



# Bright Start November Parent Groups

*En cada grupo hay interpretación disponible en español.*

## **OT Bites: Picky Eating vs. Toddler Selectivity**

**Friday, November 1 1:00-1:15 p.m.**

How many of your toddlers went from eating everything to now eating only a few foods? Many toddlers go through a selective eating phase. There may be several reasons behind this. Picky eating, on the other hand, is when a child is much more severe in their selection of foods. Sometimes toddler selectivity can become picky eating if left unchecked, but often picky eating has an underlying reason behind it. Join us as we discuss some strategies you can implement at home that can help break these cycles.

## **OT Bites: Comida quisquillosa versus selectividad en los niños pequeños**

**Viernes, 1 de noviembre 1:00-1:15 p.m.**

¿Cuántos de sus niños pequeños pasaron de comer de todo a comer solo unos pocos alimentos? Muchos niños pequeños pasan por una etapa de alimentación selectiva. Puede haber varias razones detrás de esto. En cambio, cuando un niño es quisquilloso, su selección de alimentos es mucho más severa. A veces, la selectividad de los niños pequeños puede convertirse en comportamiento quisquilloso si no se controla, pero a menudo el comportamiento selectivo al comer tiene una razón más profunda. Acompáñanos a nosotros mientras analizamos algunas estrategias que puede implementar en casa que pueden ayudar a romper estos ciclos.

Meeting ID: 889 9708 6996

Passcode: 4VWCZT



## **Conversation with a Valley Children's Pediatrician**

**Thursday, November 7 10:00-11:00 a.m.**

Dr. Hailey D. Nelson specializes in caring for children with complex medical conditions, is a licensed breastfeeding consultant, and hosts biweekly virtual Lunch and Learn sessions for parents covering a variety of topics. Join us for this informational and question-and-answer session on various topics.

## **Conversación con una pediatra de Valley Children's**

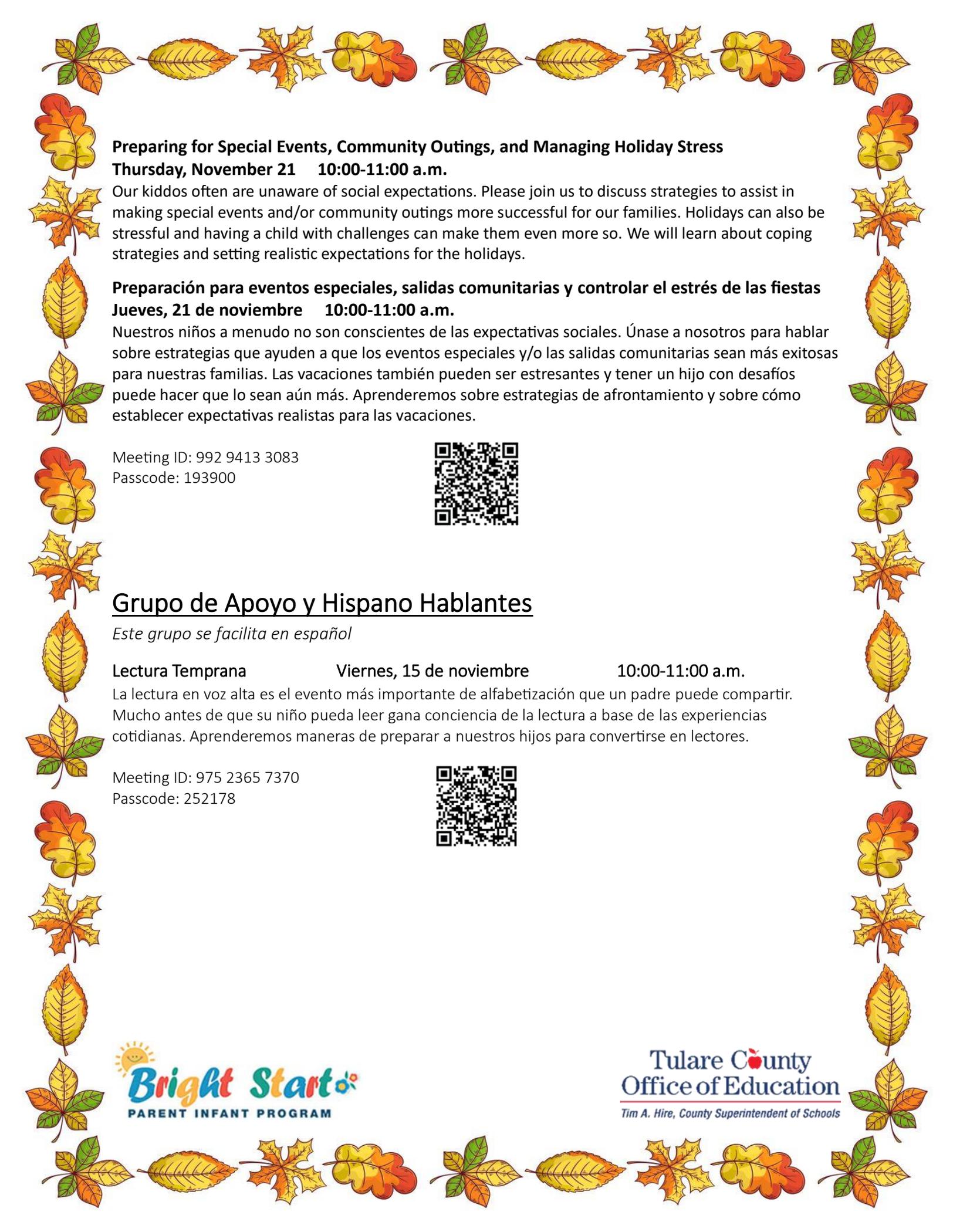
**Jueves, 7 de noviembre 10:00-11:00 a.m.**

La Dra. Hailey D. Nelson se especializa en el cuidado de niños con afecciones médicas complejas, es asesora licenciada en lactancia materna y organiza cada dos semanas sesiones virtuales de almuerzo y aprendizaje para padres que cubren una variedad de temas. Acompáñenos a nosotros para esta sesión informativa y de preguntas y respuestas sobre diversos temas.

Meeting ID: 987 3449 1027

Passcode: 332192





## Preparing for Special Events, Community Outings, and Managing Holiday Stress

**Thursday, November 21 10:00-11:00 a.m.**

Our kiddos often are unaware of social expectations. Please join us to discuss strategies to assist in making special events and/or community outings more successful for our families. Holidays can also be stressful and having a child with challenges can make them even more so. We will learn about coping strategies and setting realistic expectations for the holidays.

## Preparación para eventos especiales, salidas comunitarias y controlar el estrés de las fiestas

**Jueves, 21 de noviembre 10:00-11:00 a.m.**

Nuestros niños a menudo no son conscientes de las expectativas sociales. Únase a nosotros para hablar sobre estrategias que ayuden a que los eventos especiales y/o las salidas comunitarias sean más exitosas para nuestras familias. Las vacaciones también pueden ser estresantes y tener un hijo con desafíos puede hacer que lo sean aún más. Aprenderemos sobre estrategias de afrontamiento y sobre cómo establecer expectativas realistas para las vacaciones.

Meeting ID: 992 9413 3083

Passcode: 193900



## Grupo de Apoyo y Hispano Hablantes

*Este grupo se facilita en español*

**Lectura Temprana**

**Viernes, 15 de noviembre**

**10:00-11:00 a.m.**

La lectura en voz alta es el evento más importante de alfabetización que un padre puede compartir. Mucho antes de que su niño pueda leer gana conciencia de la lectura a base de las experiencias cotidianas. Aprenderemos maneras de preparar a nuestros hijos para convertirse en lectores.

Meeting ID: 975 2365 7370

Passcode: 252178

