sobre cómo la nutrición influye en la energía, el estado de ánimo y el crecimiento saludable de su pequeño. Mostraremos maneras fáciles de promover hábitos positivos y de preparar comidas equilibradas para su familia. ¡Es ideal para padres con niños de 0 a 6 años, pero todos son bienvenidos!

Esta es una oportunidad para:

- Conectarse con otros padres
- Compartir consejos útiles para la hora de comer
- Aprender como la nutrición ayuda a los niños a mantenerse activos y enfocados.

OFRECEMOS

Cuidado de niños pequeños
Cena ligera
Kit de participación

Para registrarse, puede escanear el código QR o contactar a

Mirelle Zamudio

Educadora de Padres y Proveedores
mzamudio@catalystcomm.org
530.541.5848

¡Un regalo para llevar a casa!

¡Cada familia recibirá un kit de participación familiar por estar presente!



¡Ven y participa en la charla para que tu familia crezca unida y fuerte!

Parent Cafe

(Conducted in Spanish)

Nurturing Through Nutrition



Where

Catalyst Community Office
870 Emerald Bay Rd, Suite 400
South Lake Tahoe, CA 96150



Date

Thursday
May 21, 2026
6:00 PM - 7:30 PM

Join us for a relaxed Parent Cafe focused on how nutrition supports your child's energy, mood, and healthy growth. Learn simple ways to create positive mealtime habits and build balanced meals for your family. Best for parents with children ages 0-6 years old, but all are welcome.

This is an opportunity to:

- Connect with other parents
- Share practical mealtime tips
- Learn how nutrition supports active, focused children

FREE

Child care during session
Light meal
Family Engagement Kit

Take home gift!

Each family will receive a family engagement kit for attending!



To register, you can scan the QR code
or contact

Mirelle Zamudio

Parent and Provider Educator
mzamudio@catalystcomm.org
or call 530.541.5848

Come join the conversation and help your family grow strong together!