



DO YOU SPEND TOO MUCH TIME WORRYING

WHAT'S FOR DINNER?

WE CAN HELP

DATES: February 19 – March 25

TIME: 5 PM – 7 PM

LOCATION: Portage Township YMCA
3100 Willowcreek Rd.
Portage, IN 46368
Fitness Studio C

RSVP: Register at the Y
or Online

FREE

6-week Cooking Matters
Course

WHY SIGN UP

You want the best for your family,
but time, money, and picky eaters
can make it hard.



*"After Cooking Matters, I feel like I can
cook anything. Now, every day that I open
up my cabinets and refrigerator, I always
see an easy dinner."*

~Paula, single mom of 2



This program was partially funded by USDA's Supplemental Nutrition Program as part of SNAP-Ed, brought to you by Cooking Matters®. To find out more, contact 1-866-950-FOOD(3663).



¿USTED PASA DEMASIADO TIEMPO PREOCUPANDOSE EN QUE PREPARAR PARA LA CENA?

LE PODEMOS AYUDAR

FECHAS: Febrero 19 – Marzo 25

HORARIO: 5 PM – 7 PM

UBICACIÓN: YMCA de Portage Township
3100 Willowcreek Rd.
Portage, IN 46368
Gimnasio C

INSCRIBASE CON:

Regístrese en la Y o en línea



Curso GRATUITO

de Cooking Matters
(6 semanas)

¿POR QUE TOMAR EL CURSO?

Usted quiere lo mejor para su familia. Pero tiempo, dinero, y niños quisquillosos puede hacerlo muy difícil.

“Después de Cooking Matters, siento que puedo cocinar cualquier cosa. Ahora, cada día cuando abro la despensa y refrigerador, veo una cena fácil.”

~Paula, madre soltera de 2 hijos



Este programa fue parcialmente financiado por el programa de asistencia de nutrición suplementario del USDA como parte de SNAP-Ed, traído a usted por Cooking Matters®. Para obtener mas información, póngase en contacto con 1-866-950-FOOD(3663).