

Motherhood doesn't always feel the way we imagine it would

The Center for Early Relationship Support

When motherhood doesn't feel the way you imagined...you are not alone.

Becoming a mother can bring joy, but it can also bring sadness, anxiety, stress, exhaustion, and uncertainty. If this journey has been more difficult than you expected, we want you to know that asking for help is a sign of strength.

Join our FREE six-session group, where you can share your experiences in a safe, confidential, and judgment-free environment while connecting with other mothers. [This group is being offered in Spanish.](#)

You do not need to have a diagnosis to participate. If you feel you need support, this space is for you.

When:

Tuesdays, 7/14 - 8/18

9:00 - 10:00 a.m.

This group is part of an ongoing series of support groups. Registration remains open throughout the year, and new groups begin as each session cycle concludes.

Where:

Online via Zoom



You do not have to go through this alone. We are here to support you, because taking care of yourself is also a way of caring for you baby.

For more information:



An intake is required prior to enrollment.

La maternidad no siempre se siente como imaginamos

El Centro de Apoyo a las Relaciones Tempranas

Cuando la maternidad no se siente como la imaginabas...no estás sola.

Convertirse en mamá puede traer alegría, pero también tristeza, ansiedad, estrés, agotamiento e incertidumbre. Si este camino ha sido más difícil de lo que esperabas, queremos que sepas que pedir ayuda es una muestra de fortaleza.

Te invitamos a participar en nuestro grupo **GRATUITO**, conformado por seis sesiones, donde podrás compartir tus experiencias en un espacio seguro, confidencial y libre de juicios mientras conectas con otras mamás.

No necesitas tener un diagnóstico para participar. Si sientes que necesitas apoyo, este espacio es para ti.

Cuando:

Martes, 14 de Julio - 18 de agosto

9:00 - 10:00 a.m.

Este grupo forma parte de una serie continua de grupos de apoyo. Las inscripciones permanecen abiertas durante todo el año y nuevos grupos comienzan al finalizar cada ciclo.

Donde:

Virtual por Zoom



No tienes que pasar por esto sola. Estamos aquí para acompañarte, porque cuidar de ti también es cuidar de tu bebe.

Para más información:



Se requiere una entrevista inicial antes de la inscripción.