



River Oak
Center for Children



Family Resource Center CALENDAR/CALENDARIO

January/Enero 2021

Monthly MAA Topic: National Glaucoma Awareness Month
MAA Tema del mes: Nacional de Concientización sobre el Glaucoma

LOCATED AT/DIRECCIÓN:
Fruit Ridge Community Collaborative
4625 44th St Rm 36 Sacramento CA 95820
www.facebook.com/RiverOakCenter

Sunday/domingo	Monday/lunes	Tuesday/martes	Wednesday/miércoles	Thursday/jueves	Friday/viernes	Saturday/sábado
<p>Registration is REQUIRED for ALL classes & events Call (916) 873-9863 to register.</p> <p>FRC office is temporary closed Classes and Services will be offered over the phone or via teleconferencing.</p> <p>La oficina de FRC está cerrada temporalmente Las clases y servicios se ofrecerán por teléfono o por teleconferencia.</p>						
<p>3 SE REQUIRE inscripción para TODAS las clases y eventos. Llame al (916)873-9863 para registrarse</p>	<p>4 PAC Meeting / Junta de Padres 9:30am-10:30am</p>	<p>5 MPAP- English Session 1 3:00pm-5:00pm</p>	<p>6 Motivated Parents. Padres Motivados 10:00am-11:00am</p>	<p>7 MPAP- English Session 2 3:00pm-5:00pm</p>	<p>8 Once upon a Chef /Érase una vez un cocinero 2:00pm-3:00pm</p>	<p>9</p>
<p>10 Please be on time for all classes. We have a ten minutes policy. IF you arrive after the ten minutes you will NOT be admitted into the class.</p>	<p>11 Safe Sleep Baby Workshop/ Taller de Sueño Seguro bebé 10:00am- 12:00pm</p>	<p>12 Preschool Circle Time/ Hora del círculo preescolar 10:00am- 11:00am</p> <p>MPAP- English Session 3 3:00pm-5:00pm</p>	<p>13 Creative Creations / Creaciones Creativas 10:00am to 12:00pm</p>	<p>14 MPAP- English Session 4 3:00pm-5:00pm</p>	<p>15 Teen Talk./ Conversacion Adolescente 3:00pm-4:30pm</p>	<p>16 Teen</p>
<p>17 Por favor, sea puntual para todas las clases. Tenemos una política de diez minutos. Si llega después de los diez minutos NO sera admitido a la clase.</p>	<p>18 FRC CLOSED/ CERRADO</p>	<p>19 Little Tree - School Age/ Arbolito - Edad escolar 2:30pm-3:30pm</p>	<p>20 Resource Class Presentation/ Clase de Recursos 10:00am- 11:00am</p>	<p>21 Little Explorers- (0-5)/ Pequeños Exploradores - 10:00am-11:00am</p>	<p>22 Once upon a Chef/ Érase una Vez un cocinero 2:00pm-3:00pm</p> <p>Our Time 4:00pm-5:00pm</p>	<p>23</p>
<p>24</p>	<p>25 Little Big Athletes / Pequeños Grande Athleticos 2:30pm-3:30pm</p>	<p>26 Magnificent Mothers/ Madres Magnificas 10:00am-11:00am</p>	<p>27 Growing Parents. Padres en Crecimiento 10:00am-11:00am</p> <p>Nurturing Parenting Program- Infants, Toddlers, Preschoolers- Session 1 3:00pm-5:00pm</p>	<p>28 Nurturing Parenting Program- Infants, Toddlers, Preschoolers'- Session 1 9:30am-11:30am</p>	<p>29 Adventure & Discovery Club / Club de Aventura y Descubrimiento 3:30pm-5:00pm</p>	<p>30</p>
<p>31</p>						

Creative Creations-/Creaciones Creativas– art and craft workshop for parents.Taller de arte y manualidades para padres.

Motivated Parents/ Motivados Padres– Self care workshop for parents to hang out and mingle with other FRC parents while making a 2021 calendar. Taller de autocuidado para que los padres pasen el rato y se relacionen con otros padres de FRC mientras hacen un calendario 2021.

Growing Parents/ Padres en Crecimiento– Self care Workshop– where FRC participants can come together virtual and learn about how to clean jewelry. /Taller de autocuidado: donde los participantes de FRC pueden reunirse de forma virtual y aprender a limpiar joyas.

Our Time: A social gathering hour for African American families to come together and play games, have group discussions and learn about events occurring in the Oak Park Community.

Adventure & Discovery Club /Club de Aventura y Descubrimiento (Age 6-12)– School Readiness workshop—Building water powered rockets, and rubber band power helicopters. Construcción de cohetes impulsados por agua y helicópteros de potencia con bandas de goma.

Little Tree School Readiness (Ages 6-12)– participants will be doing a science experiment with Ice Cream! ;los participantes harán un experimento científico con nieve.

Little Big Athletics/ Pequeños Grande Atleticos (Ages 6-12)– school readiness workshop that will go over what are sports and how to stay active playing sports. / Taller de preparación escolar que repasará qué son los deportes y cómo mantenerse activo practicando deportes.

Magnificent Mothers/- a self care workshop—participants will be making a DIY Self Care Jar while having social interaction with other FRC participants. un taller de autocuidado: los participantes harán un frasco de autocuidado de bricolaje mientras interactúan socialmente con otros participantes de FRC.

Resource Class/ Clase de Recursos—Presentations to families by local Sacramento organizations on different resources. Presentaciones a familias por organizaciones locales de Sacramento sobre diferentes recursos.

Once Upon a Chef (Ages 3-10)/ Érase una vez un cocinero– cooking classes that will go over fun winter kids treats. /clase de cocina que repasará las divertidas golosinas de invierno para niños

Little Explorers 0-5 / Pequeños Exploradores– Science and Math activities for parents children ages 0-5./Actividades de ciencia y matemáticas para padres e hijos de 0 a 5 años

Circle Time 0-5 / Tiempo de Circulo– We will be reading doing an activity that goes along with the story. /Leeremos y haremos una actividad que vaya junto con la historia.

Teen Talk/ Conversación adolescente– Discussion, Art, and more. This workshop is offered for teens ages 13-17. Discusión, arte y más. Este taller se ofrece para adolescentes de 13 a 17 años.

Safe Sleep Baby Workshop/ Taller de sueño Seguro– This workshop will go over the ABC's of safe sleep. Este taller repasará el ABC del sueño seguro.

Parenting Workshops: Meets Sacramento County Child Welfare Services requirements . Offered Virtually Via Zoom.
Please call (916)-873-9863 Pre– Registration is Required!;Se requiere preinscripción!

Nurturing Parenting Program– Nurturing Parenting program curriculum for parents who have children ages birth to school aged. These series of workshops focus on nurturing parenting, disciplining, helping kids manage behavior, self expression and more! *Plan de estudios del programa de crianza con carino para padres que tienen hijos desde el nacimiento hasta la edad escolar. ;Esta serie de talleres se enfoca en fomentar la crianza de los hijos, disciplinar, ayudar a los niños a manejar el comportamiento, la autoexpresión y más!

Make Parenting a Pleasure– A series of 13 sessions workshop that focuses on effective and positive parenting techniques that allow parents to learn “tips and tricks” on how to communicate more effectively. Una serie de talleres de 13 sesiones que se enfoca en técnicas de crianza eficaces y positivas que les permiten a los padres aprender “consejos y trucos” sobre cómo comunicarse de manera más efectiva.

RIVER OAK CENTER FOR CHILDREN

Birth & Beyond

Family Resource Center

January/ Enero

2021 CALENDAR/CALENDARIO



River Oak
Center for Children



**River Oak Family Resource Center
Fruit Ridge Community Collaborative
4625 44th St., Room 36 Sacramento, CA 95820
www.facebook.com/RiverOakCenter**

**Call 916)-873-9863 to register for classes and receive more information
Llame al 916)-873-9863 para registrarse por clases y recibir más información**