


ALL PROGRAMS FREE FOR FAMILIES



The FRC
is open
Mon–Fri,
9 a.m.–5 p.m.
Call for details!



CLINICAL
& SUPPORT
OPTIONS

| SUNDAY | MONDAY | TUESDAY | WEDNESDAY | THURSDAY | FRIDAY | SATURDAY |
|--|---|---|---|---|---|--|
|  FRC Drop-In Visitors Are Always Welcome! But pre-registration is required for many groups. Use the QR code to register. Or call (413) 528-0298 . | | | | | 4–5:30 Entre Nos | |
| 3 | 10:30–11:45 Nurturing Families in Recovery 12–1 Parents Helping Parents 4 | 4–5 Homework Help 5 | 10:30–11:45 Nurturing Families in Recovery 2–4 Active Parenting 4th Edition 4–5:30 Art Hour 6–7:30 Fathers Helping 6 | 4–5 Homework Help 6–7:30 Nurturing Fathers 7–8:30 Path to Citizenship 7 | 4–5:30 Entre Nos 8 | Family Fun Day! 10am–12pm 9 |
| 10 | 10:30–11:45 Nurturing Families in Recovery 12–1 Parents Helping Parents 11 | 12–1 Lunch & Learn: LGBTQ+: What Do All Those Letters Mean? 4–5 Homework Help 12 | 10:30–11:45 Nurturing Families in Recovery 12:30–4:30 Kids Club 4–5:30 Art Hour 6–7:30 Fathers Helping 13 | 4–5 Homework Help 6–7:30 Nurturing Fathers 14 | 4–5:30 Entre Nos 5–7 Positive Parenting Solutions — Lets Talk About Screen Time 15 | 16 |
| 17 | 10:30–11:45 Nurturing Families in Recovery 12–1 Parents Helping Parents 19 | 4–5 Homework Help 19 | 10:30–11:45 Nurturing Families in Recovery 4–5:30 Art Hour 6–7:30 Fathers Helping Fathers 20 | 4–5 Homework Help 6–7:30 Nurturing Fathers 21 | 4–5:30 Entre Nos 22 | Open for Office Hours 9am–12pm 23 |
| 24/31 | Closed for Holiday 25 | 10–11:30 Parenting Journey I 4–5 Homework Help 26 | 10:30–11:45 Nurturing Families in Recovery 4–5:30 Art Hour 6–7:30 Fathers Helping Fathers 27 | 4–5 Homework Help 6–7:30 Nurturing Fathers 28 | 4–5:30 Entre Nos 29 | 30 |

PROGRAM DESCRIPTIONS

CLASSES

Active Parenting 4th Edition: *Shasta & Lona*

Active Parenting will give you skills to achieve a fuller, more satisfying family life and help your children achieve greater happiness and success.

Nurturing Fathers Group: *Jason*

An evidence-based, 13-week training course designed to teach parenting and nurturing skills to men.

Nurturing in Recovery: *Chandra & Lona*

Parents explore effects of substance abuse on themselves and their families, and strengthen their recovery for 17 weeks.

Parenting Journey I: *Chandra*

This an evidence-based, online class that supports parents and caregivers in self-care, reflection, and building strong family relationships through guided discussions.

ARTS & CULTURE

Art Hour (All Ages): *Dahiana & Emily*

This class provides a place to engage in fun and creative art projects. Different art activities every week for kids. Adults work on longer projects.

Family Fun Day: *All Staff*

Grab the family and come get growing! We're spending the morning planting and caring for our garden beds together, a fun, hands-on activity for all ages. Enjoy a light breakfast while connecting with other families in the community. Fresh air, good company, and a little dirt never hurt!

Positive Parenting Solutions — Lets Talk About Screen Time: *Kim & Rania*

Struggling with device battles at home? Join us for an expert-led session on managing kids' screen time with confidence. Learn practical strategies for setting healthy limits, reducing conflict, and getting real cooperation without the power struggles. Walk away feeling equipped and empowered in your parenting.

Peace at Home — Parent Workshops: *Shasta*

Join us monthly for a Lunch & Learn or Dinner & Workshop — watch a brief Peace at Home video, share in a guided discussion, and connect with other families. Food provided. Virtual option available.

SUPPORTS

Entre Nos: *Dahiana & Emily*

This group provides a safe and encouraging space for participants to share their stories and connect with other Latina immigrant women in the community.

Fathers Helping Fathers Support Group: *Peer-Led*

A safe, welcoming virtual space for dads to connect, share, and support one another while focusing on parenting skills, emotional well-being, and building strong, healthy family relationships.

Parents Helping Parents: *Chandra*

An ongoing, weekly support group for parents. Attend every week or as needed. Offered in person and on Zoom.

EDUCATIONAL PROGRAMS

ELPAC: *Maria*

A group of parent/guardian volunteers who work with the school district to support and enhance their children's education with the specific needs of English language learners in the district's school.

Kids Club (Ages 6-12): *Dahiana & Emily*

Spend your half day with us at Kids Club! Enjoy a fun afternoon of crafts, games, and activities with friends. Lunch and snacks are provided!

FRC STAFF CONTACTS

Shasta Bona — Program Director

Shasta.Bona@csoinc.org Ext. 9504

Maria Mejia — Family Support Worker

Maria.Mejia@csoinc.org Ext. 9514

Lona Barney — Family Support Worker

Lona.Barney@csoinc.org Ext. 9519

Chandra Rodrigues — Family Partner

Chandra.Rodrigues@csoinc.org Ext. 9512

Patricia Boland — Educational Liaison

Patricia.Boland@csoinc.org Ext. 9513

Emily Delgado — Family/Youth Activity Coordinator

Emily.DelgadoGalarza@csoinc.org Ext. 9511

Dahiana Herrera Cortes — Childcare Worker

Dahiana.Herrera@csoinc.org

Jason Godfrey — Nurturing Fathers Program

Jason.Godfrey@csoinc.org Ext. 6601



Great Barrington FRC
141 West Ave., Great Barrington
413.528.0298


CSOINC.ORG

ALL PROGRAMS FREE FOR FAMILIES



The FRC
is open
Mon–Fri,
9 a.m.–5 p.m.
Call for details!



| SUNDAY | MONDAY | TUESDAY | WEDNESDAY | THURSDAY | FRIDAY | SATURDAY |
|--|---|--|--|---|--|---|
|  FRC Drop-In Visitors Are Always Welcome! But pre-registration is required for many groups. Use the QR code to register. Or call (413) 528-0298 . | | | | | 4–5:30 Entre Nos | |
| 3 | 10:30–11:45 Criando en la Recuperación 12–1 Padres Ayudando Padres | 4–5 Ayuda con Tarea | 10:30–11:45 Criando en la Recuperación 2–4 Crianza Activa 4ta Edición 4–5:30 Hora de Arte 6–7:30 Papás Ayudando | 4–5 Ayuda con Tarea 6–7:30 Padres Cariñosos 7–8:30 Camino Hacia la Ciudadanía | 4–5:30 Entre Nos | Día de Diversión Familiar! 10am–12pm |
| 10 | 10:30–11:45 Criando en la Recuperación 12–1 Padres Ayudando Padres | 12–1 Almuerzo y Aprendizaje: LGBTQ+: ¿Qué Significan Todas Esas Letras? 4–5 Ayuda con Tarea | 10:30–11:45 Criando en la Recuperación 12:30–4:30 Club de Niños 4–5:30 Hora de Arte 6–7:30 Papás Ayudando | 4–5 Ayuda con Tarea 6–7:30 Padres Cariñosos | 4–5:30 Entre Nos 5–7 Soluciones de Crianza Positiva — Hablemos del Tiempo de Pantalla | 16 |
| 17 | 10:30–11:45 Criando en la Recuperación 12–1 Padres Ayudando Padres | 4–5 Ayuda con Tarea | 10:30–11:45 Criando en la Recuperación 4–5:30 Hora de Arte 6–7:30 Papás Ayudando | 4–5 Ayuda con Tarea 6–7:30 Padres Cariñosos | 4–5:30 Entre Nos | Abierto en Horario de Oficina 9am–12pm |
| 24/31 | Cerrado por Feriado | 10–11:30 El Camino de la Crianza I 4–5 Ayuda con Tarea | 10:30–11:45 Criando en la Recuperación 4–5:30 Hora de Arte 6–7:30 Papás Ayudando | 4–5 Ayuda con Tarea 6–7:30 Padres Cariñosos | 4–5:30 Entre Nos | 30 |

PROGRAM DESCRIPTIONS

CLASES

Crianza Activa 4ta Edición: Shasta & Lona

La Crianza Activa te brindará habilidades para lograr una vida familiar más satisfactoria y ayudará a tus hijos a alcanzar una mayor felicidad y éxito.

Grupo de Padres Cariñosos: Jason

Un curso de entrenamiento de 13 semanas basado en evidencia diseñado para enseñar a los hombres habilidades de crianza.

Criando en la Recuperación: Chandra & Lona

Los padres exploran los efectos del abuso de sustancias en ellos mismos y sus familias, y fortalecen su recuperación durante 17 semanas.

El Camino de la Crianza I: Chandra

Es una clase en línea basada en evidencia que apoya a madres, padres y cuidadores en el autocuidado, la reflexión y el fortalecimiento de las relaciones familiares.

ARTE & CULTURA

Hora de Arte (Todas las Edades): Dahiana & Emily

Esta clase proporciona un lugar para participar en proyectos de arte divertidos y creativos. Diferentes actividades artísticas cada semana para niños. Los adultos trabajan en proyectos mensuales.

Día de Diversión Familiar: Todo el Personal

¡Trae a tu familia y ven a crecer con nosotros! Pasaremos la mañana plantando y cuidando nuestras camas de jardín juntos, una actividad divertida y práctica para todas las edades. Disfruta de un desayuno ligero mientras te conectas con otras familias de la comunidad. ¡El aire fresco, la buena compañía y un poco de tierra nunca le hacen daño a nadie!

Soluciones de Crianza Positiva — Hablemos del Tiempo de Pantalla: Kim & Rania

¿Cansado de las peleas por los electrónicos en casa? Únete a nosotros para una sesión dirigida por expertos sobre cómo manejar el tiempo de pantalla de los niños con confianza. Aprende estrategias prácticas para establecer límites saludables, reducir conflictos y lograr una cooperación real sin luchas de poder. ¡Sal de aquí sintiéndote preparado y empoderado en tu crianza!

Peace at Home — Talleres para Padres: Shasta

Únete a nosotros mensualmente para un Almuerzo y Aprendizaje o una Cena y Taller — mira un breve video de Peace at Home, participa en una discusión guiada y conéctate con otras familias. Comida incluida. Opción virtual disponible.

SOPORTES

Entre Nos: Dahiana & Emily

Este grupo proporciona un espacio seguro para que los participantes compartan sus historias y se conecten con otras mujeres inmigrantes Latinas en la comunidad.

Grupo de Apoyo Papás Ayudando Papás: Dirigido por Pares

Un espacio virtual seguro para que los papás se conecten, compartan y se apoyen entre sí mientras se enfocan en las habilidades de crianza, el bienestar emocional y la construcción de relaciones familiares sólidas y saludables.

Padres Ayudando a Padres: Chandra

Un grupo de apoyo semanal continuo para padres. Asistir cada semana o según sea necesario. Ofrecido en persona y por Zoom.

PROGRAMAS EDUCATIVAS

ELPAC: Maria

Un grupo de padres/tutores voluntarios que trabajan con el distrito escolar para apoyar y mejorar la educación de sus hijos con las necesidades específicas de estudiantes del idioma inglés en la escuela del distrito.

Club de Niños (Edades 6-12): Dahiana & Emily

¡Pasa tu medio día con nosotros en el Club de Niños! Disfruta de una tarde divertida llena de manualidades, juegos y actividades con amigos. ¡Incluye almuerzo y meriendas!

DIRECTORIO DEL PERSONAL DEL FRC

Shasta Bona — Directora de Programa

Shasta.Bona@csoinc.org Ext. 9504

Maria Mejia — Trabajadora de Apoyo Familiar

Maria.Mejia@csoinc.org Ext. 9514

Lona Barney — Trabajadora de Apoyo Familiar

Lona.Barney@csoinc.org Ext. 9519

Chandra Rodrigues — Colaboradora Familiar

Chandra.Rodrigues@csoinc.org Ext. 9512

Patricia Boland — Enlace Educativa

Patricia.Boland@csoinc.org Ext. 9513

Emily Delgado — Coordinadora de Actividades

Emily.DelgadoGalarza@csoinc.org Ext. 9511

Dahiana Herrera Cortes — Cuidadora Infantil

Dahiana.Herrera@csoinc.org

Jason Godfrey — Nurturing Fathers Program

Jason.Godfrey@csoinc.org Ext. 6601



Great Barrington FRC
141 West Ave., Great Barrington
413.528.0298

CSOINC.ORG