

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado
<p>1</p> <p>Cerrado</p> <p>KEY: Clases para padres en azul Clases para niños en verde Clases sin registro o eventos en morado</p>	<p>2</p> <p>Happy NEW YEAR</p>	<p>3</p> <p>11-12:00 (por invitación) Ayúdame a crecer</p>	<p>4</p> <p>5-6:00pm Virtual (Adultos) Taller: Presupuesto para tus metas del 2024</p>	<p>5</p>	<p>6</p> <p>Inscríbete para las clases</p> 
<p>8</p> <p>Comienza la sesión</p> <p>9-10:00 (Adultos) Actividad física y nutrición 10:30-11:30 (6m-1y) Señales con mi bebé 5-6:00 (2-3y) Sano como una Manzana</p>	<p>9</p> <p>9-10:00 Sin registro (3-5y) Fuerza de la niña Afro 9:30-10:30 Virtual (Adultos) Café con la CRS 10:30-11:30 (3-5y) Creadores de Museos 12-1:00 (3-5y) Zumbini 1-2:00 (1-2y) Zumbini de bebe 3-4:00 (4-5y) Historia de CA</p>	<p>10</p> <p>9-10:00 Sin registro(4-5y) Ositos Yogui 11-12:00 (por invitación) Ayúdame a crecer 1:15-2:15 (1-2y) Lenguaje infantil 3-4:00 (2-3y) Sano como una Manzana</p>	<p>11</p> <p>9-10:00 Sin registro (0-7m) Tiempo de pancita 10:30-11:30 (4-5Y) Historia de CA 1:15-2:15 (3-5y) ¡Me Quiero! 3-4:00 (4-5y) Fiesta del Jardín 5-6:00 (2-8mo) Masaje Infantil</p>	<p>12</p> <p>9-10:00 Sin registro (todas las edades) Vida Ártica 10:30-11:30 (2-3y) Sano como una Manzana 1:30-3:30 (todas las edades) Evento: Celebración de Martin Luther King</p>	<p>13</p>
<p>15</p> <p>Cerrado</p> 	<p>16</p> <p>9-10:00 Sin registro(3-5y) Radicalmente Retro 10:30-11:30 (3-5y) Creadores de Museos 12-1:00 (3-5y) Zumbini 1-2:00 (1-2y) Zumbini de bebe 3-4:00 (4-5y) Historia de CA</p>	<p>17</p> <p>9-10:00 Sin registro(4-5y) Ositos Yogui 11-12:00 (por invitación) Ayúdame a crecer 1:15-2:15 (1-2y) Lenguaje infantil 3-4:00 (2-3y) Sano como una Manzana</p>	<p>18</p> <p>9-10:00 Sin registro (0-7m) Tiempo de pancita 10:30-11:30 (4-5Y) Historia de CA 1:15-2:15 (3-5y) ¡Me Quiero! 3-4:00 (4-5y) Fiesta del Jardín 5-6:00 (2-8mo) Masaje Infantil</p>	<p>19</p> <p>9-10:00 Sin registro (todas las edades) Vida Ártica 10:30-11:30 (2-3y) Sano como una Manzana</p>	<p>20</p> <p>9:30-10:30 Sin registro (todas las edades) Radicalmente Retro-los ochenta</p>
<p>22</p> <p>9-10:00 (Adultos) Actividad física y nutrición 10:30-11:30 (6m-1y) Señales con mi bebé 5-6:00 (2-3y) Sano como una Manzana</p>	<p>23</p> <p>9-10:00 Sin registro(3-5y) Exploradores Espaciales 10:30-11:30 (3-5y) Creadores de Museos 12-1:00 (3-5y) Zumbini 1-2:00 (1-2y) Zumbini de bebe 3-4:00 (4-5y) Historia de CA</p>	<p>24</p> <p>9-10:00 Sin registro(4-5y) Ositos Yogui 11-12:00 (por invitación) Ayúdame a crecer 1:15-2:15 (1-2y) Lenguaje infantil 3-4:00 (2-3y) Sano como una Manzana</p>	<p>25</p> <p>9-10:00 Sin registro (0-7m) Tiempo de pancita 11-12:00 Sin registro (todas las edades) Cuento Tiempo con la biblioteca 1:15-2:15 (3-5y) ¡Me Quiero! 3-4:00 (4-5y) Fiesta del Jardín 5-6:00 (2-8mo) Masaje Infantil</p>	<p>26</p> <p>9-10:00 Sin registro (todas las edades) Vida Ártica 10:30-11:30 (2-3y) Sano como una Manzana</p>	<p>27</p> <p>9:30-10:30 Sin registro (todas las edades) Arte</p>
<p>29</p> <p>9-10:00 (Adultos) Actividad física y nutrición 10:30-11:30 (6m-1y) Señales con mi bebé 5-6:00 (2-3y) Sano como una Manzana</p>	<p>30</p> <p>9-10:00 Sin registro(3-5y) Fuerza de la niña Afro 9:30-10:30 Virtual (Adultos) Café con la CRS 10:30-11:30 (3-5y) Creadores de Museos 12-1:00 (3-5y) Zumbini 1-2:00 (1-2y) Zumbini de bebe 3-4:00 (4-5y) Historia de CA</p>	<p>31</p> <p>9-10:00 Sin registro(4-5y) Ositos Yogui 11-12:00 (por invitación) Ayúdame a crecer 1:15-2:15 (1-2y) Lenguaje infantil 3-4:00 (2-3y) Sano como una Manzana</p>	<p>Horario de Operación Lunes -Jueves 9:00am-5:00pm Viernes 9:00am-5:00pm Sábado Solamente cuando hay clase</p>	<p>Tiempo libre de juego Lunes-Jueves 9:00am-4:00pm Viernes 9:00am-1:00pm</p>	<p>Regístrate para el centro</p> 



In partnership with:



Antioch First 5 Center In Person and Virtual Programming Class and Event Descriptions January/February 2024

Clases para Niños

Señales con mi Bebe- Jueves ***(En persona) 6 meses - 1 año***

Un grupo de juego interactivo que ayudará a padres e hijos a aprender signos útiles, canciones y juegos. A través de canciones, bailes y actividades que ponen de relieve importantes habilidades de desarrollo, padres e hijos comenzarán a hacer señas de inmediato.

Sano como una Manzana - Lunes, Miércoles, Viernes ***(En persona) 2-3 años***

Esta clase ayuda a los niños a crecer sus habilidades motoras por juegos interactivos, música, y baile.

Creadors de Museos - Martes ***(En persona) 3-5 años***

Una exploración interactiva de cinco medios de arte diferentes para construir información, habilidades motoras, y literatura.

Zumbini- Martes ***(En persona) 3-5 años***

Esta clase incluye baile, señas, y tocar diferentes instrumentos para la exposición a la música y todos sus beneficios. Esta clase introduce los movimientos básicos como moverse de lado a lado, aplaudir, rebotar, saltar, tocar con los dedos de los pies, etc .

Zumbini de Bebe- Martes ***(En persona) 1-2 años***

Esta clase incluye baile, señas, y tocar diferentes instrumentos para la exposición a la música y todos sus beneficios. Esta clase introduce los movimientos básicos como moverse de lado a lado, aplaudir, rebotar, saltar, tocar con los dedos de los pies, etc .

Preparación para Kinder: Historia de California **Martes, Jueves** ***(En persona) 4-5 años***

Práctica habilidades de kinder mientras aprendemos acerca de la historia de California! Esta clase ayuda para desarrollar competencia en escuchar, participación, y hablar con sus compañeros.

Clases para Niños

Ayúdame a Crecer- Miércoles

(En persona) Por invitación

Este grupo de juego de desarrollo está diseñado para ayudar a los niños que han sido identificados como necesitados de apoyo adicional a través de su ASQ (Ages & Stages Questionnaire). Las personas serán contactadas por el Centro y se les ofrecerá la oportunidad de participar en este grupo de juego. Si tiene más preguntas, póngase en contacto con un especialista en recursos comunitario

Lenguaje Infantil - Miércoles

(En persona) 12 meses - 2.5 años

Esta clase desarrolla habilidades para hablar. Hay música y juegos para enseñar literatura. Una recomendación de libros y consejos para ofrecer en el fin de clase.

Me Querio!

(En Persona) 3-5 años

Familias con niños descendientes africanos, acompañamos a una clase enfocada en experiencias de descendientes africanos para desarrollar una buena imagen de sí mismos usando libros, música, y juegos!

Preparación para Kinder: Fiesta del Jardín - Jueves

(En Persona) 4-5 años

Práctica habilidades de kinder mientras aprendemos acerca de la naturaleza! Esta clase ayuda a desarrollar competencia en escuchar, participación, y hablar con sus compañeros.

Masaje Infantil - Jueves

(Virtual) 2-8 meses

El masaje infantil ofrece una manera de mejorar la conexión entre los bebés y sus padres. Los padres aprenderán sobre diferentes movimientos de caricias que estimulan el crecimiento y desarrollo del bebé, ayudan a aliviar malestares comunes y promueven un sueño reparador.

Clases Sin Inscribir

Sin Inscribir Fuerza de la Niña Afro - Martes 1/9 & 1/30 ***(En Persona) 3-5 años***

Esta es una oportunidad para venir al centro, conocer a otras familias y explorar a través de juego abierto y diversión centrada en la cultura afrodescendiente con su hija.

Sin Inscribir Exploradores Espaciales - Martes 1/23,2/6 ***(En Persona) Todas las edades***

Esta es una oportunidad para venir al centro, conocer a otras familias, y explorar el juego abierto con su hijos para divertirse con actividades sobre el sistema solar.

Sin Inscribir Radicalmente Retro - Martes 1/16,1/20,2/13 ***(En Persona) Todas las edades***

Esta es una oportunidad para venir al centro, conocer a otras familias y explorar el tiempo libre para jugar con su hijo estilo retro.

Sin Inscribir Ositos Yogui - Miércoles ***(En Persona) 4-5 años***

Tu pequeño yogui podrá practicar habilidades motoras y habilidades motoras finas, habilidades sociales y aprender herramientas para calmarse. Esta clase incluye movimiento y yoga, incorporando respiración, postura, juegos, historias, música y relajación.

Sin Inscribir Tiempo Boca Abajo - Jueves ***(En Persona) Recién Nacido-7 meses***

Esta clase te brindara la oportunidad de pasar tiempo con tu bebe haciendo boca abajo. El tiempo boca abajo ayuda a fortalecer los músculos del cuello, espalda, brazos, hombros y piernas. Tendrás la oportunidad de conocer otras familias mientras participas en diversas actividades.

Sin Inscribir STEM con la Biblioteca de Contra Costa ***Jueves 1/25 (En persona) Todas las edades***

Ven a explorar el mundo de STEM (ciencia, tecnología, ingeniería y matemáticas) con las Bibliotecas de Contra Costa a través de divertidas actividades educativas.

Sin Inscribir Tiempo de Cuentos con la Biblioteca de **Contra Costa - Jueves 2/22**

(En Persona) Todas las edades

Consta de una hora de lectura en la que dejarás volar tu imaginación, por medio de discusiones de grupo, participación en clases a través de la actuación, y lecturas.

Sin Inscribir Vida Artica - Viernes ***(En persona) All ages***

Esta clase se centrará en los animales y la vida en el Ártico. explicaremos que comen árticos y su entorno, al mismo tiempo que desarrollamos habilidades motora finas, empatía hacia los demás y coordinación mano-ojo, Los niños también practicarán contar y emparejar. Por favor, trae una cobija pequeña;pasaremos tiempo en el suelo.

Juego libre- Ver Calendario

(En persona) Todas las edades

Esta es una oportunidad para venir al centro, conocer a otras familias, y explorar el juego abierto con su hijo. No se requiere preinscripción.

Clases para Adultos

Ejercicio y Nutrición- Lunes ***(En persona) Adultos***

En esta clase hablaremos de la importancia de una buena salud. Los adultos serán introducidos a diferentes formas de actividades de ejercicio y aprender acerca de los alimentos nutricionales destacados.

Triple P (English) - Monday's ***(Virtual) Adults***

Programa de crianza positiva. En este taller, aprenderá cómo disciplinar a su hijo, la parte difícil de la crianza de los hijos, establecer un ambiente de aprendizaje positivo utilizando una disciplina asertiva.

Coffee with the CRS - Tuesdays 1/9, 1/30 ***(Virtual) Adults***

Únete a nosotros para aprender acerca de servicios disponibles en la comunidad y para aprender sobre temas de seguridad en el hogar. Este taller es bilingüe y virtual con las dos especialistas en recursos en la comunidad Rhea y Rocio.

Taller Presupuesto para sus Metas 2024 - Jueves 1/4 ***(Virtual) Adultos***

Aprende cómo hacer que su dinero trabaje para ti para cumplir las metas que te propongas para este nuevo año.

Dinero y Relaciones: Taller para Ideas como pasar **Tiempo con su Pareja - Jueves 2/8 *(Virtual) Adultos***

En este taller obtendremos ideas para conectarnos con sus seres queridos sin gastar mucho dinero. Utilizar los recursos que tienes disponibles para hacer que el tiempo juntos cuente.

Taller de MediCal- Viernes 2/2 ***(En persona) Adultos***

Ven y conoce a **Carmen Cabrera-Scheinart**, una educadora de salud comunitaria de la Clínica para hablar sobre cobertura médica. Carmen hablará sobre Medi-Cal completa y restringida. Si tienes alguna pregunta sobre tu cobertura médica, Carmen está aquí para ti. Este es un taller bilingüe.