



Because kids
don't come with
instructions.

**We know parenting can be
overwhelming. We're here to
help, one text message at a time.**

What to expect from our weekly text messages:

- Easy, practical tips and information for parents & caregivers.
- Messages timed exactly to your child's due date or date of birth.
- Information about free services and events based on your zip code.



**Text ARIZONAPBS to 274 448
for FREE parenting tips**

Msg & data rates may apply.

@Lantern | www.mylantern.org

In partnership with:





Porque los niños no vienen con instrucciones.

**Sabemos que cuidar a un niño puede ser abrumador.
Estamos aquí para ayudarte, un mensaje de texto a la vez.**

Qué esperar de nuestros mensajes de texto semanales:

- Consejos prácticos e información para padres y cuidadores.
- Mensajes adaptados a la fecha estimada de parto o de nacimiento de tus hijos.
- Información sobre servicios y eventos gratuitos según tu código postal.

Lantern es una organización nacional sin fines de lucro (registrada como 501C3) dedicada a capacitar a las familias. No enviaremos spam o productos de promoción.



Envía ARIZONAPBS al 274 448 y recibe consejos gratuitos para la crianza de tus hijos

Aplican tarifas por mensajes y datos

@Lantern | www.mylantern.org

En asociación con:





لأن الأطفال لا يأتون مع التعليمات

نحن نعلم أن تربية الأطفال يمكن أن تكون
مرهقة في بعض الأحيان.
نحن هنا لنساندك خطوة بخطوة، برسالة نصية
واحدة في كل مرة.

ماذا ستجد في نشرتنا الإخبارية الأسبوعية؟

- نصائح وإرشادات عملية للآباء ومقدمي الرعاية مقدمة لكم بأسلوب سهل و بسيط.
- رسائل مُخصّمة لتتناسب مع تاريخ ولادة طفلك أو مرحلة نموه.
- معلومات قيّمة حول الخدمات المجانية والفعالية المخصّمة للآباء في منطقتك.



أرسل كلمة ARIZONAPBS إلى 274448
للحصول على أفضل النصائح حول تربية الأطفال

قد تُطبق رسوم الرسائل وبيانات الهاتف.

@Lantern | www.mylantern.org



بالتعاون مع:

