



Why Family Meals Matter

PARENT WORKSHOP



NOVEMBER 9, 2022

5-6:30 P.M.

**111 EDGARTOWN
VINEYARD HAVEN RD.
OAK BLUFFS, MA
02568 – BLDG D**

**Registrants will receive
a dinner recipe in a box
& a FREE copy of the
book "Eat, Laugh, Talk:
The Family Dinner
Playbook"**

Join The Family Dinner Project to learn about the nutritional, academic, and mental health benefits of family dinner. We'll talk about mealtime challenges and your work-arounds for common obstacles. We'll share games to play at the table that will spark conversation and tips to get kids to give you more than a one-word answer.

Free meal box, book, and recipe included!



To register, please call or text Chrissie at 508-560-8938 with name, number of attending, and if you need child watch!



Por que é importante comer juntos

OFICINA PARA PAIS WORKSHOP



9 NOVEMBRO, 2022

17H00-18H30

111 EDGARTOWN
VINEYARD HAVEN RD.
OAK BLUFFS, MA
02568 – BLDG D

Junte-se ao Projeto Jantar Familiar para aprender sobre os benefícios nutricionais, acadêmicos e de saúde mental do jantar familiar. Falaremos sobre os desafios do jantar e como ajudar em caso de obstáculos. Conversaremos sobre jogos para brincar na mesa para começar a conversar com seus filhos.

Caixa de refeição gratuita, livro e receita incluídos!



Para registrar-se, ligue ou envie uma mensagem de texto para Chrissie no número 508-560-8938 com nome, número de atendimento e, se precisar de vigilância infantil!

Os inscritos receberão uma receita de jantar em uma caixa e uma cópia GRATUITA do livro "Eat, Laugh, Talk": O livro "The Family Dinner Playbook" (Jantar em Família)