






# Noviembre 2024

Centro de Los Primeros 5 del Este del Condado | 355 E. Leland Rd. Pittsburg, CA 94565 | (925) 301-4040

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO
<p>¡Escanee el código QR para acceder al Linktree del Este del condado!</p> 	<p><b>HORARIOS DEL CENTRO:</b></p> <p>Lunes a Viernes 9:00am-1:00pm, 2:00pm-6:00pm <b>CERRADO PARA EL ALMUERZO DE 1:00PM A 2:00PM</b></p> <p>Sábado 9:00am-2:00pm</p>	<p><b>HORARIOS DEL ÁREA DE JUEGO:</b></p> <p>Lunes a Jueves 9:00am-12:30pm, 2:30pm-4:30pm</p> <p>Viernes a Sábado 9:30am-12:30pm</p>		<p>1</p> <p>EVENTO: Día de los Muertos Construcción del Altar 11:00am</p> 	<p>2</p> <p><b>CENTRO CERRADO</b></p>
<p>4</p> <p>10:00am-11:00am - Cosas que se Mueven (1A) ESP - Creadores de Collage (2A-3A) 10:00am-12:00pm Taller: Trabajando para lograr resultados educativos positivos: Comprensión de la Educación Especial; Derechos Básicos (PE) 2:30pm-3:30pm - Nutrición y Autocuidado (PE) BILINGÜE - Aventuras de Cuentos (3A) VIRTUAL 4:00pm-5:00pm Taller: Cobertura Médica 101 con La Clínica (PE) ESP</p>	<p>5</p> <p>9:15am-10:15am Lab. de Bebe: Juego Sensorial (6M-12M) 10:00am-11:30am Attachment Vitamins (PE) ING - CONTINUADA. 2:30pm-3:30pm STEM de Bebe (18M-24M) 11:00am-12:00pm Tiempo de Cuentos y Arte (2A) VIRTUAL 12:00pm-1:00pm Estación Científica (3A) 12:00pm-2:00pm Maestros Jardineros: Consejos para Crear 2:30pm-3:30pm Vamos a Movernos (1A-2A) 4:00pm-5:00pm - Juntos para STEAM (3A-4A) - T.E.A.M. DAD: Serie de Papá 24/7 (PE) HÍBRIDA 5:00pm-6:00pm ABC (4A-5A)</p>	<p>6</p> <p>10:00am-11:30am - KinderTools (4A-5A) INSCRIPCIÓN CERRADA - Hoja de Ruta hacia el Kinder (P) SOLO PARA LOS PADRES DE KINDERTOOLS 2:30pm-3:30pm - Otoño a Invierno (2A-3A) VIRTUAL - Picitos Felices (1A) 4:00pm-5:00pm Sanja Mann (P) PUN/HIN 4:30pm-5:30pm Estrellas de STEM (2A) 6:00pm-7:00pm Matematicas Cotidianas (4A-5A)</p>	<p>7</p> <p>9:30am-10:30am Ayúdame a Crecer SOLO POR INVITACIÓN 11:00am-12:00pm - Ayúdame a Crecer SOLO POR INVITACIÓN - A Sacudirlo (2A-5A) CLASE FUERA DE SITIO 11:30am-12:30pm Arte de Temporada (3A) 2:30pm-3:30pm Arte de la Tarde (3A-4A) 4:00pm-5:00pm Explorando el Otoño con Papá (2A-5A) 5:00pm-6:00pm - 7 Días de Kwanzaa (3A-5A) - El Abecedario es Genial (4A-5A)</p>	<p>8</p> <p>9:30am-10:30am Aprendiendo Juntos (2A) 10:30am-11:30am Estudiantes Tempranos (1A) 11:00am-12:30pm Mamá con Mamá (PE) ESP 3:00pm-4:30pm Un Sabor de África (PE)</p> <p>Despensa de Comida 10:00am</p>	<p>9</p> <p>EVENTO: Armario de Cuidado: Intercambio de Ropa del Centro 10:00am-1:00pm</p>  <p>10:30am-11:30am Arte de Temporada (2A) 12:00pm-1:00pm Lab. de Papá y Yo (3A-4A)</p>
<p>11</p> <p>10:00am-11:00am - Cosas que se Mueven (1A) ESP - Creadores de Collage (2A-3A) - Ballet (3A-5A) 11:15am-12:15pm Danzability (2A-3A) 1:00pm Orientación del Centro - VIRTUAL 2:30pm-3:30pm - Nutrición y Autocuidado (PE) BILINGÜE - Aventuras de Cuentos (3A) VIRTUAL 6:00pm-8:00pm Café para Padres: Conversaciones para mantener fuerte a su familia (P)</p> <p>SEMANA MUNDIAL DE LAS RIMAS INFANTILES 11 al 15 de Nov.</p>	<p>12</p> <p>9:15am-10:15am Lab. de Bebe: Juego Sensorial (6M-12M) 10:00am-11:30am Attachment Vitamins (PE) ING - CONTINUADA. 10:30am-11:30am STEM de Bebe (18M-24M) 11:00am-12:00pm Tiempo de Cuentos y Arte (2A) VIRTUAL 12:00pm-1:00pm Estación Científica (3A) 2:30pm-3:30pm Vamos a Movernos (1A-2A) 4:00pm-5:00pm - Juntos para STEAM (3A-4A) - T.E.A.M. DAD: Serie de Papá 24/7 (PE) HÍBRIDA 5:00pm-6:00pm ABC (4A-5A) 5:00pm-7:00pm Sisters in Parenting (PE) ENG</p>	<p>13</p> <p>10:00am-11:30am - KinderTools (4A-5A) INSCRIPCIÓN CERRADA - Hoja de Ruta hacia el Kinder (P) SOLO PARA LOS PADRES DE KINDERTOOLS 2:30pm-3:30pm - Otoño a Invierno (2A-3A) VIRTUAL - Picitos Felices (1A) 4:00pm-5:00pm Sanja Mann (P) PUN/HIN 4:30pm-5:30pm Estrellas de STEM (2A) 6:00pm-7:00pm Matematicas Cotidianas (4A-5A)</p>	<p>14</p> <p>9:30am-10:30am Ayúdame a Crecer SOLO POR INVITACIÓN 10:00am-12:00pm Cara y Corazón (P) ESP - CONTINUADA. 11:00am-12:00pm - Ayúdame a Crecer SOLO POR INVITACIÓN - A Sacudirlo (2A-5A) CLASE FUERA DE SITIO 11:30am-12:30pm Arte de Temporada (3A) 2:30pm-3:30pm Arte de la Tarde (3A-4A) 4:00pm-5:00pm Explorando el Otoño con Papá (2A-5A) 5:00pm-6:00pm - 7 Días de Kwanzaa (3A-5A) - El Abecedario es Genial (4A-5A) 6:00pm-7:00pm Mamás Conscientes del Dinero: Temporada de Fiestas con un Presupuesto (P) VIRTUAL en ING</p>	<p>15</p> <p>9:30am-10:30am Aprendiendo Juntos (2A) 10:30am-11:30am Estudiantes Tempranos (1A) 11:00am-12:30pm Mamá con Mamá (PE) ESP 3:00pm-4:30pm Un Sabor de África (PE)</p> <p>Despensa de Comida 10:00am</p>	<p>16</p> <p>10:30am-11:30am Arte de Temporada (2A) 12:00pm-1:00pm Lab. de Papá y Yo (3A-4A)</p>
<p>18</p> <p>10:00am-11:00am - Cosas que se Mueven (1A) ESP - Creadores de Collage (2A-3A) - Ballet (3A-5A) 11:15am-12:15pm Danzability (2A-3A) 2:30pm-3:30pm - Nutrición y Autocuidado (PE) BILINGÜE - Aventuras de Cuentos (3A) VIRTUAL - Parent Power: Manejando Comportamientos Agresivos (P) VIRTUAL en ESP 3:00pm-4:00pm Tiempo de Cuentos Bilingües con la Librería (2A-5A) 4:00pm-5:00pm Parent Power: Manejando Comportamientos Agresivos (P) VIRTUAL en ING 4:00pm-6:00pm Grupo de Apoyo para Padres Bilingües de Niños con Necesidades Especiales (PE)</p>	<p>19</p> <p>9:15am-10:15am Lab. de Bebe: Juego Sensorial (6M-12M) 10:30am-11:30am STEM de Bebe (18M-24M) 11:00am-12:00pm Tiempo de Cuentos y Arte (2A) VIRTUAL 12:00pm-1:00pm Estación Científica (3A) 2:30pm-3:30pm Vamos a Movernos (1A-2A) 4:00pm-5:00pm - Juntos para STEAM (3A-4A) - T.E.A.M. DAD: Serie de Papá 24/7 (PE) HÍBRIDA 5:00pm-6:00pm ABC (4A-5A)</p>	<p>20</p> <p>10:00am-11:30am - KinderTools (4A-5A) INSCRIPCIÓN CERRADA - Hoja de Ruta hacia el Kinder (P) SOLO PARA LOS PADRES DE KINDERTOOLS 2:30pm-3:30pm - Otoño a Invierno (2A-3A) VIRTUAL - Picitos Felices (1A) 4:00pm-5:00pm Sanja Mann (P) PUN/HIN 4:30pm-5:30pm Estrellas de STEM (2A) 6:00pm-7:00pm Matematicas Cotidianas (4A-5A)</p>	<p>21</p> <p>9:30am-10:30am Ayúdame a Crecer SOLO POR INVITACIÓN 10:00am-12:00pm Cara y Corazón (P) ESP - CONTINUADA. 11:00am-12:00pm - Ayúdame a Crecer SOLO POR INVITACIÓN - A Sacudirlo (2A-5A) CLASE FUERA DE SITIO 11:30am-12:30pm Arte de Temporada (3A) 2:30pm-3:30pm Arte de la Tarde (3A-4A) 4:00pm-5:00pm Explorando el Otoño con Papá (2A-5A) 5:00pm-6:00pm - 7 Días de Kwanzaa (3A-5A) - El Abecedario es Genial (4A-5A)</p>	<p>22</p> <p>9:30am-10:30am Aprendiendo Juntos (2A) 10:30am-11:30am Estudiantes Tempranos (1A) 11:00am-12:30pm Mamá con Mamá (PE) ESP 3:00pm-4:30pm Un Sabor de África (PE)</p> <p>Despensa de Comida 10:00am</p> <p>EVENTO: Día de Agradecimiento 4:30pm-5:30pm</p> <p>What are YOU Thankful For?</p> 	<p>23</p> <p>10:30am-11:30am Arte de Temporada (2A) 12:00pm-1:00pm Lab. de Papá y Yo (3A-4A)</p>
<p>25</p> <p>10:00am-11:00am - Cosas que se Mueven (1A) ESP - Creadores de Collage (2A-3A) - Ballet (3A-5A) 11:15am-12:15pm Danzability (2A-3A) 2:30pm-3:30pm - Nutrición y Autocuidado (PE) BILINGÜE - Aventuras de Cuentos (3A) VIRTUAL</p>	<p>26</p> <p>9:15am-10:15am Lab. de Bebe: Juego Sensorial (6M-12M) 10:30am-11:30am STEM de Bebe (18M-24M) 11:00am-12:00pm Tiempo de Cuentos y Arte (2A) VIRTUAL 12:00pm-1:00pm Estación Científica (3A) 2:30pm-3:30pm Vamos a Movernos (1A-2A) 4:00pm-5:00pm - Juntos para STEAM (3A-4A) - T.E.A.M. DAD: Serie de Papá 24/7 (PE) HÍBRIDA 5:00pm-6:00pm ABC (4A-5A)</p>	<p><b>CENTRO CERRADO</b></p>	<p><b>CENTRO CERRADO</b></p> <p>HAPPY Thanksgiving</p> 	<p><b>CENTRO CERRADO</b></p>	<p><b>CENTRO CERRADO</b></p>

GUIA:

M= Meses, A= Años, P/PE= Clases para padres, "ESP"= Clase en Español, "ING"= Clase en Ingles, **Resaltado en Amarillo= Clases/Talleres VIRTUALES**, **Resaltado en Azul= Clase de padres PRESENCIAL (o HÍBRIDA)**,

**Resaltado en Verde= Eventos (TODOS los eventos la pre-inscripción es requerida)**

In partnership with:



# Descripciones de Clases, Talleres y Eventos

Sesion de Noviembre a Diciembre 2024

## CLASES DE NIÑOS

### Lab. de Bebé: Juego Sensorial (Grupo de Edad: 6 meses a 12 meses)

Los bebés aprenden cuidadosamente sobre el mundo que los rodea día a día. Esta clase explorará los 5 sentidos con apoyo de actividades que despiertan la curiosidad de los bebés.

### Cosas que se Mueven **ESP** (Grupo de Edad: 1 año)

Esta clase explorará cómo se mueven las cosas que nos rodean. En esta clase habrá muchas oportunidades para aprender cómo nuestros cuerpos pueden moverse en los espacios y cómo se mueven las cosas a nuestro alrededor.

### Estudiantes Tempranos (Grupo de Edad: 1 año)

Esta clase se centra en los hitos del desarrollo de los bebés. Haremos una variedad de actividades prácticas, movimiento, canto, que los padres podrán continuar en casa con su hijo.

### Pieciticos Felices (Grupo de Edad: 1 año)

Ven y aprende cómo nuestro cuerpo se mueve con música y aprende rimas.

### STEM de Bebé (Grupo de Edad: 18 meses a 24 meses)

BABY STEM (Ciencia, Herramientas, Ingeniería, Matemáticas) es un enfoque sencillo de tres pasos para mejorar las interacciones entre adultos y niños con actividades apropiadas para su edad.

### Vamos a Movernos (Grupo de Edad: 1 año a 2 años)

Venga y muévase con su hijo mientras explora actividades adicionales de motricidad gruesa apropiadas para su edad que también se pueden practicar en casa.

### Aprendiendo Juntos (Grupo de Edad: 2 años)

¡Ustedes lo han pedido, nosotros lo hemos escuchado! Venga a disfrutar de la oportunidad de integrar su idioma materno en nuestra clase de aprendizaje juntos. Nos concentraremos en explorar diferentes idiomas mientras participamos en actividades apropiadas para el desarrollo.

### Arte de Temporada (Grupo de Edad: 2 años)

Esta clase de Arte de Temporada brinda el desarrollo que sus hijos necesitan para saber cómo expresar sus emociones a través del arte, creando manualidades de temporada. Genial para su motricidad fina y gruesa, creatividad e imaginación y donde los niños tendrán la oportunidad de desarrollar su propia creatividad.

### Estrellas de STEM (Grupo de Edad: 2 años)

La exploración de actividades STEM puede respaldar muchas habilidades, como la resolución de problemas, la exploración de la curiosidad y una oportunidad para practicar la creatividad. Esta clase se centrará en construir una base para explorar nuestra curiosidad natural.

### Tiempo de Cuentos y Arte **VIRTUAL** (Grupo de Edad: 2 años)

Los niños vendrán y crearán actividades basadas en el libro de cuentos. Ideal para su creatividad, imaginación y motricidad fina y gruesa.

### Creadores de Collage (Grupo de Edad: 2 años a 3 años)

Trabajaremos en la exploración y creación de collages mientras los niños desarrollan habilidades como la motricidad fina, el lenguaje y la comunicación, etc.

### Danzability (Grupo de Edad: 2 años a 3 años)

¡La clase de baile para todas las capacidades y discapacidades y la clase de movimiento creativo brindan a los niños una salida creativa a través del baile!

### Otoño a Invierno **VIRTUAL** (Grupo de Edad: 2 años a 3 años)

Únase a nuestras actividades divertidas, atractivas y apropiadas para la edad que cambian de estación y que girarán en torno a los dominios del desarrollo de los niños.

### Explorando el Otoño con Papa (Grupo de Edad: 2 años a 5 años)

¡En esta clase los papás y los niños se enamorarán del aprendizaje! Exploraremos y aprenderemos sobre qué es el otoño a través de libros, canciones y creando arte. ¡Únete a la diversión!

### A Sacudirlo (Grupo de Edad: 2 años a 5 años) **FUERA DE SITIO - LA INSCRIPCIÓN DE CLASE ES POR MEDIO DE LA LIBRERÍA DE PITTSBURG**

Venga a participar con su hijo en nuestra hora de movimiento con canciones seguidas de una actividad artesanal apropiada para su edad.

### Estación Científica (Grupo de Edad: 3 años)

¡Bienvenidos a la estación científica! En esta clase exploraremos

nuestra curiosidad trabajando con muchas actividades diferentes enfocándonos en texturas y juegos sensoriales, actividades STEM y transformaciones. ¡Prepárate para observar y experimentar!

### Arte de Temporada (Grupo de Edad: 3 años)

This Season Art class provides the development your children need to know how to express their emotions through art, creating seasonal art crafts. Great for their fine and gross motor, creativity and imagination and where children will have the opportunity to develop their own creativity.

### Aventuras de Cuentos **VIRTUAL** (Grupo de Edad: 3 años)

¡Embárcate en una aventura salvaje para explorar libros! Esta clase explorará la magia de leer libros, nuestras actividades están cuidadosamente planificadas para conectarse con los temas de nuestras historias.

### Arte de la Tarde (Grupo de Edad: 3 años a 4 años)

Únase a una tarde de proyectos de arte prácticos apropiados para la edad que utilizan varios elementos/objetos sensoriales.

### Lab. de Papá y Yo (Grupo de Edad: 3 años a 4 años)

Esta clase está diseñada para que los padres tengan la oportunidad de pasar tiempo juntos. Los papás y los niños crearán divertidos proyectos de arte mientras comparten tiempo a solas con papá.

### Juntos para STEAM (Grupo de Edad: 3 años a 4 años)

STEAM Along se enfoca en utilizar actividades prácticas y divertidas para explorar ciencia, tecnología, ingeniería, artes y matemáticas. Cada clase está diseñada para abordar un conjunto de habilidades particulares brindando a los niños una experiencia de aprendizaje auténtica relacionada con un contexto del mundo real.

### 7 Días de Kwanzaa (Grupo de Edad: 3 años a 5 años)

El 26 de diciembre, familias de todo Estados Unidos colocarán sus esteras Kwanzaa, recogerán sus copas de la unidad y encenderán la primera vela en sus kinaras. Venga a aprender todo sobre Kwanzaa mientras presentamos cada día de Kwanzaa y el símbolo y principio que lo acompaña.

### Ballet (Grupo de Edad: 3 años a 5 años)

La exposición a la danza refuerza importantes habilidades para la vida como la creatividad, la disciplina y la participación en equipo. Come presenta a los niños pequeños las técnicas de pre ballet, centrándose en la alineación adecuada del cuerpo, las habilidades y terminología básicas del ballet y la musicalidad.

### ABC (Grupo de Edad: 4 años a 5 años)

A través de esta clase, los niños aprenderán a leer y escribir a través de fonética sintética. Utilizando diferentes métodos multisensoriales, los niños aprenderán a formar y escribir letras.

### El Abecedario es Genial (Grupo de Edad: 4 años a 5 años)

Alphabet Rocks es un enfoque divertido y centrado en los niños para enseñar alfabetización a través de fonética sintética. Con acciones para cada uno de los 26 sonidos de las letras, el método multisensorial resulta muy motivador para los niños. Utilizando diferentes métodos multisensoriales, los niños aprenden a formar y escribir las letras.

### Matemáticas Cotidianas (Grupo de Edad: 4 años a 5 años)

Los niños nunca son demasiado pequeños para aprender matemáticas. A medida que exploran su mundo, aprenden a contar, discriminar formas, clasificar objetos y ver patrones. Venga a explorar actividades matemáticas atractivas e interactivas y profundice la comprensión de las matemáticas por parte de su hijo.

### KinderTools (Grupo de Edad: 4 años a 5 años) **GRUPO EN INGLÉS and GRUPO EN ESPAÑOL - INSCRIPCIÓN CERRADA**

En esta clase apoyaremos a los niños en el desarrollo de los componentes básicos lingüísticos, cognitivos, sociales y emocionales para su desarrollo posterior. Proporcionar la base para el aprendizaje tanto social como académico que ayudará a su hijo a tener éxito en el jardín de infantes. Con el uso de planes de estudio apropiados para su edad, los niños utilizarán sus habilidades y conocimientos para ayudarles a adquirir nuevas habilidades y conocimientos.

## CLASES PARA PADRES

### Attachment Vitamins (PE) **ING - CONTINUACIÓN (INSCRIPCIÓN CERRADA)**

Attachment Vitamins es un programa de 10 semanas diseñado para

ayudarlo a usted y a su hijo a formar un apego seguro y desarrollar confianza en sus habilidades como padre.

#### **Un Sabor a África (PE) ING**

Únase a nosotros en esta clase práctica de cocina donde los padres se reúnen para explorar los vibrantes sabores de la cocina africana. Esta clase de cocina presentará a las familias la rica cultura, las especias únicas y las tradiciones de la cocina africana. Después, disfrutaremos juntos de una comida estilo familiar.

#### **Cara y Corazón (PE) ESP - CONTINUACIÓN**

La cultura, la comunidad, la familia pueden intervenir para ayudar a los padres a construir relaciones positivas con sus hijos y con ellos mismos.

#### **Mamá con Mamá (PE) ESP**

Esta clase es un grupo de apoyo para madres hispanohablantes. Se comparten diversos temas relacionados con la crianza del niño.

#### **Nutrición y Autocuidado (PE) BILINGÜE**

Esta clase brindará a los padres herramientas para ayudar a mejorar los hábitos alimentarios familiares saludables, la actividad física y el autocuidado.

#### **Hoja de Ruta hacia el Kindergarten "RTK" (PE) SOLO PARA PADRES (INSCRIPCIÓN CERRADA)**

Esta clase está diseñada para ayudar a los padres a prepararse para la transición de sus hijos al jardín de infantes. Los padres recibirán una hoja de ruta del año que les ayudará a aumentar su conocimiento sobre el desarrollo infantil y los indicadores de preparación escolar, además de empoderarlos para convertirse en socios activos en la educación de sus hijos.

#### **Sanja Mann (PE) PUN/HIN/URDU**

Dirigida a todas las familias que hablan punjabi, hindi y urdu, esta clase brinda a los padres la oportunidad de compartir sus pensamientos y mejorar las prácticas de crianza, como el cuidado personal, las habilidades para relacionarse, la paternidad, el desarrollo infantil, etc.

#### **Sisters in Parenting (P) ING**

Sisters in Parenting es un espacio seguro para que las mamás afroamericanas y negras se reúnan para discutir temas culturalmente relevantes sobre la paternidad y la vida familiar. Este grupo se enfoca en compartir, conectar y construir comunidad.

- 12 de Noviembre
- 10 de Diciembre

#### **T.E.A.M. DAD: Serie de Papá 24/7**

Enseñanza, experiencia y conversaciones significativas

Únase a nosotros en nuestra NUEVA serie DAD 24 horas al día, 7 días a la semana, donde padres y figuras paternas se reúnen para una oportunidad única que se centra en desarrollar conocimientos sobre el desarrollo infantil y aumentar los hábitos pro-paternidad.

#### **Grupo de Apoyo para Padres Bilingües de Niños con Necesidades Especiales**

¿A su hijo le diagnostican una discapacidad o un retraso en el desarrollo? Connect Care Parent Network y otros padres de nuestro grupo de apoyo para padres de niños con necesidades especiales. Este grupo se reunirá durante unos meses y estará presente de forma bilingüe. Es un espacio seguro para que padres y cuidadores se relajen, reflexionen y hablen sobre las alegrías y los desafíos de formar una familia. Su objetivo es ayudar a los padres a compartir sus experiencias de vida y establecer conexiones. Cada grupo de apoyo es un lugar para obtener información, reducir los sentimientos de aislamiento, recibir y brindar apoyo y conocer personas que lo comprenden a usted y a su familia. Este grupo es facilitado por Care Parent Network, un grupo dedicado de profesionales que son padres de niños con necesidades especiales.

- 18 de Noviembre
- 16 de Diciembre

### **TALLERES**

- **4 de Noviembre - 10:00am-12:00pm**  
**Trabajando para lograr resultados educativos positivos: Comprender la Educación Especial; Derechos Básicos**

Este taller introductorio le brindará información fundamental sobre cómo navegar por el distrito escolar y el centro regional, brindándole información sobre sus derechos y los de su hijo según las leyes estatales y federales de educación especial. Le brindará la información necesaria para ayudarlo a comprender el proceso de educación especial y

cómo prepararse para una reunión positiva de IFSP o IEP, y lo equipará con habilidades de defensa efectiva de los padres para ayudarlo a comunicarse de manera efectiva con los miembros del equipo IFSP/IEP y cómo navegar el IEP. desacuerdos en el equipo.

- **4 de Noviembre ESPAÑOL y 16 de Diciembre en INGLÉS - AMBAS FECHAS DE 4:00pm-5:00pm**  
**Cobertura Médica 101 con La Clínica**

Sabes que es OBLIGATORIO tener cobertura médica para ti y tu familia?

¿Sabes la diferencia entre Medi-cal y Covered CA? Quién puede calificar y cuáles son los requisitos para Medi-Cal y Covered CA?

¡Participa en este taller y tendrás TODAS las respuestas a estas y más preguntas!

- **11 de Noviembre a las 1:00pm**  
**Orientación del Centro VIRTUAL**

Únase a nosotros para una orientación sobre el Centro First 5 del Este del Condado. Conozca a nuestro especialista en recursos comunitarios, cómo inscribirse en nuestras clases, nuestra evaluación del desarrollo y por qué es importante, y mucho más. ¿Ha sido una familia del centro por mucho tiempo pero tiene preguntas? ¡Tú también eres bienvenido!

- **11 de Noviembre - 6:00pm-8:00pm**  
**Café para padres: Conversaciones para mantener fuerte a su familia**

¿Cómo afecta la cultura a tu paternidad? ¿Cómo evitas sentirte pequeño o impotente cuando lo necesitas?

Lo invitamos a unirse a nosotros en nuestro espacio seguro y sin prejuicios Parent Café para una noche de participación de los padres. Comparta sus pensamientos, estrategias y conocimientos para la crianza de los hijos.

Se proporcionará CUIDADO DE NIÑOS Y CENA.

- **14 de Noviembre VIRTUAL - 6:00pm-7:00pm**  
**Mamás Conscientes del Dinero: Temporada de Fiestas con un Presupuesto INGLÉS**

Las vacaciones pueden ser costosas y abrumadoras. Ven y aprende algunos consejos y trucos para hacerlo menos estresante y ayudarte a ser una "mamá consciente del dinero".

- **18 de Noviembre VIRTUAL - 2:30pm-3:30pm**  
**Parent Power: Manejando Comportamientos Agresivos en ESPAÑOL**

Tan pronto como los niños pequeños puedan entender, es importante comenzar a enseñarles habilidades para mantenerse a cargo de su comportamiento, al tiempo que comprenden que necesitan la supervisión de un adulto para mantenerse seguros y necesitan orientación continua para aprender a actuar de manera segura. ¡Únase a nosotros y adquiera nuevas habilidades y estrategias para mejorar la autoconciencia de sus hijos!

- **18 de Noviembre VIRTUAL - 4:00pm-5:00pm**  
**Parent Power: Manejando Comportamientos Agresivos en INGLÉS**

Tan pronto como los niños pequeños puedan entender, es importante comenzar a enseñarles habilidades para mantenerse a cargo de su comportamiento, al tiempo que comprenden que necesitan la supervisión de un adulto para mantenerse seguros y necesitan orientación continua para aprender a actuar de manera segura. ¡Únase a nosotros y adquiera nuevas habilidades y estrategias para mejorar la autoconciencia de sus hijos!

- **9 de Diciembre VIRTUAL - 2:30pm-3:30pm**  
**Parent Power: Proteger y Empoderar a Nuestros Niños y Jóvenes - ESPAÑOL**

Es importante aprender maneras de defender las necesidades de sus hijos y al mismo tiempo ayudarlos a establecer y respetar límites claros que protejan sus sentimientos. Venga y aprenda cómo ayudar a niños y jóvenes a desarrollar habilidades para hacerse cargo de su propia seguridad y cómo adaptar habilidades según sus edades, capacidades y situaciones de la vida, en persona y en línea.

- **9 de Diciembre VIRTUAL - 4:00pm-5:00pm**  
**Parent Power: Proteger y Empoderar a Nuestros Niños y Jóvenes - INGLÉS**

Es importante aprender maneras de defender las necesidades de sus hijos y al mismo tiempo ayudarlos a establecer y respetar límites claros que protejan sus sentimientos. Venga y aprenda cómo ayudar a niños y jóvenes a desarrollar habilidades para hacerse cargo de su propia seguridad y cómo adaptar habilidades según sus edades, capacidades y situaciones de la vida, en persona y en línea.

con el grandullón! Todos los participantes deben registrarse previamente. El espacio es limitado.

#### EVENTOS (ALGUNOS EVENTOS REQUIEREN INSCRIPCIÓN PREVIA)

- **1ro de Noviembre a las 11:00am Día de Los Muertos Construcción de Altar**  
Únase a nosotros en la preparación de nuestro Altar del Día de los Muertos. Las donaciones de decoración son bienvenidas pero no obligatorias.
- **5 de Noviembre - 12:00pm-2:00pm Maestros Jardineros: Consejos para Crecer**  
Únase a nosotros junto con nuestra voluntaria May, jardinera maestra de la UC, mientras nos trae esta programación educativa de dos partes. Donde aprendemos habilidades básicas para hacer crecer nuestros jardines.
- **9 de Noviembre - 10:00am-12:00pm Armario de Cuidados: Intercambio de Ropa del Centro**  
Un día donde los participantes podrán intercambiar su ropa valiosa pero que ya no usa por ropa que usarán. Los cambios de ropa se consideran no sólo una buena forma de renovar el guardarropa, sino que también se consideran un acto de ambientalismo. La ropa sobrante será donada.
- **18 de Noviembre - 3:00pm-4:00pm Tiempo de Cuentos Bilingües con la Librería**  
Esta clase de Storytime está en asociación con la Biblioteca de Contra Costa. Las familias escucharán historias y participarán en algunas actividades.
- **22 de Noviembre - 4:30pm-5:30pm Día de Agradecimiento**  
Estamos agradecidos por todas nuestras familias y su continuo apoyo al centro. Mientras nos preparamos para celebrar el Día de Acción de Gracias, es un buen momento para concentrarnos en la gratitud, el aprecio y toda la abundancia de nuestras vidas. Únase a nosotros para tener una oportunidad especial de compartir gratitud.
- **2do de Diciembre - 3:30pm-5:00pm Excursión a la Fogata de Big Break @ Big Break Regional Shoreline (Grupo de Edad: 18 meses a 5 años)**  
Encuétranos en Big Break para divertirte en familia. El naturalista de la costa se complace en traernos esta excursión especial con fogata en la que usted y su hijo participarán en algunas actividades y cantarán, participarán en una caminata por la naturaleza y mucho más. El espacio es limitado para reservar tu lugar.
- **3 de Diciembre - 12:00pm-2:00pm Maestros Jardineros: Consejos para Crecer**  
Únase a nosotros junto con nuestra voluntaria May, jardinera maestra de la UC, mientras nos trae esta programación educativa de dos partes. Donde aprendemos habilidades básicas para hacer crecer nuestros jardines.
- **9 de Diciembre - 4:00pm-5:00pm Decoración de Galletas y Adornos**  
Es la temporada de la dulce diversión. Trae a tus pequeños para decorar una cocinera y hacer un adorno en estas fiestas.
- **20 de Diciembre - 4:30pm-6:30pm Kwanzaa Alegre**  
Cada día de Kwanzaa es un momento para celebrar con sus seres queridos, crear recuerdos y divertirse. El último día de Kwanzaa, se lleva a cabo una fiesta llamada Karamu donde el enfoque de este día es construir comunidad. Te invitamos a participar en nuestro Karamu titulado Joyous Kwanzaa para comenzar las vacaciones de Kwanzaa.
- **21 de Diciembre - 10:00am-12:00pm Desayuno con Santa**  
Únase a los primeros 5 elfos y Papá Noel del este del condado para disfrutar de un delicioso desayuno. ¡Haz manualidades, juega juegos de renos y visita a Santa para tomarte una foto