



# ¡Marque Su Calendario! ¡L.E.C.H.E.!

## Grupo de Apoyo para Madres Amamantando

¡Venga a disfrutar un tiempo de apoyo e incentivo!

¡Conecte con otras madres que están amamantando, **TODOS SON BIENVENIDOS!**

**Servicios  
gratis:**

✓ Información sobre recursos para la lactancia

✓ Preguntas a especialistas en lactancia

### ¡Juntas son virtual!

Nos reunimos de 12:30 PM – 1:30 PM, el segundo Lunes de cada mes  
Fechas en 2024:

- Enero 8
- Febrero 12
- Marzo 11
- Abril 8
- Mayo 13
- Junio 10
- Julio 8
- Agosto 12
- Septiembre 9
- Octubre 14
- Noviembre 11
- Diciembre 9

### Aprenda más sobre:

- beneficios de la lactancia
- preparación para amamantar
- lactancia en el hospital
- ¿mi bebe está recibiendo suficiente leche?
- ¿cómo sobrevivir las primeras dos semanas?
- obstáculos en la lactancia
- regresando al trabajo
- mitos de la lactancia
- ¡y más!

Reunión por Zoom: [tiny.cc/grupoleche](https://tiny.cc/grupoleche)

Meeting ID: 841 3325 6535

Passcode: 696823



Para más información o para registrarse hable al 513-636-3930 o por correo electrónico [Olga.Tamayo@cchmc.org](mailto:Olga.Tamayo@cchmc.org)



# MARK YOUR CALENDAR for **L.E.C.H.E.!**

## Breastfeeding Support Group

Come and enjoy support and incentives!

**Connect with other breastfeeding mothers, ALL ARE WELCOME!**

**We provide:** ✓ Breastfeeding resource information ✓ Questions answered by breastfeeding specialists

### Meetings are now virtual!

Meetings are 12:30 PM – 13:30 PM, the second Monday of each month

2024 dates:

- January 8
- February 12
- March 11
- April 8
- May 13
- June 10
- July 8
- August 12
- September 9
- October 14
- November 11
- December 9

Zoom meeting: [tiny.cc/grupoleche](https://tiny.cc/grupoleche)  
Meeting ID: 841 3325 6535  
Passcode: 696823



### Learn more about:

- benefits of breastfeeding
- preparation for breastfeeding
- breastfeeding in the hospital
- “Is my baby getting enough to eat?”
- surviving the first two weeks
- obstacles to breastfeeding
- returning to work
- lactation myths
- and more!

For more information or to register call 513-636-3930  
or email [Olga.Tamayo@cchmc.org](mailto:Olga.Tamayo@cchmc.org)