

| Lunes | Martes | Miercoles | Jueves | Viernes | Sabado | |
|--|---|--|--|--|--|--|
| 1 Pequeños Musicales 10-11* Experimentos Divertidos 1-2* Zona Infantil 9:15-10:15 La Crianza Importa (Esp.) 10-11:30 Ayudame a Crecer 11-12 Yo Soy Un Lider 1-2 Cuentitos 1:30-2:30 | 2 Hora de Cuentos 10:30-11:30 (abierto)* Evento Dental (solo con cita) 9-12 Baile & Zoophonics 9:30-10:30 Aventuras con Cuentos 10-11 Baile Mundial 11-12 Mi Nuevo Mundo 1-2 Mapa al Kinder 1-2:15 Crianza con Cariño (Ing.) 5:30-7:30 | 3 ¡A Gozar! 10-11* Juegos con Bebé 9:30-10:30 La Crianza Importa (Esp.) 9:30-11:30 Pequeños Musicales 11-12 ¡Yo Puedo! 1-2 Yoga Prenatal 1-2 | 4 The Village (Ing.) 10-11:30* Construyendo por Todas Partes 1:30-2:30* Pequeños Einsteins 9:15-10:15 Descubrimiento Infantil 10-11 (abierto) El Uso Seguro de la Tecnología 10-11:30 Vamos a Jugar 11-12 Señas & Saltos 1-2 La Mente Importa (Ing.) 1:30-3 Triple P (Ing.) 5:30-8 | 5 Descubrimiento Infantil 10:30-11:30* En Forma & Feliz 9:15-10:15 Abejitas Lectoras 10-11 (abierto) Chiquilines 11-12 (abierto) | 6 El Ciclo de los Cuentos 10-11:30* La Naturaleza me Rodea 10:30-11:30 | |
| 8 Pequeños Musicales 10-11* Experimentos Divertidos 1-2* Zona Infantil 9:15-10:15 La Crianza Importa (Esp.) 10-11:30 Ayudame a Crecer 11-12 Yo Soy Un Lider 1-2 Cuentitos 1:30-2:30 | 9 Hora de Cuentos 10:30-11:30 (abierto)* Baile & Zoophonics 9:30-10:30 (final) Aventuras con Cuentos 10-11 Baile Mundial 11-12 (final) Mi Nuevo Mundo 1-2 Mapa al Kinder 1-2:15 Crianza con Cariño (Ing.) 5:30-7:30 | 10 ¡A Gozar! 10-11* Juegos con Bebé 9:30-10:30 Vivir Saludable con Nutrición Basada en Plantas 10-11:30 NO La Crianza Importa (Esp.) Pequeños Musicales 11-12 ¡Yo Puedo! 1-2 Yoga Prenatal 1-2 (final) | 11 The Village (Ing.) 10-11:30* Construyendo por Todas Partes 1:30-2:30* Pequeños Einsteins 9:15-10:15 Descubrimiento Infantil 10-11 (abierto) Vamos a Jugar 11-12 Señas & Saltos 1-2 La Mente Importa (Ing.) 1:30-3 Triple P (Ing.) Llamadas | 12 Descubrimiento Infantil 10:30-11:30* En Forma & Feliz 9:15-10:15 Abejitas Lectoras 10-11 (abierto) Chiquilines 11-12 (abierto) | 13 El Ciclo de los Cuentos 10-11:30* La Naturaleza me Rodea 10:30-11:30 | |
| 15 Pequeños Musicales 10-11* Experimentos Divertidos 1-2 (final)* Zona Infantil 9:15-10:15 La Crianza Importa (Esp.) 10-11:30 Ayudame a Crecer 11-12 Yo Soy Un Lider 1-2 (final) Cuentitos 1:30-2:30 (final) | 16 Hora de Cuentos 10:30-11:30 (abierto)* Aventuras con Cuentos 10-11 Mi Nuevo Mundo 1-2 Mapa al Kinder 1-2:15 Crianza con Cariño (Ing.) 5:30-7:30 | 17 ¡A Gozar! 10-11* Juegos con Bebé 9:30-10:30 La Crianza Importa (Esp.) 9:30-11:30 Pequeños Musicales 11-12 ¡Yo Puedo! 1-2 (final) | 18 The Village (Ing.) 10-11:30 (final)* Construyendo por Todas Partes 1:30-2:30* Pequeños Einsteins 9:15-10:15 Descubrimiento Infantil 10-11 (abierto) (final) Vamos a Jugar 11-12 (final) Señas & Saltos 1-2 (final) La Mente Importa (Ing.) 1:30-3 Triple P (Ing.) 5:30-8 (final) | 19 Descubrimiento Infantil 10:30-11:30* En Forma & Feliz 9:15-10:15 Abejitas Lectoras 10-11 (abierto) Chiquilines 11-12 (abierto) | 20 El Ciclo de los Cuentos 10-11:30* La Naturaleza me Rodea 10:30-11:30 | |
| 22 Pequeños Musicales 10-11 (final)* Zona Infantil 9:15-10:15 (final) La Crianza Importa (Esp.) 10-11:30 (final) Ayudame a Crecer 11-12 Carros y Casas Económicos 1-2 | 23 Hora de Cuentos 10:30-11:30 (abierto) (final)* Aventuras con Cuentos 10-11 (final) Mi Nuevo Mundo 1-2 (final) Mapa al Kinder 1-2:15 (final) Crianza con Cariño (Ing.) 5:30-7:30 | 24 ¡A Gozar! 10-11 (final)* Juegos con Bebé 9:30-10:30 (final) La Crianza Importa (Esp.) 9:30-11:30 (final) Pequeños Musicales 11-12 (final) | 25 Construyendo por Todas Partes 1:30-2:30 (final)* Pequeños Einsteins 9:15-10:15 (final) La Mente Importa (Ing.) 1:30-3 (final) | 26 Descubrimiento Infantil 10:30-11:30 (final)* En Forma & Feliz 9:15-10:15 (final) Abejitas Lectoras 10-11 (abierto) (final) Chiquilines 11-12 (abierto) (final) | 27 El Ciclo de los Cuentos 10-11:30 (final)* La Naturaleza me Rodea 10:30-11:30 (final) | |
| 29 Ayudame a Crecer 11-12 | 30 Crianza con Cariño (Ing.) 5:30-7:30 | Mayo 1 Centro Abierto de 11am-6:30pm Evento Comunitario 5-6:30pm | | | CENTRO ANEXO * El Centro de Los Primeros 5 del Oeste en Richmond 317 11th St. Richmond, CA 94801 | |

EL CENTRO DE LOS PRIMEROS 5 DEL OESTE | (510) 232-5650 | 2707 Dover Ave | San Pablo, CA, 94806

Familias son bienvenidas a usar el salón de juegos o patio en cualquier momento, si no están ocupados con cuidado infantil para una clase.

¡Llámenos o pasen para averiguar!

Las clases son para niños edades 0-5 y sus padres/cuidadores para participar juntos. Llámenos al (510) 232-5650 para más información.



Classes Beginning 3/4/19

Abejitas Lectoras (Abierta) (12,390)

Edades: 2 años-3 años
 Abejitas Lectoras (Abierta) esta basada en la lectura; cada semana habrá un libro diferente, con arte, ciencia, cocina, y actividades creativas de movimiento para extender el aprendizaje! RSVP no es requerido. Venga 30 minutos temprano para asegurar su espacio; se acepta los primeros 15 niños.

Instructor:
 3/15/19-4/26/19 viernes 10:00-11:00 AM

Aventuras con Cuentos (12,376)

Edades: 2 años-3 años
 Aventuras con Cuentos se enfoca en un libro y explora una variedad de actividades que se relacionan con el libro. Actividades incluyen arte, ciencia, matemática y movimiento creativo. La clase da muchas ideas creativas y sencillas que los padres/cuidadores pueden hacer en casa.

Instructor:
 3/19/19-4/23/19 martes 10:00-11:00 AM

Baile Mundial (12,372)

Edades: 0 meses-3 años
 Esta clase de baile multicultural está llena de diversión y disfraces para los participantes. Incluye balance, seguir al líder, palmas, parejas, aprender el lado derecho e izquierdo del cuerpo y diversión!

Instructor:
 3/12/19-4/9/19 martes 11:00-12:00 PM

Baile & Zoo Phonics (12,371)

Edades: 3 años-5 años
 Baile & Zoo Phonics enseña el alfabeto con animales y movimientos para aprender letras con sonidos. Niños practican como deletrear sus nombres con movimientos y bailan con musica salsa, hip hop, hawaiana, y africana. Pueden tomar la clase dos sesiones seguidas, como se repasan las letras minúsculas y mayúsculas en sesiones separadas.

Instructor:
 3/12/19-4/9/19 martes 9:30-10:30 AM

Chiquilines (12,391)

Edades: 12 meses-2 años
 Participe en arte, música, narración de cuentos y juegos que le ayuda a su hijo con sus habilidades sociales y motores. ! Acepta los primeros 12 niños cada sesion. Facilitado por el personal WCF5C.

Instructor:
 3/15/19-4/26/19 viernes 11:00-12:00 PM

Crianza con Cariño (Inglés) (12,252)

Edades: -sólo para adultos
 Esta clase es en inglés. Se centra en el entendimiento de los sentimientos, manejo del estrés, disciplina positiva, comunicación y desarrollo del niño. Los niños participan en clases específicas a su edad, examinando los sentimientos, hablando positivo de sí mismos, y la comunicación. Para padres de niños de 0-5 años. Habrá cena y cuidado infantil.

Instructor:
 3/5/19-6/25/19 martes 5:30-7:30 PM

Cuentitos (12,369)

Edades: 2 años-3 años
 Los niños exploraran los animales y la naturaleza a través del arte, movimiento creativo y cuentos.

Instructor:
 3/11/19-4/15/19 lunes 1:30-2:30 PM

Datos Escolares (12,448)

Edades: -sólo para adultos
 Revise el informe anual de resultados estudiantiles de la escuela pública, un librito que cubre la importancia de la abogacía en las escuelas, los datos del desempeño estudiantil, cómo se relacionan los datos con sus metas para su hijo, y otros temas relacionados con la educación información para los padres.

Instructor:
 3/8/19-3/8/19 viernes 10:00-12:00 PM

Descubrimiento Infantil (Abierta) (12,382)

Edades: 0 meses-12 meses
 Esta clase abierta para infantes incluye una variedad de actividades divertidas que fortalecen el vínculo entre padre e hijo, así como también apoya el desarrollo físico, cognitivo y socio-emocional del bebé. ¡¡Muchas canciones, juegos y diversión!!

Instructor:
 3/14/19-4/18/19 jueves 10:00-11:00 AM

El Uso Seguro de la Tecnologia (12,447)

Edades: -sólo para adultos
 Este taller está liderado por un participante del centro y compartirá consejos para que los padres implementen límites seguros para el uso de la tecnología con sus hijos.

Instructor:
 4/4/19-4/4/19 jueves 10:00-11:30 AM

En Forma Y Feliz (12,389)

Edades: 2 años-3 años
 Esta clase combina información sobre los efectos de humo de segunda mano en niños pequeños, y actividades divertidas que enseñan a los niños sobre la polución del humo de tabaco, los pulmones, el ejercicio, y sobre el cuidado a sí mismo. Actividades incluyen arte, ciencia, cocina, y el desarrollo de hábitos saludables.

Instructor:
 3/15/19-4/26/19 viernes 9:15-10:15 AM

Grupos de Desarrollo Infantil (12,216)

Edades: 20 meses-3 1/2 años
 Estos grupos ayudarán a los niños a mejorar su desarrollo, proveera oportunidad de jugar con otros niños y dara consejos a los padres sobre como manejar los retos de desarrollo únicos a su niño. Los niños serán referidos a grupos de juego basado en los resultados de la evaluación que Los Primeros 5 ofrecen. Por favor contacte a Los Primeros 5 si le gustaría que su niño reciba una evaluación.

Instructor:
 3/4/19-4/8/19 lunes 11:00-12:00 PM

Classes Beginning 3/4/19

Juegos Con Bebé (12,379)

Edades: 0 meses-12 meses
 Venga y comparta actividades divertidas que usted puede hacer con su bebe a través de canciones y juegos que favorecen apego, habilidades sociales y motores. Incluye actividades que desarrollan los cinco sentidos del infante.
 Instructor:
 3/20/19-4/24/19 miércoles 9:30-10:30 AM

La Crianza Importa (español) (12,370)

Edades: 0 meses-3 años
 Los padres aprenderán estrategias para apoyar el desarrollo de sus hijos en las siguientes áreas: comunicación, el aprendizaje mediante la exploración, las competencias lingüísticas, las emociones.
 Instructor:
 3/18/19-4/22/19 lunes 10:00-11:30 AM

La Depresion (12,422)

Edades: -sólo para adultos
 Taller ofrecido por una Madre lider del centro que hablara de la depression y su roll maternal. Este taller ofrece tips de crecimiento en sus habilidades maternas.
 Instructor:
 3/6/19-3/6/19 miércoles 10:00-11:30 AM

La Importancia de La Cocina (12,378)

Edades: -sólo para adultos
 Aprenda las bases de la cocina saludable para su familia. Los temas incluyen escoger frutas y verduras, alternativas saludables y deliciosas a la comida rápida tradicional, estrategias para tener unas compras productivas en el supermercado con su niño ¡y más! Incluye actividades de cocina en grupo.
 Instructor:
 3/13/19-4/24/19 miércoles 9:30-11:30 AM

La Mente Importa-Ingles (12,387)

Edades: -sólo para adultos
 La Mente Importa-Ingles Lecciones prácticas que permiten explorar los efectos de la adversidad y el estrés tóxico, junto con el proceso de sanación. Cada semana la clase incluye actividades que construyen resiliencia y aumentan la esperanza. Los temas incluyen la gestión del estrés, el aumento de la atención, la empatía y el desarrollo de un sistema de apoyo.
 Instructor:
 3/21/19-5/2/19 jueves 1:30-3:00 PM

La Naturaleza me Rodea (12,412)

Edades: 2 años-3 años
 ¡Ven a explorar la naturaleza a través del arte, la jardinería, la música y mucho más!
 Instructor:
 3/16/19-4/20/19 sábado 10:30-11:30 AM

Mapa al Kinder (12,377)

Edades: 4 años-4 años
 Se tratarán temas que incluyen: requisitos para ingresar al kinder, habilidades sociales, practicar la responsabilidad, hábitos saludables, seguridad, sentimientos, hacer equipo con el maestro de su niño, practicar rutinas de separación, normas, etc. Esta clase es para niños que estan entrando al kinder el año que viene.
 Instructor:
 3/19/19-4/23/19 martes 1:00-2:30 PM

Mi Nuevo Mundo (12,374)

Edades: 0 meses-12 meses
 ¡Bienvenido bebé a este nuevo mundo y emocionante! Únase a otros padres de bebés en conversaciones acerca de cómo apoyar la identidad y el desarrollo del bebé mientras proporciona un ambiente divertido para jugar, experimentar y explorar con el bebé.
 Instructor:
 3/12/19-4/23/19 martes 1:00-2:00 PM

Pequeños Einsteins (12,386)

Edades: 12 meses-2 años
 Los niños pequeños son extremadamente curiosos sobre el mundo que los rodea. Les fascinan los objetos, vistas y sonidos. Los pequeños tendrán la oportunidad de descubrir a través de actividades como disfrazarse, mirarse en el espejo, pintura, nombres y sonidos de animales, música & movimiento, juegos con agua, texturas, colores y esencias de la naturaleza.
 Instructor: Mabel Ortiz
 3/21/19-4/25/19 jueves 9:15-10:15 AM

Pequeños Musicales (12,417)

Edades: 12 meses-23 meses
 Sumérgete en un mundo musical con tu hijo de un año. ¡Esta clase promete juegos alegres con canciones, instrumentos y movimiento!
 Instructor:
 3/20/19-4/17/19 miércoles 11:00-12:00 PM

Sembrando con Papi (12,446)

Edades: 0 meses-3 años
 El cerebro joven se desarrolla como las raíces de una planta. Esta actividad de una sola vez cubrirá el desarrollo básico del cerebro en niños y cómo nutrirlo, mientras que los más pequeños y su "Superhombre" también acogen con satisfacción la primavera con una actividad de plantación divertida.
 Instructor:
 3/22/19-3/22/19 viernes 5:30-6:30 PM

Señas y Saltos (12,384)

Edades: 12 meses-23 meses
 Únase a nosotros para una clase llena de diversión que fomentará la creatividad, la resolución de problemas, las conexiones sociales y habilidades motoras. Las actividades incluyen signos básicos para fomentar la comunicación, el arte, la música, la exploración sensorial, la actividad física y el juego libre.
 Instructor:
 3/14/19-4/18/19 jueves 1:00-2:00 PM

Classes Beginning 3/4/19

Taller de Habilidades KidPower (12,413)

Edades: -sólo para adultos

Esta es una clase de seguridad enseñada por el personal de F5C usando el maravilloso programa KidPower y otros recursos. Los participantes aprenderán maneras de proteger a los niños del daño y cómo prepararlos para que se hagan cargo de su propia seguridad.

Para más información sobre KidPower, por favor visite <http://www.Kidpower.org>, o en Español: <http://www.KidPower.org/espanol/>

Instructor:
3/22/19-3/22/19 viernes 1:00-3:00 PM

Triple P (12,385)

Edades: -

Triple P da estrategias de disciplina positiva con su hijo/a edad 0-5.

Triple P le ayuda a usar las cosas que ya piensa y hace en nuevas formas que ayuden a construir relaciones positivas con sus hijos. La clase consiste de siete semanas de la clase y dos semanas de consulta telefónica.

Instructor:
3/14/19-4/18/19 jueves 5:30-8:30 PM

Vamos a Jugar! (12,383)

Edades: 2 años-3 años

Vamos a jugar, a relajarse y a disfrutar de la compañía del otro, mientras que la lectura de los cuentos, la creación de arte, cantar canciones y actividades de creación de grupo.

Instructor:
3/21/19-4/25/19 jueves 11:00-12:00 PM

Vivir Saludable con Nutricion Basada en Plantas (12,445)

Edades: -sólo para adultos

Aprenda maneras sencillas de incorporar una dieta más vegetariana en su estilo de vida con su familia para reducir el riesgo de diabetes tipo 2 mientras ahorra dinero en comestibles. El facilitador explicará cómo funciona el cuerpo y cómo la diabetes tipo 2 le afecta.

Instructor:
4/10/19-4/10/19 miércoles 10:00-11:30 AM

Yoga Prenatal (12,424)

Edades: -sólo para adultos

Yoga Prenatal aumenta la energía, reduce la tensión, mejora la postura, y prepara el cuerpo y la mente para el parto. Se provee cuidado infantil. Para mujeres embarazadas.

Instructor:
3/13/19-4/10/19 miércoles 1:00-2:00 PM

Yo Puedo! (12,380)

Edades: 2 años-3 años

Los niños obtendrán dominio de su autoestima y confianza en sus logros mientras practican sus habilidades nacientes a través de proyectos de arte y juegos, desarrollando también su motricidad fina y gruesa.

Instructor:
3/13/19-4/17/19 miércoles 1:00-2:00 PM

Yo soy un líder (12,368)

Edades: 3 años-5 años

Los niños tienen todo tipo de personalidades y todos ellos pueden ser líderes! En esta clase, los niños aprenderán acerca de la amplia gama de cualidades de liderazgo y practicarán estas cada una a través de actividades divertidas e interactivas. Los niños también explorarán cómo mantener cualidades de liderazgo incluso cuando no se sienten como un líder.

Instructor:
3/11/19-4/15/19 lunes 1:00-2:00 PM

Zona Infantil (12,416)

Edades: 0 meses-12 meses

Esta clase incluye canciones, juegos y otras actividades divertidas que estimulan el desarrollo del cerebro, y también apoyan los lazos entre padre de familia e infante. Conceptos sobre el desarrollo de los niños serán presentados.

Instructor:
3/18/19-4/22/19 lunes 9:15-10:15 AM

Classes Beginning 3/4/19

¡A Gozar! (12,415)

Edades: 2 años-3 años

Venga a gozar con ritmo y aprender a través del sonido, la vista, y el tacto con instrumentos, arte y ¡mucho más!

Instructor:

3/20/19-4/24/19 miércoles 10:00-11:00 AM

¡Construyendo en todas Partes! (12,418)

Edades: 3 años-5 años

A su hijo le encanta ver cómo sucede la acción en las obras de construcción? ¿Se maravillan a la altura de los rascacielos? ¡Los niños aprenderán sobre los diferentes tipos de edificios y su construcción, así como conceptos de estudios sociales relacionados con la vivienda, los trabajos y mientras exploramos los edificios alrededor de nuestro Centro!

Instructor:

3/21/19-4/25/19 jueves 1:30-2:30 PM

Descubrimiento Infantil (12,388)

Edades: 0 meses-12 meses

Esta clase para infantes incluye una variedad de actividades divertidas que fortalecen el vínculo entre padre e hijo, así como también apoya el desarrollo físico, cognitivo y socio-emocional del bebé. ¡¡Muchas canciones, juegos y diversión!!

Instructor:

3/15/19-4/26/19 viernes 10:30-11:30 AM

El Ciclo de los Cuentos Richmond (SR) (12,392)

Edades: 3 años-5 años

Es tiempo de disfrutar de los libros con su hijo/a! Aprenda como apoyar la alfabetización de su niño. Las familias rotarán una bolsa con 3 libros cada una y participarán en una clase de alfabetización a la semana. Para niños 3-5 años, pero niños 0-2 están bienvenidos.

Instructor:

3/23/19-4/27/19 sábado 10:00-11:30 AM

Experimentos Divertidos (12,420)

Edades: 2 años-3 años

La ciencia es una parte natural de las experiencias cotidianas de los niños; están entusiasmados y tienen curiosidad por lo que ven y analizan constantemente lo que observan. Los niños practicarán a través de actividades divertidas que brindan oportunidades para que los niños experimenten y descubran el pensamiento y cuestionamiento científico.

Instructor:

3/11/19-4/15/19 lunes 1:00-2:00 PM

Hora de Cuentos (Abierta) (12,375)

Edades: 0 meses-3 años

Cada Tiempo de Cuentos incluye arte y otras actividades creativas como ciencia, arte, matemáticas, naturaleza y cultura.

Instructor:

3/19/19-4/23/19 martes 10:30-11:30 AM

Magos del Clima (12,212)

Edades: 2 años-3 años

Magos del Clima es una clase donde los niños explorarán los diferentes cambios climáticos que se producen durante el año. Vamos a explorar temas como la lluvia, el trueno, y la nieve; a través de la lectura, el arte, la ciencia y actividades de movimiento creativo.

Instructor:

3/4/19-3/4/19 lunes 1:30-2:30 PM

Masaje Infantil (12,194)

Edades: 0 meses-12 meses

Aprenda maneras de comunicarse con su infante y relajarlo con masaje. El masaje apoya la relación entre padre e infante y aumenta el auto-estima del infante.

Instructor:

3/4/19-3/4/19 lunes 10:00-11:15 AM

Pequeños Musicales (12,419)

Edades: 12 meses-23 meses

Sumérgete en un mundo musical con tu hijo de un año. ¡Esta clase promete juegos alegres con canciones, instrumentos y movimiento!

Instructor:

3/18/19-4/22/19 lunes 10:00-11:00 AM

The Village (Ingles) (12,381)

Edades: -sólo para adultos

La paternidad Afro-Americana es maravillosa, aunque a veces se vuelve un reto en la sociedad actual. Por eso, el apoyo colectivo es de mucha ayuda. Ven a compartir tus estrategias y experiencias de ser papá/mamá. Incluye actividades de cuidado personal, arte & manualidades, cocina y más. .

Instructor:

3/14/19-4/18/19 jueves 10:00-11:30 AM