

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado
Clases Parentales en Azul Clases para niños en verde Eventos en Púrpura Escanea el código QR para inscribirte		Juego libre disponible De lunes a viernes De 8:30 a 12:30 y de 13:30 a 16:30 Sábados De 8:30 a 12:30	Hora del Cuento y Arte AM1 (3 años) 9-10 Dame 5 Matemáticas (3 años) 10-11 Ingeniería de Preparación para el Kinder(4-5años) 11-12 Mentes Positivas Virtual Español (Adultos) 10-12 Periodo de Preparación para Kinder (4-5 años) 2-3 Papás: Virtual 24/7 (Adultos) 3-4 Hora de cuentos y PM de arte (3 años) 4-5	2 Rosh Hashaná (Año Nuevo Judío) ABC Yoga AM (3 años) 9-10 Hora del cuento de otoño y arte (3-5 años) 10-11 Zumbini (3 años) 11:45-12:45	3 Niños y Deportes (3-5 años) 9:30-10:30 Sorpresa del Súper Sábado (2-5 años) 11-12
5 Día Nacional de la Salud Infantil Aventuras Artísticas (3 años) 9-10 Alivio del estrés a través del arte(Adultos) 10-11 Bright & Beyond AM (2 años) 11-12 Aventuras Artísticas Eng(3 años) 2-3 Bright & Beyond PM (2 años) 3-4 STEM y Brotes (3-5 años) 4-5	6 Ayúdame a crecer (por invitación) 9-10 Curiosos (1 año) 10-11 Ayúdame a crecer (Por invitación) 11-12 Momentos destacados para niños pequeños (2 años) 1:30-2:30 Contemos y Matemáticas con la Sra. Bernice (3-5 años) 4:30-5:30 Distribución de alimentos (Adultos) 11-12:30 Padres Protectores Abarca. (Adultos) 5:30-8 Triple P Inglés Virtual (Adultos) 6:30-8:30	7 Caminata y nutrición (Adultos) 9:30-10:30 Puente a Kindergarten (4-5 años) 9:30-11 Hoja de ruta hacia el jardín de niños (Adultos) 9:30-11 Jump Bunch (3 años) 11-12 ABC Yoga PM (3 años) 2-3 Brillantes y Más Allá de los Bebés (8-18 meses) 3:30-4:30 Triple P Baby Inglés (Adultos) 6-8	8 Día 8 del Héroe Nacional Hora de cuentos y arte AM (3 años) 9-10 Café Virtual con los CRS (Adultos) 10-11 Dame 5 Matemáticas (3 años) 10-11 Ingeniería de Preparación para el Kinder(4-5años) 11-12 Mentes Positivas Virtual Español (Adultos) 10-12 Periodo de Preparación para Kinder (4-5 años) 2-3 Papás: Virtual 24/7 (Adultos) 3-4 Hora de cuentos y PM de arte (3 años) 4-5	9 ABC Yoga AM (3 años) 9-10 Hora del cuento de otoño y arte (3-5 años) 10-11 Zumbini (3 años) 11:45-12:45	10 CERRADO
12 CERRADO Día de los Pueblos Indígenas 	13 Ayúdame a crecer (por invitación) 9-10 Curiosos (1 año) 10-11 Ayúdame a crecer (Por invitación) 11-12 Contemos y Matemáticas con la Sra. Bernice (3-5 años) 4:30-5:30 Café Padre (Adultos) 10-11:30 Padres Protectores Abarca. (Adultos) 5:30-8 Triple P Inglés Virtual (Adultos) 6:30-8:30	14 Caminata y nutrición (Adultos) 9:30-10:30 Puente a Kindergarten (4-5 años) 9:30-11 Hoja de ruta hacia el jardín de niños (Adultos) 9:30-11 Jump Bunch (3 años) 11-12 Taller de Entrenamiento para Hacer el Baño en Inglés Virtual (Adultos) 2:30-3:30 Brillantes y Más Allá de los Bebés (8-180) 3:30-4:30 Triple P Baby Inglés (Adultos) 6-8	15 Inicio de la inscripción Hora de cuentos y arte AM (3 años) 9-10 Mentes Positivas Virtual Spanish (Adultos) 10-12 Melanin Chat Group (Adultos) 10-11 Papás: Virtual 24/7 (Adultos) 3-4 Hora de cuentos y PM de arte (3 años) 4-5	16 Hora del cuento de otoño y arte (3-5 años) 10-11 Zumbini (3 años) 11:45-12:45 Historias bilingües con un bibliotecario (Todas las edades) 1:15-2	17 Niños y Deportes (3-5 años) 9:30-10:30 Sorpresa del Súper Sábado (2-5 años) 11-12
19 Diwali Aventuras Artísticas (3 años) 9-10 Alivio del estrés a través del arte (Adultos) 10-11 Bright & Beyond AM (2 años) 11-12 Aventuras Artísticas Eng (3 años) 2-3 Bright & Beyond PM (2 años) 3-4 STEM y Brotes (3-5 años) 4-5	20 Ayúdame a crecer (por invitación) 9-10 Ayúdame a crecer (Por invitación) 11-12 Distribución de alimentos (Adultos) 11-12:30 Momentos destacados para niños pequeños (2 años) 1:30-2:30 Padres Protectores Abarca. (Adultos) 5:30-8 Triple P Inglés Virtual (Adultos) 6:30-8:30	21 Puente a Kindergarten (4-5 años) 9:30-11 Hoja de ruta hacia el jardín de niños (Adultos) 9:30-11 ABC Yoga PM (3 años) 2-3 Triple P Baby Inglés (Adultos) 6-8	22 Ingeniería de Preparación para el Kinder (4-5 años) 11-12 Mentes Positivas Virtual Español (Adultos) 10-12 Periodo de Preparación para Kinder (4-5 años) 2-3	23 ABC Yoga AM (3 años) 9-10	24 Excursión Dad & Me a Contra Loma con EBRP (Todas las edades) 10-12
26 Aventuras Artísticas Abarca 9-10 Alivio del estrés a través del arte(Adultos) 10-11 Bright & Beyond AM (2 años) 11-12 Aventuras Artísticas Eng (3 años) 2-3 Bright & Beyond PM (2 años) 3-4 STEM y Brotes 4-5	27 Ayúdame a crecer (Por invitación) 9-10 Ayúdame a crecer (Por invitación) 11-12 Padres Protectores Abarca. (Adultos) 5:30-8 Triple P Inglés Virtual (Adultos) 6:30-8:30	28 Puente a Kindergarten (4-5 años) 9:30-11 Hoja de ruta hacia el jardín de niños (Adultos) 9:30-11 Triple P Baby Inglés (Adultos) 6-8	29 Festival de Otoño (Todas las edades) 10:30-12:30 Mentes Positivas Virtual Español (Adultos) 10-12	30 CERRADO 	31 Halloween CERRADO

Centro Delta First 5 ***Descripciones de clases y eventos*** ***Septiembre/Octubre 2026***

Delta First 5 Center



In partnership with:



ABC Yoga – miércoles y viernes

(En persona) 3 años

Esta clase de yoga para principiantes introduce los fundamentos básicos del yoga mediante posturas simples, técnicas de respiración y movimiento consciente.

Aventuras Artísticas - Lunes

(En persona) 3 años

En esta clase, los niños tendrán la oportunidad de interactuar con diferentes materiales y practicar compartir lo que crean con otros.

Puente a Kinder – Miércoles

(En persona) 4-5 años

Niños y padres comenzarán a aprender las habilidades necesarias para estar listos para la escuela. Las actividades coincidirán directamente con los estándares de California para kínder. Esta clase comienza en otoño y continúa durante la primavera

Bright & Beyond - Lunes

(En persona) 1-2 años

Esta clase mostrará cómo usar las tarjetas de actividades Bright & Beyond en casa con tu hijo. Las tarjetas de actividades Bright & Beyond fomentan el desarrollo de los niños con actividades fáciles y agradables para padres e hijos. Las tarjetas ofrecen actividades interesantes y específicas para cada edad que promueven el pensamiento, la coordinación, la creatividad y más, usando objetos simples y cotidianos que las familias ya tienen en casa.

Bright & Beyond para Bebés - Miércoles

(En persona) 8-18 meses

Esta clase mostrará cómo usar las tarjetas de actividades Bright & Beyond en casa con tu bebé. Las tarjetas de actividades Bright & Beyond fomentan el desarrollo de los niños con actividades fáciles y agradables para padres y bebés. Las tarjetas ofrecen actividades interesantes y específicas para cada edad que promueven el pensamiento, la coordinación, la creatividad y más, usando objetos simples y cotidianos que las familias ya tienen en casa.

Curiosos – Martes

(En persona) 1 año

Este programa de arte y movimiento ayudará a tu hijo a desarrollar habilidades motoras finas, coordinación mano/ojo, habilidades emocionales, resolución de problemas, habilidades intelectuales, pensamiento creativo al ejecutar un proyecto y aprender a seguir instrucciones.

Hora de cuentos y arte de otoño – Viernes

(En persona) 3-5 años

Esta clase consiste en hora de cuentos, discusión grupal, participación en clase y la oportunidad de hacer roles, todo en uno, relacionado con la temporada de otoño.

Dame 5 Littles – Lunes – CLASE LLENA

(En persona) – 1 año

Las familias pueden participar en recursos de alfabetización de alta calidad y actividades que fomentan el aprendizaje y el amor por la lectura (en colaboración con Tandem, Partners in Literacy).

Dame 5 Matemáticas – Jueves

(En persona) – 3 años

Descubre nuevos libros y actividades matemáticas con Tandem, Partners in Early Learning, a través de sesiones interactivas diseñadas tanto para cuidadores como para niños.

Momentos destacados para niños pequeños – Martes

(En persona) – 2 años

Esta clase se enfoca en el aprendizaje alegre y basado en el juego. Combina la alfabetización temprana, la exploración sensorial y el crecimiento socioemocional a través de historias, música y juegos creativos.

Jump Bunch - Miércoles

(En persona) 3 años

Ven a aprender más sobre cómo involucrar a los niños en el desarrollo de sus habilidades motoras gruesas mientras practican patrones de secuenciación y trabajo en grupo, introduciéndolos en el juego de actividades deportivas organizadas, para prepararlos para el éxito en la vida y la escuela.

Niños y Deportes - Sábados

(En persona) 3-5 años

Introducing sports for kids es una clase basada en desarrollar a nuestros pequeños; incluyendo sus habilidades motoras finas, habilidades motoras gruesas, aumento de la coordinación mano-ojo y, finalmente, resolución de problemas.

Preparación para el Kinder – Jueves

(En persona) 4-5 años

Los padres obtendrán información valiosa sobre las habilidades de preparación deseables que ayudarán a su hijo a empezar bien cuando inicie la escuela.

Contando y Ordenando con la Sra. Bernice – Martes

(En persona) 3-5 años

Padres y cuidadores explorarán y se relacionarán con sus hijos de manera fundamental, aprendiendo y comparando números y colores, mientras que los niños mejoran sus habilidades de memoria usando materiales cotidianos.

STEM y Sprout – Lunes

(En persona) 3-5 años

En esta clase, los niños explorarán diferentes actividades que involucran Ciencia, Tecnología, Ingeniería y Matemáticas. Esta clase será dirigida por un grupo de voluntarios.

Hora del cuento y arte – jueves

(En persona) 3 años

Esta clase consiste en hora de cuentos, discusión grupal, participación en clase y la oportunidad de hacer roles, todo en uno.

Súper Sorpresa Sábado – Sábados

(En persona) 2-5 años

¡Únete a nosotros en la Clase Sorpresa del Súper Sábado! Cada semana trae nuevas actividades divertidas para que padres e hijos de 2 a 5 años disfruten juntos. Desde manualidades creativas hasta juegos divertidos, nunca sabes qué sorpresa emocionante te espera.

Zumbini – Viernes

(En persona) 3 años

La clase incluye bailar, cantar y tocar diferentes instrumentos para conocer la música y todos sus beneficios. Esta clase introduce los movimientos básicos como moverse de lado a lado, aplaudir, rebotar, saltar, tocar los dedos de los pies, etc.

Papás 24/7 – Jueves

(Virtual) Adultos

Un programa de paternidad basado en evidencia que ayuda a empoderar a padres y cuidadores masculinos para mejorar su conocimiento, comportamiento y habilidades de papás de todas las razas, religiones y demografías.

Mentes Positivas (en español) – Jueves

(Virtual) Adultos

Mentes Positivas es un programa de bienestar de 8 semanas que enseña herramientas prácticas para manejar el estrés, reducir la ansiedad y construir el equilibrio emocional. Las sesiones se enfocan en habilidades cognitivo-conductuales, pensamiento positivo y hábitos saludables de afrontamiento en la vida diaria.

Padres de Cuidado en Español – Martes

(En persona) Adultos

Este es un programa grupal de 24 semanas. Los padres aprenden sobre cómo reconocer y entender sentimientos, masajes para bebés e hijos, rutinas de crianza de cuidado, alternativas a golpear, desarrollo infantil y formas de construir autoestima y autoconcepto.

Hoja de ruta hacia Kindergarten – Miércoles

(En persona) Adultos

Esta clase está diseñada para ayudar a los padres a prepararse para la transición de su hijo al Kínder. Los padres recibirán una Hoja de Ruta del año que ayudará a aumentar su conocimiento sobre el desarrollo infantil y la preparación escolar. Esta clase comienza en otoño y continúa durante la primavera.

Alivio del estrés a través del arte – Lunes

(En persona) Adultos

En esta clase, los padres podrán discutir los diferentes tipos y desencadenantes del estrés mientras exploran diferentes actividades para aliviar el estrés que también pueden realizarse en casa o en la comunidad. Algunos temas abordados incluyen meditación, pintura y aceites esenciales.

Triple P Inglés Virtual – Martes

(Virtual) Adultos

La clase Triple P es una clase de crianza positiva. En esta clase los padres aprenderán a disciplinar a su hijo, y la parte difícil de la crianza es establecer un ambiente de aprendizaje positivo usando disciplina asertiva.

Triple P Baby English Virtual – Miércoles

(Virtual) Adultos

La clase Triple P es una clase de crianza positiva. En esta clase los padres aprenderán a disciplinar a su hijo, y la parte difícil de la crianza es establecer un ambiente de aprendizaje positivo usando disciplina asertiva.

Caminata y Nutrición – Miércoles

(En persona) Adultos

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

Excursión de Papá y Yo a Contra Loma con EBRP – 24 de octubre

(en persona) Todas las edades

Acompáñanos en colaboración con East Bay Regional Parks para una excursión en Contra Loma en Antioch. Las familias son bienvenidas. **Papá debe estar presente.**

Naturalistas EBRP presentes: Aves – 4 de septiembre

(en persona) Todas las edades

Acompáñanos mientras los Naturalistas de East Bay Regional Parks, vienen al centro para compartir y ayudarnos a explorar el mundo de las aves. ¡Incluso podrían traer a algunos amigos con ellos!

Festival de Otoño – 29 de octubre

(en persona) Todas las edades

¡Celebra la temporada en nuestro Festival de Otoño! Únete a nosotros en un evento divertido donde podrás crear manualidades con temática otoñal y participar en actividades de temporada

Distribución de alimentos – 1 y 15 de septiembre, 6 y 20 de octubre

(En persona) Adultos

Pásate por nuestro centro para recoger comida para tu familia y así ayudar a estirar el presupuesto. Esta es una oportunidad para conseguir suministros y hablar sobre otras formas de alimentar a tu familia.

Tiempo de Abuelos y Yo – 12 de septiembre

(En persona) 2-5 años

Esta clase especial invita a los abuelos a pasar tiempo de calidad y a crear lazos con sus pequeños aprendices a través de actividades divertidas diseñadas para apoyar el desarrollo infantil temprano

Café Padre – 8 de septiembre y 13 de octubre

(En persona) Adultos

Los Cafés de Padres involucran a padres y cuidadores en conversaciones significativas sobre lo que más importa: su familia y cómo fortalecer esa familia construyendo factores de protección.

Taller de Entrenamiento para Ir al Baño: Inglés Virtual – 14 de octubre

(Virtual) Todas las Edades

Este taller dará a los padres información para ayudar en el entrenamiento para ir al baño a su hijo. Los temas de este taller incluirán la preparación para el entrenamiento para ir al baño, señales de preparación por parte de tu hijo, formas de reforzar positivamente a tu hijo y posibles retrocesos.

Taller de Entrenamiento para Ir al Baño, Español Virtual – 9 de septiembre

(Virtual) Todas las Edades

Este taller dará a los padres información para ayudar en el entrenamiento para ir al baño a su hijo. Los temas de este taller incluirán la preparación para el entrenamiento para ir al baño, señales de preparación por parte de tu hijo, formas de reforzar positivamente a tu hijo y posibles retrocesos.

Historias bilingües con un bibliotecario – 18 de septiembre y 16 de octubre
(en persona) Todas las edades

En esta clase, los niños y las familias disfrutarán compartir historias tanto en inglés como en español, y después realizarán una actividad basada en la historia leída.

Café Virtual con CRS – 10 de septiembre y 8 de octubre

(Virtual) Adultos

Únete al equipo de CRS para conocer los recursos disponibles en la comunidad. Este es un taller virtual bilingüe con nuestros Especialistas en Recursos Comunitarios: Chelsea, Rocio y Ty.

Horas de Oficina Virtuales – Lunes y Martes

(Virtual) Adultos

Si necesita ayuda o desea hablar con nosotros fuera de horario, por favor llame a la Sra. Rhea o a la Sra. Chelsea entre 5 y 6:30 pm.