

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado
HORARIO DEL CENTRO Lunes a Viernes 9:00am-1:00pm, 2:00pm-6:00pm Sábado 9:00am-2:00pm HORARIO DEL ÁREA DE JUEGO CERRADO LOS MARTES Lunes, Miércoles y Jueves 9:30am-12:30pm, 2:30pm-4:30pm Viernes y Sábado 9:30am-12:30pm	3 EVENTO 10:00am Parques Regionales de East Bay: Plantas 	Escanee este código QR para acceder al formulario de registración de nuestro centro (para familias nuevas), los calendarios digitales de sesiones, las descripciones de las clases y el formulario de inscripción/lista de espera. 		6 10:00am-12:00pm Mentes Positivas (P) SOLO ESPAÑOL ¡Los correos electrónicos de confirmación de las clases para la sesión de marzo-abril 2026 se enviarán a las 3:00pm!	
9 9:30am-10:30am Florecer Juntos (1A) 9:30am-10:30am Bienestar Floreciente (P) SOLO INGLÉS 11:00am-12:00pm Brincar hacia la Primavera (2A) 11:00am-1:00pm Abriendo Mentes, Cerrando Estigmas "A.M.C.E." (P) SOLO ESPAÑOL 12:30pm-1:30pm Zumbini (2A-3A) 3:30pm-4:30pm Yoga para Niños (3A-5A) ¡PRIMERA SEMANA DE LA SESIÓN!	10 9:00am-10:00am Explora, Aprende y Juega (Para Gateadores) 9:30am-10:30am Exploradores Sensoriales (1A) SOLO ESPAÑOL 10:00am-11:00am Manos que Aprenden (3A) VIRTUAL 10:00am-12:00pm Hacer de la Familia un Placer Parte 2 (P) SOLO ESPAÑOL - INSCRIPCIÓN CERRADA 12:00pm-1:00pm Fantástica Matricidad Fina (2A) 2:30pm-3:30pm Explora y Descubre (2A) SOLO ESPAÑOL 3:30pm-4:30pm Buscadores Sensoriales (2A) 3:30pm-4:30pm Figuras en la Naturaleza (3A) 4:30pm-5:30pm Cuarto de Libros (4A-5A) EVENTO 3:00pm-5:00pm Social de Papi y Ya: Picnic de Primavera 	11 10:00am-11:30am KinderTools (4A-5A) 8 RMTK (P) CERRADO PARA EL AÑO FISCAL 25-26 10:00am-11:00am Exploradores de Primavera (2A) VIRTUAL 12:00pm-1:30pm Arte para Aliviar el Estrés (P) SOLO INGLÉS 2:30pm-3:30pm Arte por la Tarde (3A) 4:30pm-5:30pm Sanja Mann (P) SOLO PUNJABI/HINDI/URDU 5:00pm-6:00pm Ciclo de Vida de la Mariquita (4A-5A)	12 9:15am-10:00am Masaje Infantil (6S-5M) SOLO ESPAÑOL 10:00am-11:00am Manualidad de Libros (3A) 11:00am-12:00pm Libros y Construcción (2A) INSCRIPCIÓN A TRAVÉS DE LA LIBRERÍA DE PITTSBURG 11:00am-12:30pm Mamá con Mamá (P) SOLO PARA MADRES DE HABLA HISPANA 12:30pm-1:30pm Aventuras de Cuentos (3A-5A) INSCRIPCIÓN A TRAVÉS DE LA LIBRERÍA DE PITTSBURG 2:30pm-3:30pm Innovadores del Laboratorio LEGO (4A-5A) 3:00pm-4:00pm Movimiento de Primavera (3A) 3:00pm-4:00pm Ritmos Afro (2A-5A) 5:00pm-6:00pm Juntos en STEAM (4A-5A) Despensa de Comida 🍎 12:30pm-1:00pm, 2:00pm-5:30pm	13 9:30am-10:30am Zona Divertida para Niños Pequeños (2A) 10:00am-11:00am Zumba (P) 11:00am-12:00pm Pequeños Exploradores (1A) 11:30am-12:30pm Padres Ayudando a Padres (P) 2:30pm-3:30pm Abejitas Ocupadas (2A)	14 EVENTO 11:00am-1:00pm Rang Utsav: Holi 
16 9:30am-10:30am Florecer Juntos (1A) 9:30am-10:30am Bienestar Floreciente (P) SOLO INGLÉS 11:00am-12:00pm Brincar hacia la Primavera (2A) 11:00am-1:00pm Abriendo Mentes, Cerrando Estigmas "A.M.C.E." (P) SOLO ESPAÑOL 12:30pm-1:30pm Zumbini (2A-3A) 3:30pm-4:30pm Yoga para Niños (3A-5A) EVENTO 4:30pm-5:30pm Celebración del Día de San Patricio 🍀 	17 9:00am-10:00am Explora, Aprende y Juega (Para Gateadores) 9:30am-10:30am Exploradores Sensoriales (1A) SOLO ESPAÑOL 10:00am-11:00am Manos que Aprenden (3A) VIRTUAL 10:00am-12:00pm Hacer de la Familia un Placer Parte 2 (P) SOLO ESPAÑOL - INSCRIPCIÓN CERRADA 12:00pm-1:00pm Fantástica Matricidad Fina (2A) 2:30pm-3:30pm Explora y Descubre (2A) SOLO ESPAÑOL 3:30pm-4:30pm Buscadores Sensoriales (2A) 3:00pm-5:00pm T.E.A.M. Dad (P) SOLO INGLÉS - HÍBRIDA 3:30pm-4:30pm Figuras en la Naturaleza (3A) 4:30pm-5:30pm Cuarto de Libros (4A-5A) 5:00pm-7:00pm Sisters in Parenting (P) VIRTUAL - SOLO PARA MADRES AFROAMERICANAS 6:00pm-8:00pm Triple P (P) VIRTUAL - SOLO ESPAÑOL - 7 SEMANAS	18 10:00am-11:30am KinderTools (4A-5A) 8 RMTK (P) CERRADO PARA EL AÑO FISCAL 25-26 10:00am-11:00am Exploradores de Primavera (2A) VIRTUAL 12:00pm-1:30pm Arte para Aliviar el Estrés (P) SOLO INGLÉS 2:30pm-3:30pm Arte por la Tarde (3A) 4:30pm-5:30pm Sanja Mann (P) SOLO PUNJABI/HINDI/URDU 5:00pm-6:00pm Ciclo de Vida de la Mariquita (4A-5A) TALLER VIRTUAL 10:30am-11:30am KidPower: Seguridad en la Primera Infancia - SOLO EN ESPAÑOL	19 9:15am-10:00am Masaje Infantil (6S-5M) SOLO ESPAÑOL 10:00am-11:00am Manualidad de Libros (3A) 11:00am-12:00pm Libros y Construcción (2A) INSCRIPCIÓN A TRAVÉS DE LA LIBRERÍA DE PITTSBURG 11:00am-12:30pm Mamá con Mamá (P) SOLO PARA MADRES DE HABLA HISPANA 12:30pm-1:30pm Aventuras de Cuentos (3A-5A) INSCRIPCIÓN A TRAVÉS DE LA LIBRERÍA DE PITTSBURG 2:30pm-3:30pm Innovadores del Laboratorio LEGO (4A-5A) 3:00pm-4:00pm Movimiento de Primavera (3A) 3:00pm-4:00pm Ritmos Afro (2A-5A) 5:00pm-6:00pm Juntos en STEAM (4A-5A) Despensa de Comida 🍎 12:30pm-1:00pm, 2:00pm-5:30pm	20 9:30am-10:30am Zona Divertida para Niños Pequeños (2A) 10:00am-11:00am Zumba (P) 11:00am-12:00pm Pequeños Exploradores (1A) 11:30am-12:30pm Padres Ayudando a Padres (P) 2:30pm-3:30pm Abejitas Ocupadas (2A)	21 10:00am-11:00am Estación de Imaginación (3A-4A) 11:30am-12:30pm Pinta, Toca y Juega (2A)
23 9:30am-10:30am Florecer Juntos (1A) 9:30am-10:30am Bienestar Floreciente (P) SOLO INGLÉS 11:00am-12:00pm Brincar hacia la Primavera (2A) 11:00am-1:00pm Abriendo Mentes, Cerrando Estigmas "A.M.C.E." (P) SOLO ESPAÑOL 12:30pm-1:30pm Zumbini (2A-3A) 3:30pm-4:30pm Yoga para Niños (3A-5A)	24 9:00am-10:00am Explora, Aprende y Juega (Para Gateadores) 9:30am-10:30am Exploradores Sensoriales (1A) SOLO ESPAÑOL 10:00am-11:00am Manos que Aprenden (3A) VIRTUAL 10:00am-12:00pm Hacer de la Familia un Placer Parte 2 (P) SOLO ESPAÑOL - INSCRIPCIÓN CERRADA 12:00pm-1:00pm Fantástica Matricidad Fina (2A) 2:30pm-3:30pm Explora y Descubre (2A) SOLO ESPAÑOL 3:30pm-4:30pm Buscadores Sensoriales (2A) 3:00pm-5:00pm T.E.A.M. Dad (P) SOLO INGLÉS - HÍBRIDA 3:30pm-4:30pm Figuras en la Naturaleza (3A) 4:30pm-5:30pm Cuarto de Libros (4A-5A) 6:00pm-8:00pm Triple P (P) VIRTUAL - SOLO ESPAÑOL - 7 SEMANAS	25 10:00am-11:30am KinderTools (4A-5A) 8 RMTK (P) CERRADO PARA EL AÑO FISCAL 25-26 12:00pm-1:30pm Arte para Aliviar el Estrés (P) SOLO INGLÉS 5:00pm-6:00pm Ciclo de Vida de la Mariquita (4A-5A)	26 9:15am-10:00am Masaje Infantil (6S-5M) SOLO ESPAÑOL 10:00am-11:00am Manualidad de Libros (3A) 11:00am-12:00pm Libros y Construcción (2A) INSCRIPCIÓN A TRAVÉS DE LA LIBRERÍA DE PITTSBURG 11:00am-12:30pm Mamá con Mamá (P) SOLO PARA MADRES DE HABLA HISPANA 12:30pm-1:30pm Aventuras de Cuentos (3A-5A) INSCRIPCIÓN A TRAVÉS DE LA LIBRERÍA DE PITTSBURG 2:30pm-3:30pm Innovadores del Laboratorio LEGO (4A-5A) 3:00pm-4:00pm Movimiento de Primavera (3A) 3:00pm-4:00pm Ritmos Afro (2A-5A) 5:00pm-6:00pm Juntos en STEAM (4A-5A) Despensa de Comida 🍎 12:30pm-1:00pm, 2:00pm-5:30pm	27 9:30am-10:30am Zona Divertida para Niños Pequeños (2A) 10:00am-11:00am Zumba (P) 11:00am-12:00pm Pequeños Exploradores (1A) 11:30am-12:30pm Padres Ayudando a Padres (P) 2:30pm-3:30pm Abejitas Ocupadas (2A)	28 10:00am-11:00am Estación de Imaginación (3A-4A) 11:30am-12:30pm Pinta, Toca y Juega (2A)
30	31 10:00am-12:00pm Hacer de la Familia un Placer Parte 2 (P) SOLO ESPAÑOL - INSCRIPCIÓN CERRADA 6:00pm-8:00pm Triple P (P) VIRTUAL - SOLO ESPAÑOL - 7 SEMANAS	¡CENTRO CERRADO PARA EL RECESO DE PRIMAVERA!			

Sesion Marzo-Abril 2026: Descripciones de Clases

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



Clases para Niños

CLASES VIRTUALES (POR ZOOM)

Manos que Aprenden (3 años) **VIRTUAL**

Los niños se centrarán en desarrollar y mejorar la capacidad de usar los músculos pequeños de las manos, los dedos y las muñecas para realizar movimientos precisos. Esto es fundamental para la coordinación y el control, habilidades esenciales para tareas como escribir, dibujar, cortar y manipular objetos.

Exploradores de Primavera (2 años) **VIRTUAL**

Esta clase ofrecerá actividades apropiadas para la edad de los participantes, centrándonos en la temporada de primavera.

CLASES FUERA DE SITIO

Libros y Construcción (2 años) **INSCRIPCIÓN A TRAVÉS DE LA LIBRERÍA DE PITTSBURG**

Libros y Construcción invita a los niños pequeños a explorar historias y estructuras a través del juego práctico, combinando la magia de la lectura con la creatividad de la construcción con bloques para estimular la imaginación, el lenguaje y las primeras habilidades STEM.

Aventuras de Cuentos (3 años a 5 años) **INSCRIPCIÓN A TRAVÉS DE LA LIBRERÍA DE PITTSBURG**

Aventuras de Cuentos te lleva a emocionantes viajes a través de libros, actividades prácticas y juegos imaginativos, dando vida a las historias y fomentando el lenguaje, la creatividad y el amor por la lectura.

CLASES PRESENCIALES

Masaje Infantil (6 semanas a 5 meses) **SÓLO ESPAÑOL**

Clase impartida por una instructora certificada en masaje infantil. Durante la primera semana, los padres recibirán información sobre la importancia y los beneficios del masaje para bebés. En las siguientes cinco semanas, se incorporará una serie de masajes divertidos y afectuosos, diseñados cuidadosamente para ayudar a los padres a desarrollar un vínculo más profundo con sus bebés y, posiblemente, mejorar su salud, desarrollo y bienestar emocional.

Explora, Aprende y Juega (Para Gateadores)

Los niños tienen la oportunidad de explorar, aprender y jugar, mientras interactúan con otros niños. Los padres y cuidadores pueden observar y aprender sobre el desarrollo de sus hijos. Este enfoque ayudará a fortalecer sus vínculos y sentará las bases para criar niños independientes, seguros de sí mismos y resilientes.

Florece Juntos (1 año)

En esta clase, padres e hijos realizan actividades adecuadas a su edad y crecen juntos.

Exploradores Sensoriales **SÓLO ESPAÑOL** (1 año)

Practicando el idioma español. ¡Exploremos actividades sensoriales! En esta clase, exploraremos muchas actividades creativas y de final abierto.

Pequeños Exploradores (1 año)

Pequeños Exploradores es una clase de movimiento suave y divertida diseñada especialmente para niños de un año y sus cuidadores. A través de canciones, movimientos sencillos y juegos sensoriales, se anima a los pequeños a gatear, tambalearse, estirarse y explorar a su propio ritmo, ofreciendo a los cuidadores una forma divertida de moverse y conectar con sus hijos.

Buscadores Sensoriales (2 años)

En esta clase trabajaremos en actividades multisensoriales apropiadas para la edad de los bebés, diseñadas para estimular su sentido del tacto, la vista y el oído.

Brincar hacia la Primavera (2 años)

¡La primavera está a la vuelta de la esquina! En esta clase realizaremos actividades físicas y manualidades relacionadas con la primavera para explorar el cambio de estaciones.

Abejitas Ocupadas (2 años)

¡Zumben, muévanse y exploren! Busy Bees es una clase práctica y llena de experiencias sensoriales donde los más pequeños se mueven, tocan y descubren a través de diferentes actividades. Explorarán texturas, sonidos y colores, desarrollando así su coordinación, equilibrio y conciencia sensorial. Esta clase lúdica fomenta la curiosidad, la confianza y el aprendizaje divertido en un entorno seguro y estimulante.

Explora y Descubre **SÓLO ESPAÑOL** (2 años)

¿Cómo jugamos juntos? En esta clase vamos a practicar los básicos de usar espacio, compartir juguetes y seguir construyendo las habilidades importantes para esta etapa de desarrollo.

Fantástica Motricidad Fina (2 años)

En esta clase, los niños se centrarán en desarrollar y mejorar la habilidad de usar los pequeños músculos de las manos, los dedos y las muñecas para realizar movimientos precisos. Esto es fundamental para mejorar la coordinación y el control, habilidades esenciales para tareas como escribir, dibujar, cortar y manipular objetos.

Pinta, Toca, y Juega (2 años)

En esta clase podremos explorar actividades de todo tipo. Exploraremos a través de la pintura, el tacto y el juego con diferentes materiales.

Zona Divertida para Niños Pequeños (2 años)

En esta clase exploraremos muchas actividades divertidas para practicar habilidades importantes como la resolución de problemas, la exploración y la socialización.

Zumbini (2 años a 3 años)

Únete a nosotros y disfruta de momentos especiales con tu hijo a través de la

música y la lectura. Esta clase contribuirá al desarrollo de las habilidades sociales, emocionales y cognitivas de los niños.

Ritmos Afro (2 años a 5 años)

¡Todos son bienvenidos! Ritmos Afro es una emocionante clase de música, movimiento y percusión. Ven a encontrar tu ritmo y a mejorar las habilidades motoras y la coordinación mano-ojo de tu hijo/a con técnicas básicas de percusión. Cada semana, las familias cantarán, bailarán y tocarán instrumentos de percusión, además de participar en juegos musicales.

Arte de la Tarde (3 años)

Únase a nosotros para una tarde de proyectos artísticos prácticos adaptados a la edad de los participantes, utilizando diversos materiales y objetos sensoriales.

Manualidad de Libros (3 años)

Los libros fomentan las habilidades lingüísticas, la expresión de emociones y exponen a los niños a nuevas palabras. Leeremos un libro nuevo cada semana y realizaremos manualidades basadas en el libro.

Manos que Aprenden (3 años)

Los niños se centrarán en desarrollar y mejorar la capacidad de usar los músculos pequeños de las manos, los dedos y las muñecas para realizar movimientos precisos. Esto es fundamental para la coordinación y el control, habilidades esenciales para tareas como escribir, dibujar, cortar y manipular objetos.

Figuras en la Naturaleza (3 años)

Nature Shapes es un taller donde los niños aprenderán sobre las formas a través de actividades prácticas inspiradas en la naturaleza. Mediante juegos, imaginación y manualidades, los niños crearán círculos como el sol, líneas como las ramas y curvas como las hojas. Las actividades fomentan la resolución de problemas, la coordinación y la curiosidad por el mundo natural.

Movimiento de Primavera (3 años)

¡Salta, estírate y muévete al ritmo de la primavera! Esta divertida clase de movimiento invita a los niños a explorar cómo se mueve su cuerpo a través de juegos entretenidos. Saltaremos como ranas, creceremos como flores y fluiremos como el viento, desarrollando la coordinación, el equilibrio, la fuerza y la conciencia corporal.

Estación de Imaginación (3 años a 4 años)

¿Qué puedes crear? En esta clase exploraremos nuestra creatividad. Cada sesión brindará la oportunidad de practicar y aprender diversas habilidades de una manera divertida y creativa.

Yoga para Niños (3 años a 5 años)

Sesiones diseñadas para niños, que fomentan la concentración, la relajación, la flexibilidad y la conciencia corporal a través de actividades lúdicas.

Cuarto de Libros (4 años a 5 años)

¡Preparen sus oídos y sus ojos para esta emocionante aventura literaria! En nuestra clase de lectura, los estudiantes explorarán un libro y un tema nuevos cada semana.

KinderTools (4 años a 5 años) **INSCRIPCIÓN CERRADA PARA EL AÑO FISCAL 25-26**

En esta clase, apoyaremos a los niños en el desarrollo de las bases lingüísticas, cognitivas, sociales y emocionales para su desarrollo posterior. Les proporcionaremos los fundamentos para el aprendizaje, tanto social como académico, que les ayudarán a tener éxito en el jardín de infancia. Mediante el uso de un currículo adaptado a su edad, los niños utilizarán sus habilidades y conocimientos para adquirir nuevas destrezas y aprendizajes.

Innovadores del Laboratorio LEGO (4 años a 5 años)

En esta divertida clase práctica, los niños explorarán el apasionante mundo de STEAM (Ciencia, Tecnología, Ingeniería, Arte y Matemáticas) a través de la construcción con LEGO y la programación básica. LEGO Lab Innovators es el espacio perfecto para que las mentes jóvenes experimenten, imaginen y descubran lo divertido que puede ser aprender.

Ciclo de Vida de la Mariposa (4 años a 5 años)

En esta clase sobre la naturaleza, los niños explorarán el ciclo de vida de la mariposa a través de actividades divertidas y prácticas. Aprenderemos cómo crece una mariposa, desde el huevo hasta la larva, la pupa y finalmente el adulto, utilizando juegos, arte y cuentos. Esta clase fomenta la curiosidad, el aprendizaje científico temprano, la coordinación y el amor por la naturaleza en un ambiente cálido y lúdico.

Juntos en STEAM (4 años a 5 años)

Juntos en STEAM se centra en utilizar actividades prácticas y divertidas para explorar la ciencia, la tecnología, la ingeniería, las artes y las matemáticas. Cada clase está diseñada para desarrollar un conjunto de habilidades específicas, brindando a los niños una experiencia de aprendizaje auténtica relacionada con un contexto del mundo real.

Clases para Padres

CLASES VIRTUALES (POR ZOOM)

Sisters in Parenting - **SOLO PARA MADRES AFROAMERICANAS**
Fechas:

- 03/17/2026
- 04/14/2026

Sisters in Parenting es un espacio seguro, de apoyo y empoderamiento, creado para que las madres afroamericanas/negras se reúnan en un ambiente de hermandad. Basado en la relevancia cultural y la sabiduría colectiva, este grupo se centra en el diálogo abierto, las experiencias compartidas y las conexiones significativas.

Triple P - **SOLO EN ESPAÑOL DURANTE 7 SEMANAS CONSECUTIVAS**

Este es un programa virtual de 7 semanas que te brindará los principios necesarios para afrontar prácticamente cualquier situación que pueda surgir.

También aprenderás estrategias de crianza efectivas, cómo fomentar el desarrollo de tu hijo y cómo manejar los problemas de comportamiento más comunes.

CLASES HÍBRIDAS (POR ZOOM Y PRESENCIAL)

T.E.A.M. Dad - SÓLO INGLÉS

Enseñar, compartir experiencias y tener conversaciones significativas ¿Qué significa para ti ser padre? Un espacio para padres donde pueden hablar de lo que más les importa a ellos y a sus familias. Comparte tus conocimientos con otros padres y aprende de diferentes experiencias. Ten conversaciones significativas sobre las situaciones que los padres viven a diario. ¡Comparte consejos, recursos y mucho más!

CLASES PRESENCIALES

Abriendo Mentes, Cerrando Estigmas "A.M.C.E." (P) SÓLO ESPAÑOL

Your family's mental and emotional health starts with you. Come and learn how to support your mental and emotional well-being. This class is 6-8 weeks long.

Arte para el Alivio del Estrés (P) SÓLO INGLÉS

El arte puede ser una herramienta poderosa para aliviar el estrés. ¡Ven y descubre el poder sanador del arte! Aprende nuevas formas de relajarte, expresarte y desarrollar habilidades para controlar el estrés a través de la creatividad. Deja que tu creatividad fluya y el estrés se disipe.

Bienestar Floreciente (P) SÓLO INGLÉS

Las clases de bienestar de *Blooming Wellness* son una serie de sesiones diseñadas específicamente para madres, que ofrecen un espacio de apoyo para priorizar el bienestar físico y mental. Cada clase brinda a las mujeres herramientas y conocimientos prácticos, desde nutrición y ejercicio hasta atención plena y manejo del estrés, ayudándolas a cuidarse a sí mismas con la misma dedicación con la que cuidan a los demás. Ya sea que estés experimentando la maternidad por primera vez o buscando el equilibrio entre la vida familiar, estas clases te brindan la orientación y el apoyo de una comunidad para que florezcas con confianza y vitalidad.

Hacer de la Familia un Placer Parte 2 (P) CLASE CONTINUADA - INSCRIPCIONES CERRADAS

El objetivo de esta clase es que a partir de reconocer que cada hogar es UNICO, ambos padres puedan coincidir en un "estilo" de crianza y que este estilo sea hecho en un ambiente amorosamente positivo.

Mamá con Mamá - ONLY FOR SPANISH SPEAKING MOTHERS

¿Buscas un espacio para hablar con otras mamás sobre tus dudas, alegrías y desafíos de la maternidad? Cada semana, este grupo se reunirá para conversar sobre diversos temas de crianza, como la organización del hogar, la disciplina, ideas para una alimentación saludable y mucho más. Es más que una clase: es un grupo de apoyo. ¡Mamás que se apoyan mutuamente!

Sanja Mann (P) SOLO PARA FAMILIAS QUE HABLAN PUNJABI/HINDI/URDU

Dirigida a todas las familias que hablan punjabi, hindi o urdu, esta clase ofrece a los padres la oportunidad de compartir sus ideas y mejorar sus prácticas de crianza, como el autocuidado, las habilidades para las relaciones interpersonales, la educación de los hijos, el desarrollo infantil, etc.

Padres Ayudando a Padres (P)

Este es un grupo de apoyo para padres diseñado para ayudar a las familias a fomentar la fortaleza emocional, las habilidades de afrontamiento y la confianza en sus hijos, y en sí mismos. Juntos, exploraremos cómo afrontar los desafíos con calma, conexión y crecimiento.

Zumba (P) CLASE BILINGÜE

¡Una clase de Zumba bilingüe divertida y energizante, especialmente para padres! Baila, muévete y tómate un tiempo para ti mismo mientras mejoras tu bienestar general.

TALLER VIRTUAL: KidPower: Seguridad en la Primera Infancia SOLO EN ESPAÑOL - Miércoles, 18 de Marzo 10:30AM-11:30AM

Únase a nosotros en un taller interactivo y enriquecedor impartido por KidPower, centrado en la seguridad de los niños pequeños. Las familias aprenderán estrategias prácticas para ayudar a sus hijos a desarrollar confianza, establecer límites y mantenerse seguros en casa, en la escuela y en la comunidad. Este taller abordará habilidades de seguridad apropiadas para la edad, cómo reconocer situaciones de riesgo y cómo los adultos pueden apoyar a los niños en el desarrollo de sólidas habilidades de seguridad.

Excursion: Contra Loma con Parques Regionales de East Bay - Jueves, 2 de Abril 10:00am-2:30pm

Únase a nosotros para una divertida e interesante excursión al Parque Regional Contra Loma, donde un naturalista del Distrito de Parques Regionales de East Bay guiará a las familias a través de actividades prácticas y observaciones de la naturaleza. Los participantes tendrán la oportunidad de explorar el entorno natural del parque, aprender sobre la fauna y flora local y disfrutar de experiencias interactivas. **El cupo es limitado. No se permiten carritos de bebé.**

Taller de Rising Sun SOLO ESPAÑOL - Martes, 7 de Abril 10:00am-11:00am

¡Únase a nosotros en un taller informativo del Rising Sun Center for Opportunity! Descubra cómo su programa **Green House Calls** ayuda a las familias a ahorrar energía, reducir sus facturas de servicios públicos y hacer que sus hogares sean más cómodos y saludables, sin costo alguno. Los participantes aprenderán maneras sencillas y prácticas de reducir el consumo de energía y agua, mejorar la eficiencia energética de sus hogares y acceder a recursos y servicios gratuitos disponibles en nuestra comunidad. Este taller es ideal para familias e inquilinos que desean ahorrar dinero, conservar recursos y crear un hogar más sostenible.

TALLER VIRTUAL: KidPower: Enseñando Límites y Consentimiento SOLO ESPAÑOL - Miércoles, 15 de Abril 10:30am-11:30am

Únase a nosotros en un taller interactivo y enriquecedor dirigido por Kid Power, centrado en ayudar a los niños a aprender sobre los límites y el consentimiento de una manera adecuada para su edad. Las familias y los cuidadores aprenderán herramientas prácticas para enseñar a los niños a expresar sus necesidades, respetar los límites de los demás y alzar la voz cuando algo no les parezca correcto.

Concurso de Talentos Pequeñas Estrellas - Miércoles, 29 de Abril 4:00PM-7:00PM

¡La Noche de *Concurso de Talentos Pequeñas Estrellas* es una alegre celebración de la creatividad, la confianza y la diversión en familia! Únete a nosotros para una velada donde nuestras pequeñas estrellas brillarán con luz propia: cantando, bailando, actuando y compartiendo sus talentos únicos junto a sus familiares. Será una noche llena de risas, aplausos y recuerdos inolvidables.

Celebración del Día del Niño - Jueves, 30 de Abril 11:00am-1:00pm

¡Únete a nosotros para un Día del Niño divertido y lleno de color! Este alegre evento se centra en el juego, la creatividad y el descubrimiento a través de actividades adecuadas para cada edad, como música y movimiento, cuentacuentos, juegos sencillos, manualidades y juegos sensoriales. El día fomenta la interacción social, la imaginación y la felicidad en un entorno seguro y estimulante, celebrando la singularidad y el desarrollo temprano de cada niño.



Linktree de Centro de Los Primeros 5 del Este del Condado

Escanee este código QR para acceder al formulario de inscripción de nuestro centro (para familias nuevas), los calendarios digitales de sesiones, las descripciones de las clases y el formulario de inscripción/lista de espera.

Signaos en las redes sociales!



@eastcountfirst5center



East County First 5 Center

Eventos / Talleres

Parques Regionales de East Bay: Plantas (2 años a 5 años) - Martes, 3 de Marzo 10:00am

Nos complace dar la bienvenida a East Bay Regional Parks a nuestro centro para una presentación educativa sobre plantas dirigida a niños. Esta presentación se centrará en introducir conceptos básicos sobre las plantas de una manera atractiva y adecuada para su edad.

Social de Papi y Yo: Picnic de Primavera - Martes, 10 de Marzo 3:00pm-5:00pm

¡Únete a nosotros para un picnic primaveral diseñado especialmente para padres e hijos! Disfruta del aire libre, juegos espontáneos y actividades sencillas con temática primaveral mientras los niños exploran, se mueven y socializan a su propio ritmo. Trae una manta, algo para comer y muchas ganas de disfrutar de un picnic mientras celebramos la primavera juntos con música, burbujas y juegos.

RANG UTSAB: HOLI - Sábado, 14 de Marzo 11:00AM- 1:00PM

Holi es un festival de colores originario de la India. Ven y únete a nosotros en el parque Buchanan para disfrutar de actividades con colores, como lanzar globos de agua de colores, teñir ropa, bailar y mucho más. Familias, la ropa se manchará, así que vengan preparados. La tradición es vestir de blanco y regresar a casa con la ropa cubierta de colores.

Celebración del Día de San Patricio - Lunes, 16 de Marzo 4:30PM-5:30PM

¡Únete a nosotros para una divertida y festiva celebración del Día de San Patricio para todas las edades! Los pequeños duendes disfrutarán de juegos, manualidades, música y muchísimas actividades con temática verde. Desde manualidades con tréboles hasta deliciosos dulces, este alegre evento está lleno de risas, creatividad y un toque de magia irlandesa. ¡Vístete de verde y ven a celebrar un día lleno de suerte y diversión!