



Groups & Classes September 2019

HPP will be closed on Monday, September 02, 2019

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 • Wed 1:30-4:30pm

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: Stefan

Mon 3pm

Housing Search

Wed 10:30am

Housing Search

Learn how to look for affordable housing, apply for housing waitlists and housing lotteries, and know your rights as a tenants.

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

See your case manager for more info!

San Francisco Food Bank (CAL Fresh)

SUSPENDED UNTIL FURTHER NOTICE

1st Fl. • Contact: Front Desk or CM • Mon 9am-12pm

Do you need extra money for food? Find out if you qualify for Cal Fresh. A Cal Fresh eligibility worker will be on site to assist you and answer any questions

Sewing Class

3rd Fl. School 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 childcare centers, family childcare programs, and prenatal care services.

Health & Wellness

See your case manager for more info!

Yoga with Babies

3rd Fl. Yoga Rm • Contact: Angelica • Tues 3:30-4:30pm

For moms & babies. Ages 0 to 12 months

Prenatal Yoga

3rd Fl. Yoga Rm. • Contact: Angelica • Fridays 1:30-2:30 pm

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

Belly Casting

Wellness • Contact: Edith and Angelica • 1st Wed of each month with appointment.

Make an appointment and come up to make a cast of your beautiful belly.

Wellness Orientation

3rd Fl. Alcove • Contact: Edith and Angelica • Fri 10-11am

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

Prenatal & Postpartum Massage

Wellness Center • Contact: Edith • Thurs/Friday with appointment.

Acupuncture for Clients

3rd Fl. School Rm • Contact: Angelica Fri. 9am-11:30am

For clients only.



Groups & Classes September 2019

Pregnancy & Parenting Groups

Registration required- please see your case manager to sign up

Knowing Your Baby with Infant Massage

3rd Fl. Yoga Rm • Contact: Cristy or Edith • Mon 10-11:30am
Learn how to communicate with your child, understand their rhythm and support their developing mind through activities, singing, reading and dancing.

Prenatal Education Classes

3rd Fl. Yoga Rm • Contact: Lupe & Edith • Thurs 1:30-3pm
Learn all about pregnancy, labor, and taking care of yourself and your new baby. Partners welcome.

Breastfeeding Group

3rd Fl. Yoga Rm • Contact: Francesca, Edith & Elizabeth • Tues 1:30-3pm
Come to this group for support and education around breastfeeding, whether you are pregnant, breastfeeding, or just interested in learning.

Preparing for Birth Workshop

3rd Fl. School Rm • Contact: Cristy 3rd Wed of each month. 10am-11:30am

Parenting Class

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.

Fatherhood Support Group

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

Individual Breast Feeding Support

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

Knowing Your Toddler

1st Fl. Art Rm • Contact: Faryn or Karent Thurs. 10-11:30am
This group is for moms with toddlers ages 1-3. We look at how your child learns to communicate and understand the world. Through Song, Dance, Reading and activities we activate your child's brain and support their development.

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: Carrie & Stephanie • 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 Septiembre 2019

HPP estará Cerrado Lunes 2 de septiembre, 2019

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 • miércoles 1:30-4:30pm

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: Verónica

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

3er Pi. Salón de Escuela • lunes, miércoles y viernes 1-3pm •

Contacto: Roberta

Obtener su GED, diploma de la escuela secundaria.

Inscríbese en Grupos y Clases

¡Vea a su trabajadora para más información!

San Francisco Banco de Alimentos (CAL Fresh)

Suspendido hasta nuevo aviso

1 Pi • Contacto: Trabajadora • lunes 9am-12pm

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

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.

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

¡Vea a su trabajadora para más información!

Yoga Con Bebe

3 Pi Salón de Yoga • Contacto: Angelica • martes 3:30-4:30pm

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

Yoga Prenatal

3 Pi Salón de Yoga • Contacto: Angelica • viernes 1:30-2:30pm

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

Molde de su Pancita

Centro de Bienestar • Contacto: Edith y Angelica • 1er miércoles con cita

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

Orientación al Centro de Bienestar

3 Pi Alcove • Contacto: Edith y Angelica • viernes 10-11am

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

Masaje Prenatal y Postparto

Centro de Bienestar • Contacto: Angelica •

Jueves/viernes con cita

Llame para una cita.

Acupuntura Para Clientes

3 Pi Salón de Escuela • Contacto: Angelica • viernes 9-11:30am

Para clientes solamente.



Grupos & Clases Septiembre 2019

Grupos de Embarazo y Crianza *Se requiere concertar cita previa- ¡Vea a su trabajadora para inscribirse!*

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!

Clases de Educación Prenatales

3 Pi Salón de Yoga • Contacto: Elizabeth y Lupe • jueves 10-11:30am

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

Grupo de Lactancia

3 Pi Salón de Yoga • Contacto: Francesca, Edith y Elizabeth • Martes 1:30-3pm

Venga a este grupo para apoyo y educación sobre el amamantar

Taller: Prepárese para su Parto

3 Pi Salón de Escuela • Contacto: Cristy • 3er miércoles 10-11:30am

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 • viernes 9:30-11:30am

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 • jueves 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.