



Groups & Classes

April 2018

Case Management Hours: Mon-Thurs 9am - 5pm, Fri 9am - 4pm

Registration Hours: Mon & Thurs 9 - 11am, Tues, Wed & Thurs 1:30 - 3:30pm

Centers & Workshops

See your case manager for more info!

Childcare Center

Mon, Wed, Thurs 8:30-11:30am, 1-4:30pm

Tues 1-4:30pm, Fri 9-11:30am, 1-3:30pm

Children 0-18 years old. Free childcare for HPP clients while they are obtaining services.

Project Legal Link

1st Fl. • Contact: Case Manager • Mon 1- 4pm

Family Law: 2nd & 4th Wed Mornings

See your case manager to set up an appointment with Sacha to talk about legal matters.

Housing Workshops (English)

1st Fl. CR • Contact: Rachel S.

Mon 3pm Housing Search

Wed 10:30am Housing Search

Learn how to find affordable housing, apply for help from HPP's rental assistance program, and know your rights as a tenant!

5 Keys Charter School

3rd Fl. School Rm • Contact: Roberta

Mon, Wed & Fri 1-3 pm

Get your GED or High School Diploma!

Drop-In Classes

Open- please feel free to drop by!

Sewing Class

3rd Fl. Sewing Rm • Contact: Sharon • Tues 1-4pm

Make a blanket for your new baby or PJ pants for your toddler. Fabric and supplies will be provided. Due to limited space, class is open to HPP clients only. No children of any age allowed due to safety.

Wu Yee Children's Services

1st Fl. • Contact: Front Desk or CM • Thurs 1-3pm

Wu Yee helps families and future generations by providing care in our child care centers, family child care programs, and prenatal care services.

Crocheting, Knitting & Jewelry Class

1st Fl. Art Rm • Contact: Sharon • Wed 1-3pm

Learn to knit or crochet. Beginners to experts invited. Yarn, needles & hooks provided. Also make a nice piece of jewelry. No children under 12 please.

San Francisco Food Bank (CAL Fresh)

1st Fl. • Contact: Front Desk or CM • TBD

Stop by and learn about the benefits of CAL Fresh for you and your family. You may qualify.

Health & Wellness

Open- please feel free to drop by!

Yoga with Babies

1st Fl. Art Rm • Contact: Cristy • Mon 1-2pm

For moms & babies. Ages 0 to 12 months

Knowing Your Baby with Infant Massage

1st Fl. Art Rm • Contact: Cristy or Stephanie • Mon 2:30-4pm

Come learn about early child development, reading your baby's cues and understanding what your baby is trying to communicate, as well as infant massage! Ages 0-6 months.

Prenatal Yoga

3rd Fl. Yoga Rm. • Contact: Emelyn • Thurs 1-2pm

Prenatal Yoga uses postures, breathing, and meditation to help ease pregnancy, delivery, and the after effects of birth.

Meet the Doulas Workshop

3rd Fl. Sewing Rm • Contact: Emelyn • 10-11:30 AM

First Friday of the Month,

HPP's monthly prenatal doula workshops help prepare families for labor and birth.

Prenatal Education Classes

3rd Fl. Yoga Rm • Contact: Ebony or Stephanie • Thurs

2:30-4pm

Learn all about pregnancy, labor, and taking care of yourself and your new baby. Partners welcome.

Wellness Orientation

3rd Fl. Alcove • Contact: Maisha • Fri 10-11:30am

Learn about all the services the Wellness Center offers during pregnancy and after!

Breastfeeding Group

3rd Fl. Yoga Rm • Contact: Francesca • Fri 1:30-3pm

Come to this group for support and education around breastfeeding, whether you're pregnant, breastfeeding, or just interested in learning.



Groups & Classes

April 2018

Pregnancy & Parenting Groups

Registration required- please see your case manager to sign up

Prenatal & Postpartum Massage

Wellness Center • Contact: Francesca • Mon/ Tue/ Wed various times
Call for appointment.

Safe Sleep Orientation

Wellness Center • Contact: Elizabeth • Ongoing
Learn about your infant sleeping safe in a play pen.

Individual Breast Feeding Support

Wellness Center • Contact: Francesca • Ongoing
Meet with a lactation specialist to get any questions answered related to breastfeeding.

Belly Casting

Wellness Center • Contact: Maisha • 1:30-3:30pm
1st Tuesday of each month with appointment.
Make an appointment and come up to make a cast of your belly.

Positive Parenting Program

3rd Fl. Sewing Rm • Contact: Ana • Mon/Wed 3-5pm
A safe place to talk about parenting. Classes DHS & CPS approved. Earn a Certificate of Completion.

Next Steps: Parent-Child Playgroup

1st Fl. Art Rm • Contact: Faryn & Helen • Thurs. 10-11:30am
Come and play, sing and learn with your child (ages 6 months - 3 years). Our playgroup includes free play, developmental activities and sometimes even adventures in the HPP Wellness Garden.

Family Service Intake Group (FTC)

3rd Fl. School Rm • Contact: Eli • Thurs 2:30 - 4pm
For parents who have been referred for Substance Use Assessment or who have open CPS cases and are seeking advocacy and support. Find out about available services, including voluntary participation in Dependency Drug Court.

Fatherhood Support Group

1st Fl. CR • Contact: Joey or Eli • Fri 1:30-3pm
A place for fathers to receive support with reunification issues.

Support Groups

Open- please feel free to drop by!

Narcotics Anonymous (NA)

3rd Fl. Alcove Rm • Contact: Judy • Mon 10-11:30am
Find support with your recovery.

Peer Parent Support Group

1st Fl. CR • Contact: Judy • Thurs 10-11:30am
A support group for families with children 18 and under, who are dealing with Child Welfare/CPS. All are welcomed!



Grupos & Clases

Abril 2018

Horas: Lunes-Jueves 9am - 5pm, Viernes 9am - 4pm

Horas de Registro: Lunes & Jueves 9 - 11am, Martes, Miércoles & Jueves 1:30 - 3:30pm

Centros y Talleres

¡Vea a su trabajadora para más información!

Centro de Cuidado de Niños

Lunes, Miércoles & Jueves 8:30-11:30am, 1-4:30pm

Martes 1-4:30pm Viernes 9-11:30am, 1-3:30pm

Se admiten niños de 0-18 años de edad. El cuidado de niños es gratuito para los clientes de HPP mientras están obteniendo servicios.

Proyecto Legal Link

1 Pi. • Contacto: Trabajadora • Lunes 1-4pm

La ley de familia será el 2 y 4 miércoles por la mañana

Consulte a su administrador de casos para hacer una cita con Sacha para hablar de asuntos legales.

Taller de Vivienda

1 Pi CR • Contacto: Veronica

Lunes 10:30am Búsqueda de vivienda / Aplicaciones

Miércoles 3pm Búsqueda de vivienda / Aplicaciones

Aprenda sobre los recursos importantes en línea para encontrar vivienda y hacer su hoja de vivienda propia.

5 Keys Charter Escuela

Lunes, Miércoles y Viernes 1-3pm • Contacto: Roberta

Obtener su GED, diploma de la escuela secundaria.

Inscríbese en Grupos y Clases

¡Por favor, siéntase libre de pasar e inscribirse! Clases abiertas.

Clases de Costura

3 Pi Salón de Costura • Contacto: Sharon • Martes 1-4pm

Serán provistos de telas y materiales. Debido al espacio limitado, la clase sólo está abierta para clientes de HPP. Los niños no se les permite por razones de seguridad.

Clases de Croché, Tejer y Joyería

Salón de Arte • Contacto: Sharon • Miércoles 1-3pm

Serán provistos de aguja e hilo. También hacer una bonita pieza de joyería. Por favor no lleve niños menores de 12 años.

San Francisco Banco de Alimentos (CAL Fresh)

1 Pi • Contacto: Trabajadora • Indisponible

Venga y aprender sobre los beneficios de CAL fresca para usted y su familia. Usted puede calificar para una tarjeta EBT.

Wu Yee Servicios para Niños

1 Pi • Contacto: Trabajadora • Jueves 1-3pm

Ayudan a las familias y las generaciones futuras, proporcionando cuidados en nuestros centros de cuidado de niños, programas de cuidado infantil familiar, los servicios de atención prenatal.

Salud y Sanidad

¡Por favor, siéntase libre de pasar e inscribirse! Clases abiertas.

Yoga Con Bebe

1 Pi Salón de Arte • Contacto: Cristy • Lunes 1-2pm

Para madres y bebés. Edades de 0 a 12 meses.

Clases de Educación Prenatales

3 Pi Salón de Yoga • Contacto: Elizabeth • Jueves 10-11:30am

Aprenda todo sobre su embarazo y como salir adelante con la experiencia del parto y tener que trabajar.

Yoga Prenatal

3 Pi Salón de Yoga • Contacto: Elizabeth y Cristy •

Jueves 1-2pm

El Yoga prenatal utiliza posturas, respiración y meditación para ayudar a aliviar el embarazo, el parto y los efectos posteriores al nacimiento.

Grupo de Lactancia

3 Pi Salón de Yoga • Contacto: Francesca •

Viernes 10-11:30am

Venga a este grupo para apoyo y educación sobre el amamantar

Orientación al Centro de Bienestar

3 Pi Alcove • Contacto: Gaby • Viernes 10-11:30am

Aprenda sobre todos los servicios que ofrece el Centro de Bienestar durante y después del embarazo!

Taller: Conozca a las Doulas

3 Pi Salón de Costura • Contacto: Emelyn • 10-11:30 AM

Primer Viernes de cada mes

Los talleres mensuales del programa de doulas preparan a familias para el parto y trabajo de parto.



Grupos & Clases Abril 2018

Grupos de Embarazo y Crianza

Se requiere concertar cita previa- ¡Vea a su trabajadora para inscribirse!

Masaje Prenatal y Postparto

**Centro de Bienestar • Contacto: Elizabeth •
Lunes/Martes/Miércoles @ en diversas ocasiones**
Llame para una cita.

Juego en grupo de Padres e Hijos

Salón de Arte • Contacto: Faryn & Jeaneth • Miércoles 10-11:30am

¡Venga y juegue con su hijo!

Construyendo Familias Fuertes

1 Pi Salón de Conferencias • Contacto: Sonia • Jueves 1-3pm
Asistencia y apoyo a las madres. ¡Vamos hacer amigos!

Molde de su Pansita

Centro de Bienestar • Contacto: Gaby • 1er Martes con cita 1:30-3:30pm

¡Agá una cita y venga a hacer un molde de su vientre embarazada!

Orientación de sueño seguro

Contacto: Elizabeth

Aprenda información acerca de su bebé para dormir seguro en un corralito.

Entendiendo a tu Bebé con Masaje Infantil

**3 Pi Salón de Yoga • Contacto: Elizabeth y Cristy •
Lunes 10-11:30am**

Los padres en estas clases aprenden sobre el desarrollo infantil, como entender lo que sus bebés están comunicando, y la conexión entre padre y bebé, además del masaje infantil

Abriendo Puertas

**3 Pi Salón de Yoga • Contacto: Elizabeth y Cristy •
Martes 1:30-3:30pm**

Esta clase es para padres/guardianes y enseña cómo preparar a los niños para la escuela y apoyarlos en su desarrollo social, emocional, físico, y del lenguaje

Aprendiendo Con Mi Pequeño

Salón de Arte • Contacto: Faryn y Karent • Viernes 10-11:30am

Programa para aprender a explorar y tener una comunicación con su pequeño, comprendiendo su ritmo y aplicando actividades fáciles para su Desarrollo Infantil. Canto, Lecturas y Baile.

Embarazo centrado

**Centro de Bienestar • Contacto: Elizabeth •
Cursos en marcha**

Si usted tiene menos de 16 semanas de embarazo y está interesado en el cuidado prenatal grupo en HPP llámenos.