

**Important Notes/**  
**Notas importantes**

Registration is **REQUIRED** for ALL classes & events Call (916)226-2725 to register.


All In-Person are currently held virtually via Zoom.


SE REQUIRE inscripción para TODAS las clases y eventos. Llame al (916)226-2725 para registrarse.

Todos los servicios de en-persona se ofrecen virtual por Zoom.

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.

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.



Monday/lunes	Tuesday/Martes	Wednesday/Miércoles	Thursday/Jueves	Friday/Viernes
		<b>1</b> PAC Meeting/ Junta de Padres 10:00-11:00am	<b>2</b>	<b>3</b>
<b>6</b>	<b>7</b> FRC participants Drive Thru- Pick Up Participantes de FRC Drive-Thru: Para recoger materiales 1pm-4pm  MPAP : English D Session 1 3pm-5pm	<b>8</b> <b>Creative Creations</b> 10am-12pm	<b>9</b> Crochet the Stress away / Desestresarse con Tejer 10am- 11:30am  Little Big Athletes / Pequeños Grande Athleticos 4 pm-5 pm	<b>10</b> Once upon a Chef /Érase una vez un cocinero 4:00pm-5:00pm
<b>13</b> <b>Craft 4 Kids/ Arte para Niños</b> 4:00pm- 5:00pm  NPP:School Age Session 1 4pm-6pm	<b>14</b> Crochet the Stress away / Desestresarse con Tejer 10am- 11:30am  MPAP: English D Session 2 3pm-5pm	<b>15</b> Preschool Circle Time/ Hora del círculo pre-escolar 3:pm- 4pm  NPP:School Age Session 2 4pm-6pm	<b>16</b> <b>Family Night</b> 3pm-5pm	<b>17</b>
<b>20</b> FRC Closed 	<b>21</b> MPAP: English D Session 3 3pm-5pm  MPAP : Spanish Session 1 5pm-7pm	<b>22</b> <b>Adventure &amp; Discovery Club/ Club de Adventure y Descubrimiento</b> 3:30pm-4:30pm  NPP:School Age Session 3 4pm-6pm	<b>23</b> Little Explorers- (0-5)/ Pequeños Exploradores - 4pm- 5pm  MPAP : Spanish Session 2 5pm-7pm  Let's Connect 2:30pm -3:30pm	<b>24</b> Teen Talk./ Conversacion Adolescente 3:30pm-4:30pm
<b>27</b>	<b>28</b> Crochet the Stress away / Desestresarse con Tejer 10am- 11:30am  Health and Fitness Class 4pm-5pm  MPAP : Spanish Session 3 5pm-7pm			

Self Care– Workshops	Parent-Child Bonding Workshops	School Readiness	Informational Workshops
<ul style="list-style-type: none"> <li>Creative Creations / Creaciones Creativas</li> <li>Teen Teen Talk./ Conversacion Adolescente 13-17</li> <li>Crochet the Stress away</li> <li>Craft 4 for kids</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Once upon a Chef /Érase una vez un cocinero</li> <li>Little Big Athletes / Pequeños Grande Athleticos</li> <li>Adventure &amp; Discovery Club/ Club de Adventure y Descubrimiento 6-12</li> <li>Let's Connect</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Preschool Circle Time/ Hora del círculo preescolar 0-5</li> <li>Little Explorers– (0-5)/ Pequeños Exploradores</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Crisis Nursery Presentation</li> <li>Safe Sleep Baby Workshop/Taller de Sueño Seguro bebé</li> </ul>

Parenting Workshops: *Meets Sacramento County Child Welfare Services requirements . Offered Virtually Via Zoom. Please call / Por Favor Llamar (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

February/Febrero

2023 CALENDAR/CALENDARIO



**River Oak**  
Center for Children



**River Oak Family Resource Center**  
**Fruit Ridge Community Collaborative**  
**4625 44<sup>th</sup> St., Room 36 Sacramento, CA 95820**  
**[www.facebook.com/RiverOakCenter](http://www.facebook.com/RiverOakCenter)**

**Call (916)226-2725 to register for classes and receive more information**  
**Llame al (916)226-2725 para registrarse por clases y recibir más información**