

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado
2 <b>Serenamente (Adults) 9-11</b> Cuentos y abrazos con Tandem (0-1 año) 11:00-12:00pm	3 <b>Distribución de alimentos (Adultos) 11:00-12:30</b>	4 <b>Ayúdame a crecer (Por invitación) 11-12</b>	5 <b>Una Conversacion con Rhea (Adultos) 10-11:30</b>	6 <b>Primero Nuestros Hijos Virtual (Adultos) 9:30-11:30</b> <b>EBRP Naturalista presenta: Reptiles (Todas las edades) 11:30-12:30</b>	7 <b>CERRADO</b>
9 <b>Comienza la session Serenamente (Adults) 9-11</b> <b>Café con CRS (Adultos) 10:00-11:00</b> Cuentos y abrazos con Tandem (0-1 año) 11:00-12:00pm Exploradores de letras (3-4 años) 11:30-12:30 ¿Qué está floreciendo? (3 años) 1:30-2:30 Contando y ordenando con Ms. Bernice (3-5 años) 4:30-5:30pm	10 Danzabily (2 años) 9-10 Lenguaje de señas para bebes en español (6-16m) 9:30-10:30 Cuentos y Arte AM (2-3años) 10:30-11:30 Cuentos y Arte PM (2-3años) 1:30-2:30 Aventura matemática (4-5 años) 3:30-4:30	11 Brillante y más Allá Preescolar AM (3-4 años) 9-10 Lenguaje de señas para bebes Eng. (6-16mo) 9:30-10:30 Ayúdame a crecer (Por invitación) 11-12 Brillante y más Allá Preescolar PM (3-4 años) 2-3 Exploradores sensoriales (2-3 años) 3:30-4:30	12 Niños en Movimiento AM (1 año) 9-10 Caminata y Nutrición (adultos) 10-11 Puente al Kinder (4-5a) 11-12:30 Camino al Kinder (Adultos) 11-12:30 Niños en Movimiento PM (1 año) 2-3 <b>El poder de los padres: Taller virtual sobre seguridad en la primera infancia (en inglés) (Adultos) 5-6</b>	13 En la granja (4-5 años) 9-10 Primero Nuestros Hijos Virtual (Adultos) 9:30-11:30 Zumbini (2-3 años) 10-11 ¡Disfruta de la primavera! (3-4 años) 1:30-2:30	14 Súper Sábado de Sorpresas Grupo A (2-5 años) 9:30-10:30 <b>Encontrando la calma en medio del caos (sesión virtual) (Adultos) 10:00-11:30</b> Súper Sábado Sorpresa Grupo B (2-5 años) 11:00-12:00
16 <b>Serenamente (Adults) 9-11</b> Cuentos y abrazos con Tandem (0-1 año) 11:00-12:00pm Exploradores de letras (3-4 años) 11:30-12:30 ¿Qué está floreciendo? (3 años) 1:30-2:30 Contando y ordenando con Ms. Bernice (3-5 años) 4:30-5:30pm	17 Danzabily (2 años) 9-10 Lenguaje de señas para bebes en español (6-16m) 9:30-10:30 Cuentos y Arte AM (2-3años) 10:30-11:30 <b>Distribución de alimentos (Adultos) 11:00-12:30</b> Cuentos y Arte PM (2-3años) 1:30-2:30 Aventura matemática (4-5 años) 3:30-4:30	18 Brillante y más Allá Preescolar AM (3-4 años) 9-10 Lenguaje de señas para bebes Eng. (6-16mo) 9:30-10:30 Ayúdame a crecer (Por invitación) 11-12 Brillante y más Allá Preescolar PM (3-4 años) 2-3 <b>Taller de pañal Español (adultos) 2:30-3:30</b> Exploradores sensoriales (2-3 años) 3:30-4:30	19 Niños en Movimiento AM (1 año) 9-10 Caminata y Nutrición (adultos) 10-11 Puente al Kinder (4-5a) 11-12:30 Camino al Kinder (Adultos) 11-12:30 Niños en Movimiento PM (1 año) 2-3 <b>El poder de los padres: Taller virtual sobre seguridad en la primera infancia (en español) (Adultos) 5-6</b>	20 En la granja (4-5 años) 9-10 Primero Nuestros Hijos Virtual (Adultos) 9:30-11:30 Zumbini (2-3 años) 10-11 ¡Disfruta de la primavera! (3-4 años) 1:30-2:30 <b>STEM con la Biblioteca CC (Todas las edades) 3:00-3:45</b>	21 Súper Sábado de Sorpresas Grupo A (2-5 años) 9:30-10:30 <b>Encontrando la calma en medio del caos (sesión virtual) (Adultos) 10:00-11:30</b> Súper Sábado Sorpresa Grupo B (2-5 años) 11:00-12:00
23 <b>Serenamente (Adults) 9-11</b> Cuentos y abrazos con Tandem (0-1 año) 11:00-12:00pm Exploradores de letras (3-4 años) 11:30-12:30 ¿Qué está floreciendo? (3 años) 1:30-2:30 Contando y ordenando con Ms. Bernice (3-5 años) 4:30-5:30pm	24 Danzabily (2 años) 9-10 Lenguaje de señas para bebes en español (6-16m) 9:30-10:30 Cuentos y Arte AM (2-3años) 10:30-11:30 <b>Café para padres (Adultos) 11:00-12:30</b> Cuentos y Arte PM (2-3años) 1:30-2:30 Aventura matemática (4-5 años) 3:30-4:30	25 Brillante y más Allá Preescolar AM (3-4 años) 9-10 Lenguaje de señas para bebes Eng (6-16mo) 9:30-10:30 Ayúdame a crecer (Por invitación) 11-12 Brillante y más Allá Preescolar PM (3-4 años) 2-3 Exploradores sensoriales (2-3 años) 3:30-4:30 Tiempo virtual para papá y yo (2-5 años) 4:30-5:30	26 Niños en Movimiento AM (1 año) 9-10 Caminata y Nutrición (adultos) 10-11 Puente al Kinder (4-5a) 11-12:30 Camino al Kinder (Adultos) 11-12:30 Niños en Movimiento PM (1 año) 2-3 <b>Grupo de chat virtual Melanin (Adultos) 2-3</b>	27 En la granja (4-5 años) 9-10 Zumbini (2-3 años) 10-11 ¡Disfruta de la primavera! (3-4 años) 1:30-2:30	28 <b>CERRADO</b>
30 <b>Serenamente (Adults) 9-11</b> Exploradores de letras (3-4 años) 11:30-12:30 ¿Qué está floreciendo? (3 años) 1:30-2:30 Contando y ordenando con Ms. Bernice (3-5 años) 4:30-5:30pm	31 <b>CERRADO</b>	<b>Escanea el código QR para inscribirte</b>		<b>*Spirit week 3/16-3/20*</b> 	

**\*\*Despensa de alimentos, intercambio de ropa e intercambio de libros gratis siempre disponibles durante el horario de atención.**

Para el horario de atención virtual, los lunes y martes de 5:00 p. m. a 6:30 p. m., llame a Rhea al 925-783-9199 o a Chelsea al 925-758-0202.

# **Antioch First 5 Center**

## **Descripciones de clases y eventos**

### **Marzo/Abril 2026**

Antioch First 5 Center



In partnership with:



#### **Wellness: (Serenamente, Ingles) - Lunes**

**(En persona) Adultos**

Clase de 9 semanas diseñada para empoderar a las personas a navegar los factores estresantes y traumas de la vida, fomentando la resiliencia y el bienestar emocional.

#### **Cuentos y abrazos con Tandem- Lunes**

**(En persona) 0-1 años**

Una clase acogedora y relajante para que los bebés disfruten de cuentos tiernos y momentos especiales de abrazos. Perfecta para fomentar el vínculo afectivo temprano y el amor por los libros en un espacio cálido y acogedor.

#### **Exploradores de letras– Lunes**

**(En persona) 3-4 años**

En esta clase, los niños se centrarán en el reconocimiento de letras, la conciencia fonémica y desarrollarán la lectoescritura básica mediante actividades interactivas y atractivas. Utilizarán libros temáticos y manualidades para que aprender el alfabeto sea divertido y accesible.

#### **¿Qué está floreciendo? – Lunes**

**(En persona) 3 años**

Cada semana, los niños aprenden sobre una planta diferente mediante actividades sencillas y exploración. ¡Una forma divertida de descubrir cómo crecen y florecen las plantas!

#### **Contando y ordenando con Ms. Bernice – Lunes**

**(En persona) 3-5 años**

Los padres y cuidadores explorarán y se involucrarán con sus hijos en una forma fundamental de aprender y emparejar números y colores. A través de esta clase los niños mejorarán sus habilidades de memoria mediante el uso de materiales cotidianos.

#### **Danzability – Martes**

**(En persona) 2 años**

En esta clase, niños y familias tendrán la oportunidad de explorar diferentes tipos de danza de todo el mundo, para todos los niveles. Esta clase es bilingüe y permitirá a las familias explorar sus habilidades físicas a través del movimiento.

## **Lenguaje de señas para bebés – Martes y miércoles**

**(En persona) 6-16m**

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 habilidades importantes para el desarrollo, padres e hijos empezarán a hacer señas enseguida.

## **Cuentos y Arte – Martes**

**(En persona) 2-3 años**

Esta clase consta de hora de cuentos, discusión en grupo, participación en clase y la oportunidad de realizar juegos de roles, todo en uno.

## **Aventura matemática – Martes**

**(En persona) 4-5 años**

Un espacio creado para que los niños de 2 a 3 años descubran el mundo de las matemáticas a través del juego, la música y la exploración. Cada semana, los pequeños vivirán una aventura diferente, aprendiendo conceptos básicos como números, formas, colores y medidas, mientras desarrollan curiosidad, confianza y alegría por aprender.

## **Brillante y más allá Preschool – Miércoles**

**(En persona) 3-4 años**

Usted aprenderá a cómo hacer actividades en casa con sus niños con las tarjetas de Bright and Beyond. Usted recibirá un paquete de 52 tarjetas que tienen muchas ideas de actividades que usted puede hacer en casa con su niño con materiales que usted ya tiene en casa. Todas las tarjetas tienen actividades divertidas y fáciles para mejorar en el niño, al igual que el reconocimiento de colores y figuras y más.

## **Exploradores sensoriales – Miércoles**

**(En persona) 2-3 años**

En esta clase, trabajaremos en actividades multisensoriales apropiadas para la edad que están diseñadas para estimular a los niños pequeños con su estimulación táctil, visual y auditiva.

## **Bebés en movimiento – Jueves**

**(En persona) 1 año**

Esta clase se trata de arte y movimiento. Ayudará a desarrollar actividades manuales, coordinación de ojos y manos, promoviendo el desarrollo emocional y mental, así mismo resolviendo problemas intelectuales. Haciéndoles proyectos divertidos a través de los cuales aprenderán a seguir instrucciones.

## **Walking & Nutrition – Jueves**

### **(En persona) Adultos**

¿Buscas una manera sostenible de aumentar tu energía, despejar tu mente y nutrir tu cuerpo sin el estrés de un gimnasio de alta intensidad? Únete a nuestra clase de Caminata y Nutrición: un programa de enfoque dual diseñado para ayudarte a moverte mejor y comer de forma más inteligente. Cada semana, recibirás una receta nutritiva.

## **En la granja – Viernes**

### **(En persona) 4-5 años**

En esta clase los niños y las familias recibirán información sobre los diferentes aspectos de una granja. Las familias tendrán oportunidades para discutir Y explorar lo que es una granja, Quien trabaja en la granja y por qué las granjas son importantes para todos. Leeremos libros y haremos actividades divertidas para ayudarnos a aprender más sobre granjas.

## **Zumbini – Viernes**

### **(En persona) 2-3 años**

La clase incluye baile, singing, y tocando diferentes instrumentos para la exposición a la música y todos sus beneficios. Esta clase introduce los movimientos básicos como parte de trasladarse a otro, aplaudiendo, bouncing, saltos, flexiones, etc

## **¡Disfruta de la primavera! – Viernes**

### **(En persona) 2-3 años**

En esta clase, los niños descubrirán las hermosas actividades primaverales. Participarán en actividades prácticas que se adaptan a la primavera, como flores, jardinería, etc. Explorarán la naturaleza, usarán contenedores sensoriales y crearán interesantes manualidades primaverales.

## **Súper Sábado de Sorpresas – Sabado**

### **(En persona) 2-5 años**

¡Únete a nuestra Clase Sorpresa del Súper Sábado! Cada semana trae una nueva actividad divertida para que padres e hijos de 2 a 5 años disfruten juntos. Desde manualidades creativas hasta juegos divertidos, nunca se sabe qué sorpresa emocionante les espera.

## **Tiempo virtual para papá y yo – Miercoles**

### **(Virtual) 2-5 años**

Una clase virtual especial para que papás y sus pequeños conecten y se diviertan juntos. Cada semana, las familias serán guiadas a través de actividades sencillas que fomentan el juego, el aprendizaje y el tiempo compartido.

## **Encontrando la calma en medio del caos – Sábado**

### **(Virtual) Adultos**

En esta clase, los cuidadores aprenderán herramientas y consejos para gestionar el estrés y regular las emociones. Estas herramientas les brindarán habilidades para ayudarse a sí mismos y a sus hijos a afrontar situaciones difíciles.

## **Cafe de Padres 3/24 & 4/28**

### **(En persona) Adultos**

Parent Cafe involucra a los padres/cuidadores en conversaciones significativas sobre los que mas importa su familia y como fortalecerla mediante los factores de proteccion de la familia.

## **Cafe con CRS CRS 3/9 & 4/13**

### **(Virtual) Adultos**

Unase con CRS para conocer los recursos disponibles en la comunidad y hablar sobre seguridad en el hogar. Este taller virtual bilingüe cuenta con la participación de nuestras dos especialistas en recursos comunitarios, Bany, Chelsea y Rocio.

## **Taller de pañal Español Eng 3/18**

### **(Virtual) Adultos**

Este taller brindará a los padres información para ayudarles a aprender a usar el baño a sus hijos. Los temas del taller incluirán la preparación para el aprendizaje, las señales de preparación de su hijo, maneras de reforzar positivamente a su hijo y posibles contratiempos.

## **Una Conversacion con Rhea 3/5 & 4/20**

### **(En persona) Adultos**

Ven al centro y habla con el director sobre lo que te gusta del centro y lo que observas en la comunidad. Queremos tomarnos un tiempo para escuchar lo que tienes que compartir sobre los centros y el mundo con niños menores de 5 años.

## **El poder de los padres: Taller sobre seguridad en la primera infancia (en español) 3/19**

### **(Virtual) Adultos**

Aprenda maneras prácticas de proteger a los niños pequeños sin asustarlos. Este taller aborda el establecimiento de límites, la seguridad corporal, los planes de seguridad y cómo enseñar a los niños a pedir ayuda y tomar decisiones seguras.

***Grupo de chat virtual Melanin 3/26 & 4/16***

***(Virtual) Adultos***

Nuestro grupo de apoyo es un espacio seguro para que las personas de color discutan experiencias raciales y culturales únicas y brinden conexión y sanación a través del apoyo entre pares.