Centro de los Primeros 5 del Oeste Octubre 2023

In partnership with:

Lunes	Martes	Miercoles	Jueves	Viernes	Sabado
2 Ayudame a Crecer 9:15-10:15 Baby Zumbini 10-11 (11-23m) Abrazos & Acurrucos 1-2 (0-10 m)	3 Mapa al Kinder 10-11:30 (4 años) Abrazos & Acurrucos 10:30-11:30 (0-10 m) Sacude, Derrama y Tira! 1-2 (1 año) Creaciones Vibrantes 1-2 (2-3 años) La Cocina Importa (Ing/padres) 1-2:30 Crianza con Cariño (Ing/padres) 5:30-7:30	4 Mariposas Tranquilas 10-11 (1-2 años) Pétalos Pequeños 11-12 (2-3 años) The Village (Ing/padres) 11-12 El Ciclo de los Cuentos 1:30-2:30 (2-3 años) Tiempo de Té (Esp/padres) 1-2:30 Juego Desarrollando el Cerebro 5-6 (2-5 años)	5 Ciencia Divertida 10-11 (2-3 años) Mi Mundo Sensorial 10:30-11:30 (1 año) Abejitas Lectoras 12:30-1:30 (2-3 años) JumpBunch 1-2 (3-5 años) Clásicos de Librería 4-4:45 (2-5 años) Triple P (Esp/padres) 4-6	6 Bebés Brillantes 10-11 (0-12 m) Aventuras con Cuentos 10-11 (3-5 años) Muchos Saludos 11:30-12:30 (2-3 años) Másteres del Arte 1-2 (2-3 años) Johnnie Greenstock y las 4 P's de Nutrición 3-4 (3-5 años)	7 Soy Artista! 10-11 (2-5 años)
9 El Centro está cerrado por el Dia de la Gente Indigena	10 Mapa al Kinder 10-11:30 (4 años) Abrazos & Acurrucos 10:30-11:30 (0-10 m) Sacude, Derrama y Tira! 1-2 (1 año) Creaciones Vibrantes 1-2 (2-3 años) La Cocina Importa (Ing/padres) 1-2:30 Crianza con Cariño (Ing/padres) 5:30-7:30	11 Mariposas Tranquilas 10-11 (1-2 años) Pétalos Pequeños 11-12 (2-3 años) The Village (Ing/padres) 11-12 El Ciclo de los Cuentos 1:30-2:30 (2-3 años) Tiempo de Té (Esp/padres) 1-2:30 Juego Desarrollando el Cerebro 5-6 (2-5 años)	12 Ciencia Divertida 10-11 (2-3 años) Mi Mundo Sensorial 10:30-11:30 (1 año) Abejitas Lectoras 12:30-1:30 (2-3 años) JumpBunch 1-2 (3-5 años) Clásicos de Librería 4-4:45 (2-5 años) Triple P (Esp/padres) 4-6	13 Bebés Brillantes 10-11 (0-12 m) Aventuras con Cuentos 10-11 (3-5 años) Muchos Saludos 11:30-12:30 (2-3 años) Másteres del Arte 1-2 (2-3 años) Johnnie Greenstock y las 4 P's de Nutrición 3-4 (3-5 años) Reunion Virtual de Papás 5-6:30	14 Soy Artista! 10-11 (2-5 años)
16 Ayudame a Crecer 9:15-10:15 Baby Zumbini 10-11 (11-23m) Abrazos & Acurrucos 1-2 (0-10 m)	17 Mapa al Kinder 10-11:30 (4 años) Abrazos & Acurrucos 10:30-11:30 (0-10 m) Sacude, Derrama y Tira! 1-2 (1 año) Creaciones Vibrantes 1-2 (2-3 años) La Cocina Importa (Ing/padres) 1-2:30 Crianza con Cariño (Ing/padres) 5:30-7:30	18 Mariposas Tranquilas 10-11 (1-2 años) Pétalos Pequeños 11-12 (2-3 años) The Village (Ing/padres) 11-12 El Ciclo de los Cuentos 1:30-2:30 (2-3 años) Tiempo de Té (Esp/padres) 1-2:30 Juego Desarrollando el Cerebro 5-6 (2-5 años)	19 Ciencia Divertida 10-11 (2-3 años) Mi Mundo Sensorial 10:30-11:30 (1 año) Abejitas Lectoras 12:30-1:30 (2-3 años) JumpBunch 1-2 (3-5 años) Clásicos de Librería 4-4:45 (2-5 años) Triple P (Esp/padres) 4-6	20 No Bebés Brillantes hoy Aventuras con Cuentos 10-11 (3-5 años) Muchos Saludos 11:30-12:30 (2-3 años) No Másteres del Arte hoy Johnnie Greenstock y las 4 P's de Nutrición 3-4 (3-5 años)	21 Soy Artista! 10-11 (2-5 años)
23 Ayudame a Crecer 9:15-10:15 Baby Zumbini 10-11 (11-23m) Abrazos & Acurrucos 1-2 (0-10 m)	24 La Cocina Importa (Ing/padres) 1-2:30 Crianza con Cariño (Ing/padres) 5:30-7:30	25 Pétalos Pequeños 11-12 (2-3 años) Tiempo de Té (Esp/padres) 1-2:30	26 Triple P (Esp/padres) llamadas	27 Bebés Brillantes 10-11 (0-12 m) Aventuras con Cuentos 10-11 (3-5 años) Másteres del Arte 1-2 (2-3 años) Johnnie Greenstock y las 4 P's de Nutrición 3-4 (3-5 años)	28 Papá y Familia Reunion-en persona 10-11:30
30 Ayudame a Crecer 9:15-10:15	31 La Cocina Importa (Ing/padres) 1-2:30 Crianza con Cariño (Ing/padres) 5:30-7:30				

Las clases son para padres/cuidadores y niños de 0 a 5 años para que participen juntos. Las clases resaltadas en color naranja se reunirán virtualmente a través de Zoom, todas las demás clases se ofrecen actualmente en persona en nuestro Centro en San Pablo.

2707 Dover Ave • San Pablo • 510.232.5650

Centro de los Primeros Descripciones de clases Septiembre-Octubre 2023

MARTES CLASES DE PADRES POR ZOOM

- **The Village (Inglés), 11:00 - 12:00 pm** 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 una bolsa de alimentos cada semana para hacer actividades de cocina virtual.

MIERCOLES CLASES DE PADRES POR ZOOM

- **The Village (Inglés), 11:00 - 12:00 pm** La paternidad Afro-Americana es única, maravillosa, aunque a veces se vuelve un reto en la sociedad actual. Por eso, el apoyo colectivo es de mucha ayuda en crear niños alegres y poderosos. Ven a compartir tus estrategias y experiencias, preocupaciones e ideas de ser papá/mamá. Incluye pláticas inspiradoras, apoyo de los demás, actividades de cuidado personal y más.
- **Tiempo de Té (Español), 1:00 - 2:30 pm** Aumenta el empoderamiento personal en un espacio donde encontrarás información, liderazgo y una comunidad de mujeres como tú, libres, valientes y poderosas. Alcanzar el bienestar a través del aprendizaje, el amor y el autocuidado. Un espacio donde puedes crecer, empoderarte, mimarte y sentirte realizado.

JUEVES CLASES DE PADRES VIRTUAL

- **Triple P (Español), 4:00 - 6:00 pm** 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.

JUEVES POR ZOOM

- **Clásicos de Librería, 2-5 años, 4:00 - 4:45 pm** Esta es una clase donde se leerán en clase libros clásicos encontrados en una biblioteca pública o personal. Los niños sugerirán sus libros favoritos de su biblioteca en casa o libros que prestaron de la biblioteca. La clase votará cuales libros serán leídos. Harán actividades con temas de los libros en la clase, y la clase irá en una excursión a la biblioteca de San Pablo.

LUNES En-Persona

- **Zumbini de Bebé, 10-23 meses, 10:00 - 11:00 am** Alegria con zumbini! Muévete y crece con música y tu ser querido/a, fortaleciendo el vínculo entre padres e hijos. Esta clase está diseñada para bebés para introducirlos a la música y sus beneficios.
- **Abrazos y Acurrucos, 0-10 meses, 1:00 - 2:00 pm** El bebé que es abrazado y recibe masaje infantil tiene como resultado beneficios sociales, incluyendo la confianza en uno mismo, la empatía, las amistades, y la capacidad de hacer frente al estrés. Esta clase incorpora canciones, masajes infantiles y tiempo de juego para modelar la variedad de maneras en la que podemos acurrucarnos y abrazarnos con nuestros pequeños.

MARTES En-Persona

- **Abrazos y Acurrucos, 0-10 meses, 10:30 - 11:30 am** El bebé que es abrazado y recibe masaje infantil tiene como resultado beneficios sociales, incluyendo la confianza en uno mismo, la empatía, las amistades, y la capacidad de hacer frente al estrés. Esta clase incorpora canciones, masajes infantiles y tiempo de juego para modelar la variedad de maneras en la que podemos acurrucarnos y abrazarnos con nuestros pequeños.
- **Sacudir, Derramar, y Tirar!, 1 año, 1:00 - 2:00 pm** Los niños de esta curiosa edad les encantan sacudir, derramar y tirar cosas. En esta clase, su hijo hará precisamente eso mientras usa su curiosidad, sentidos y habilidades de desarrollo para sacudir, derramar y tirar! Habrá actividades sensoriales muy divertidas para los niños.
- **Creaciones Vibrantes, 2-3 años, 1:00 - 2:00 pm** Los niños tendrán estimulación visual y sensorial a través de los colores. Una experiencia colorida espera a los padres e hijos a través de la lectura, arte y de experiencias prácticas.

MIERCOLES En-Persona

- **Mariposas Tranquilas, 1-2 años, 10:00 - 11:00 am** Los niños pequeños son naturalmente conscientes. Son curiosos, les encanta explorar todo, se toman su tiempo y se sumergen profundamente en sus experiencias, y sienten emociones por completo. Son los primeros en “detenerse y oler las rosas”, y vivir el momento es

lo único que saben hacer. Esta clase brindará a los niños la oportunidad de jugar, explorar la naturaleza, practicar la respiración enfocada y los movimientos lúdicos, y trabajar conscientemente a través de sus emociones a medida que surgen.

- **Pequeños Pétalos, 2-3 años, 11:00 - 12:00 pm** Ven y descubre la importancia de la exposición de la naturaleza para su hijo ... arte, música , jardinería y mucho más!
- **El Ciclo de los Cuentos, 2-3 años, 1:30 - 2:30 pm** Es tiempo de disfrutar de los libros con su hijo/a! Aprenda como apoyar la alfabetización de su niño con actividades divertidas. Las familias rotarán una bolsa con 3 libros cada una y participarán en una clase de alfabetización a la semana.
- **Juego Desarollando el Cerebro, 2-5 años, 5:00 - 6:00 pm** Vamos a explorar los beneficios que nuestros hijos reciben cuando juegan con materiales sin un propósito específico como bloques, cajas vacías, o cosas de la naturaleza. Estos materiales permiten a los niños usar su creatividad y explorar. Como un observador cuidadoso de los niños pequeños nos daremos cuenta de que lo que parece normal en una mirada superficial es bastante extraordinaria.

JUEVES En-Persona

- **Ciencia Divertida, 2-3 años, 10:00 - 11:00 am** Cree proyectos de ciencia utilizando artículos que se pueden encontrar en sus hogares o en la tienda de dólar, inspirando a los padres a participar en proyectos de ciencia simples con sus hijos mientras crean recuerdos juntos.
- **Mi Mundo Sensorial, 1 año, 10:30 - 11:30 am** ¡Los niños de un año aprenden y descubren mejor a través de sus sentidos! ¡Los niños se deleitarán con las actividades sensoriales que también resaltarán palabras como "blando", "perfumado", "suave", "agrio", "floral", "texturizado" y más!
- **Abejitas Lectoras, 2-3 años, 12:30 - 1:30 pm** Abejitas Lectoras está basada en la lectura; cada semana habrá un libro diferente, con arte, ciencia, cocina, y actividades creativas de movimiento para extender el aprendizaje!
- **JumpBunch, 3-5 años, 1:00 - 2:00 pm** ¡Venga a aprender más sobre cómo involucrar a los niños en el desarrollo de sus habilidades motoras gruesas mientras practica patrones de secuenciación y trabajo en grupo al presentarles los conceptos básicos de las actividades deportivas, preparándolos para el éxito con el trabajo en equipo y la escuela!

VIERNES En-Persona

- **Bebés Brillantes, 0-12 meses, 10:00 - 11:00 am** Usted es el primer maestro de su niño; venga y participe en una variedad de actividades interactivas que estimulan el aprendizaje y el vínculo con sus hijos! Las actividades se pueden hacer usando objetos que tiene en su propia casa y su propia creatividad! Los participantes recibirán una copia de las tarjetas de actividades.
- **Aventuras con Cuentos, 3-5 años, 10:30 - 11:30 am** 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.
- **Muchas "Holas", 2-3 años, 11:30 - 12:30 pm** Hola! Esta clase alentará a las familias a encontrar libros ilustrados que presenten diferentes idiomas que pueden ser nuevos para su hijo. El instructor compartirá libros que faciliten la inmersión en dos idiomas, libros que se enfocan en lenguaje de signos americano y libros con personajes de diferentes países que incluyen saludos comunes de su idioma. También se incluirán canciones y juegos de todo el mundo.
- **Másteres del Arte, 2-3 años, 1:00 - 2:00 pm** A través de libros y arte, los niños conocerán algunos de los más grandes artistas del mundo. Arte y alfabetización serán explorados a través de cuentos, actividades compartidas de alfabetización, arte de procesos múltiples, y ¡la creación de su propia exposición de museo!
- **Johnnie Greenstock y las 4 "P's" de la Nutrición, 3-5 años, 3:00 - 4:00 pm** A través de su libro especial y actividades divertidas, "Johnnie Greenstock" ayuda a padres e hijos a conectar fácilmente los cuatro pilares de la nutrición: plantación, plato, paladar y juego. Los cuatro pilares ayudan a padres e hijos a identificar los aspectos básicos de la nutrición mediante la conexión de semillas con alimentos, la preparación de frutas y verduras y cómo los alimentos se convierten en energía para jugar y hacer ejercicio. En resumen, sin semilla no tendremos comida en nuestros platos, nuestro paladar no se complacerá y no tendremos energía para jugar.

SABADO En-Persona

- **Soy Artista!, 2-5 años, 10:00 - 11:00 am** Los niños aumentarán confianza en su autoexpresión mientras practican sus habilidades emergentes a través de actividades artísticas.