



VIRTUAL PARENT GROUPS & PARENT-CHILD GROUPS IN SAN MATEO COUNTY

For information on dates, times, and how to sign up:

Parents can text/call Help Me Grow at **650-762-6930** or email HMGsmc@abilitypath.org

Or Providers can refer families to Help Me Grow [here](#)

NAME	LANGUAGE	PARTICIPANTS	HOSTED BY	DESCRIPTION
Dad's Hangout Group	English	Male caregivers with children 0 to 5 years	StarVista Healthy Homes	8 week group, once/week for 90 minutes. A space where fathers or father figures can virtually connect, share parenting experiences, develop self-awareness and learn new strategies that will strengthen the relationship with their young children. Fathers with kids ages 0-5, living in San Mateo County highly encouraged to participate.
Dad's Hangout Group	Spanish	Male caregivers with children 0 to 5 years	StarVista Healthy Homes	8 week group, once/week for 90 minutes. A space where fathers or father figures can virtually connect, share parenting experiences, develop self-awareness and learn new strategies that will strengthen the relationship with their young children. Fathers with kids ages 0-5, living in San Mateo County highly encouraged to participate.
Mothers' Wellness Group	English	Female caregivers with children 0 to 5 years	StarVista	6 week group, once/week for 1 hour. This group is a 6-week series in which we discuss self-care options for mothers/female caregivers. We also use elements of Circle of Security which include caregiver/child attachment, the value of a safe creating a secure relationship, and developing specific relationship capacities
Tu y Yo Group	Spanish	Children 0 to 5 years and their caregiver	Help Me Grow/ StarVista	6 week group, 1 hour per week, attended by the parent and child together, allowing for the parent and child to spend time together in fun activities that support their child's development and also to learn more about developmental milestones.

Parent-Child Activity Group	English/ Spanish	Children 0 to 5 years and their caregiver	StarVista	6 week group, once/week for 1 hour, This group helps parents in building a deeper understanding of their child's behavior, supporting children in meeting development milestones, and creating opportunities for caregivers to strengthen their relationship with their children.
Grow With Me	English	Children 0 to 18 months and their caregiver	Life Steps	Up to 8 one hour classes, meeting once or twice/week offering discussion about how to promote your child's growth and developmental skills. Meet other families & learn from each other as well as from Early Interventionists to support your child's development. Engage in fun activities with your child and peers.
Grow With Me	English	Children 18 months to 3 years and their caregiver	Life Steps	Up to 8 one hour classes, meeting once or twice/week offering discussion about how to promote your child's growth and developmental skills. Meet other families & learn from each other as well as from Early Interventionists to support your child's development. Engage in fun activities with your child and peers.
Grow With Me	English	Children 3-5 years and their caregiver	Life Steps	Up to 8 one hour classes, meeting once or twice/week offering discussion about how to promote your child's growth and developmental skills. Meet other families & learn from each other as well as from Early Interventionists to support your child's development. Engage in fun activities with your child and peers.
Autism Support Group	English	Parents of children with Autism	Family Resource Center	Monthly group for parents who have a child with Autism.
Spanish Support Group	Spanish	Parents of Children with a Disability	Family Resource Center	TBD
Parent Support Group	English/ Spanish	Parents of Children with a Disability	StarVista	Bi-weekly group with speakers. The group is in English with live translation into Spanish.



Contact Help Me Grow San Mateo County at 650-762-6930 for more information on these groups and how to sign up



GRUPOS DE PADRES VIRTUALES Y GRUPOS DE PADRES-HIJOS EN EL CONDADO DE SAN MATEO

Para obtener información sobre fechas, horarios y cómo registrarse:
Envíe un mensaje de texto o llame a Help Me Grow al 650-762-6930
o envíe un correo electrónico a HMGsmc@abilitypath.org

NOMBRE	IDIOMA	PARTICIPANTES	PRESENTADO POR	DESCRIPCIÓN
Grupo de conversación de Papá	Inglés	Cuidadores masculinos con niños de 0 a 5 años	Hogares Saludables StarVista	Grupo de 8 semanas, una vez a la semana durante 90 minutos. Un espacio donde los padres o figuras paternas pueden conectarse virtualmente, compartir experiencias de crianza, desarrollar la autoconciencia y aprender nuevas estrategias que fortalecerán la relación con sus hijos pequeños. A los padres con niños de 0 a 5 años que viven en el condado de San Mateo se les anima a participar.
Grupo de conversación de Papá	Español	Cuidadores masculinos con niños de 0 a 5 años	Hogares Saludables StarVista	Grupo de 8 semanas, una vez a la semana durante 90 minutos. Un espacio donde los padres o figuras paternas pueden conectarse virtualmente, compartir experiencias de crianza, desarrollar la autoconciencia y aprender nuevas estrategias que fortalecerán la relación con sus hijos pequeños. A los padres con niños de 0 a 5 años que viven en el condado de San Mateo se les anima a participar.
Grupo de Bienestar de las Madres	Inglés	Mujeres cuidadoras con niños de 0 a 5 años	StarVista	Grupo de 6 semanas, una vez a la semana durante 1 hora. Este grupo es una serie de 6 semanas en la que discutimos opciones de autocuidado para madres / cuidadoras. También utilizamos elementos del Círculo de Seguridad que incluyen el apego del cuidador / niño, el valor de una caja fuerte para crear una relación segura y desarrollar capacidades de relación específicas.
Grupo Tu y Yo	Español	Niños 0 a 5 años y su cuidador	Help Me Grow/ StarVista	Grupo de 6 semanas, 1 hora por semana, al que asisten el padre y el niño juntos, lo que permite que el padre y el niño pasen tiempo juntos en actividades divertidas que apoyan el desarrollo de su hijo y también para aprender más sobre los hitos del desarrollo.

Grupo de actividades para padres e hijos	English/ Español	Niños 0 a 5 años y su cuidador	StarVista	Grupo de 6 semanas, una vez a la semana durante 1 hora. Este grupo ayuda a los padres a desarrollar una comprensión más profunda del comportamiento de sus hijos, apoyando a los niños para que logren hitos de desarrollo y creando oportunidades para que los cuidadores fortalezcan su relación con sus hijos.
Crece Conmigo	Inglés	Niños 0 a 18 meses y su cuidador	Life Steps	Hasta 8 clases de una hora, que se reúnen una o dos veces por semana para hablar sobre cómo promover el crecimiento y las habilidades de desarrollo de su hijo. Conozca a otras familias y aprenda unos de otros, así como de los intervencionistas tempranos para apoyar el desarrollo de su hijo. Participe en actividades divertidas con su hijo y sus compañeros.
Crece Conmigo	Inglés	Niños 18 meses a 3 años y su cuidador	Life Steps	Hasta 8 clases de una hora, que se reúnen una o dos veces por semana para hablar sobre cómo promover el crecimiento y las habilidades de desarrollo de su hijo. Conozca a otras familias y aprenda unos de otros, así como de los intervencionistas tempranos para apoyar el desarrollo de su hijo. Participe en actividades divertidas con su hijo y sus compañeros.
Crece Conmigo	Inglés	Niños 3-5 años y su cuidador	Life Steps	Hasta 8 clases de una hora, que se reúnen una o dos veces por semana para hablar sobre cómo promover el crecimiento y las habilidades de desarrollo de su hijo. Conozca a otras familias y aprenda unos de otros, así como de los intervencionistas tempranos para apoyar el desarrollo de su hijo. Participe en actividades divertidas con su hijo y sus compañeros.
Grupo de apoyo al Autismo	Inglés	Padres de niños con Autismo	Family Resource Center	Grupo mensual para padres que tienen un hijo con Autismo.
Grupo de apoyo en Español	Español	Padres de niños con Discapacidad	Family Resource Center	Por Determinar
Grupo de apoyo para Padres	Inglés/ Español	Padres de niños con Discapacidad	StarVista	Grupo quincenal con ponentes. El grupo está en Inglés con traducción en vivo al español.



**Comuníquese con Help Me Grow San Mateo County
al 650-762-6930 para obtener más información
sobre estos grupos y cómo inscribirse**