

Free Family Activities and Classes

LSS FAMILY RESOURCE CENTERS

PARENT AND CHILD ACTIVITIES

Infant Massage

An opportunity for parents to learn massage techniques which nurture their babies' psychological, physiological, and developmental growth. Infant massage can foster healthy self-esteem and increases bonding between parents and their babies

Kids in the Kitchen

Start healthy habits early! Parents and Children discover how to help children stay at a healthy weight through improving food choices, increasing physical activity, and reducing screen time.

Milo and Moxie

Families will learn about safe home environments with Arizona Burn Foundation's Milo and Moxie program which focuses on burn prevention and fire safety.

Play SPOT

Kindergarten Readiness starts at birth. Parents and Children engage in six to seven hands on learning activities to build a foundation for learning success.

Messy Play

Hands-on interactive activities for children which help to develop physical and motor skills by exploring temperatures of materials. Kids get messy in the process.

Zumbini®

The Zumbini™ program is NOT a fitness class. It is an early childhood development class. The Zumbini™ program is designed to stimulate learning, inspire dance and movement, and strengthen the bond between parent and child.

♦ **Resource and Referral** Where do you turn when you need help? We offer comprehensive resource and referral services in a single location. Call your local Site Coordinator today! They are ready to be your partner in locating the resources and services you need.

♦ **Health Insurance Enrollment** Do you struggle applying for Health Insurance, Nutrition, and Cash assistance? Each Family Resource Center location has personal and private appointments available to assist you in enrolling in SNAP. Call us to schedule your personal appointment.

"This project has been funded at least in part with Federal funds from the USDA. This institution is an equal opportunity employer and provider."



Like us on

Facebook

www.facebook.com/LSSSWFRC

PARENT EDUCATION CLASSES

Flourishing Families

Protective Factors are what keep your family strong, and help you get through challenges. Protective Factors help us get through the storms of life, big and small. It's calling someone when you're stressed, or knowing what to do when your kid is throwing a fit, or trusting that you're doing your best. We'll be talking about the protective factors that you already have, and how you can keep on building them

Triple P (Positive Parenting Practices)

Most of the time, parenting is great fun. But there are times when things get a little tricky. Learn new ways to encourage behavior you want to see, deal with problem behaviors, become a more confident parent, be realistic about parenting and take care of yourself.

Raising A Reader® / Storytime

Parents who read and talk with their children daily are more prepared for school. Raising A Reader is designed to help parents and children develop skills to talk and read more daily. Each week parents and children will learn new skills, participate in literacy activities and exchange their Red Book Bag for at home fun.

Parent Café (Child Care will be provided)

Parent-lead community groups in which parents share, learn and find support. These parents groups provide opportunities for families to discuss matters important to them.

CLASSES FILL UP QUICK.

It is best to reserve your space in advance.

To reserve a space email or call. each center, **at least one day** prior to the class.



January-March 2023



	MON	TUE	WED	FRI	SAT
Sunnyslope	Infant Massage 10:00 am Raising a Reader Virtual 10:00 am Zumbini 11:15 am	Flourishing Families 10:00 am Kids in the Kitchen 11:00 am Play SPOT 4:00 pm English as a Second Lang 5:00 pm -7:00 pm	Triple P L2 or L3 SP Virtual 10:00 am - 11:30 am Diabetes Class 9:30 am -11:30 am Financial Literacy 3:00 pm	Zumbini 10:00 am Messy Play 11:00 am	English as a Second Language 10:00 am - 12:00 pm Play SPOT 10:00 am (Every other Saturday) Raising a Reader 11:00 am (Every other Saturday)
Phoenix	Play SPOT 10:00 am @ Yucca Library Grand Connections ENG Virtual 5:30 pm-7:00pm	Parent Café 12:30pm Grand Connections ENG Virtual 11:00 am - 12:30 pm		Infant Massage 10:00 am Zumbini 11:00 am	CLOSED
West Mesa	CLOSED	Messy Play 10:00 am Grand Connections ENG Virtual 11:00 am-12:30 pm Infant Massage 12:00 pm Financial Literacy 2:00 pm Eng as a Second Lang 3:00 pm-5:00 pm	Triple P Level 4 SP (Beg 2/1) 10:00 am-12:00 pm Raising a Reader 3:00 pm Kids in the Kitchen 4:00 pm	Parents Café 10:00am Triple P L2 or L3 SP 12:30 pm-2:00 pm (beginning 1/20) Eng as a Second Lang 2:30 pm-4:30pm	Zumbini 10:00 am Play SPOT 11:00 am Milo and Moxie (fire safety) 1/21 ONLY 12:00 pm
East Mesa	CLOSED	Readiness Basket 9:30 am-11:30 am (beginning 2/7) Kids in the Kitchen 4:00 pm	Parents Café 9:30 am Triple P L2 or L3 ENG 11:00 am-12:30 pm (beginning 1/18) Milo and Moxie (fire safety) 2/22 ONLY 1:00 pm	Raising a Reader ENG 10:00 am Play SPOT 11:00 am	Zumbini 10:00 am Messy Play 11:00 am

No Classes Centers Open Appointment Only

Holiday - Center Closed

Phoenix and Sunnyslope Special Event—
Call Center for Details

East and West Mesa Special Event—
Call Center for Details

January 2023

SUN	MO	TUE	WED	THU	FRI	SAT
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

February 2023

SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28				

March 2023

SUN	MO	TUE	WED	THU	FRI	SA
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	

Sunnyslope

Trinity Lutheran Church
9424 N 7th Ave
Phoenix, AZ 85021
Phone: 602-501-8652
zgoode@lss-sw.org

Phoenix

Chris-Town YMCA
5517 N 17th Ave
Phoenix, AZ 85015
Phone: 602-501-8840
lyanes@lss-sw.org

LSS-SW FAMILY RESOURCE CENTERS

Providing a variety of services to support families, parents, caregivers, expectant parents and their young children ages birth through age five (not yet in kindergarten).

West Mesa

First Evangelical Lutheran
142 N. Date
Mesa, AZ 85201
Phone: 480-489-5772
amontero@lss-sw.org

East Mesa

Our Saviors Lutheran
612 S. Ellsworth Rd
Mesa, AZ 85208
Phone: 480-489-5773
mmoreno@lss-sw.org

ACTIVIDADES DE PADRES E HIJOS

Masaje Infantil

Una oportunidad para que los padres aprendan técnicas de masajes que fortalece el crecimiento psicológico, fisiológico y de desarrollo de sus bebés. El masaje infantil puede fomentar una autoestima saludable y aumenta el vínculo entre los padres y sus bebés.

Niños en la Cocina

¡Comience hábitos saludables temprano! Padres e hijos descubren cómo ayudar a los niños a mantener un peso saludable a través de una mejor elección de alimentos, aumentando la actividad física y la reducción del tiempo frente a la pantalla.

Zumbini®

El programa Zumbini™ No es una clase de educación física. Es una clase de desarrollo de la primera infancia. El programa Zumbini™ está diseñado para estimular el aprendizaje, inspirar la danza y el movimiento, y fortalecer el vínculo entre padres e hijos.

Juego SPOT

La preparación para el kinder comienza al nacer. Los padres y niños participan en actividades de aprendizaje interactivas para construir una base exitosa del aprendizaje.

Milo y Moxie

Las familias aprenderán sobre ambientes seguros en el hogar con Milo y Moxie de la Fundación de quemaduras Arizona programa que se enfoca en prevención de quemaduras y seguridad contra incendios.

Jugar Ensuciandonos

Actividades interactivas para los niños que ayudan a desarrollar destrezas físicas y motoras mediante la exploración de las temperaturas de los materiales. Los niños terminaran sucios en el proceso.

♦ **Recursos y Referencias** ¿a dónde vas cuando necesitas ayuda? Ofrecemos servicios completos de recursos y referencias en un solo lugar. Llame al Coordinador del Centro local hoy! Están listos para ser su socio en localizar los recursos y servicios que usted necesita.

♦ **Inscripción de seguro de salud** ¿se le es difícil aplicar para solicitar Seguro de salud (AHCCCS), nutrición y asistencia en efectivo? En Cada Centro de Recursos de Familia puedes hacer tu cita personal y privada. Te ayudaremos a aplicar para Snap. Llámenos para hacer una cita. "Este proyecto ha sido financiado, en parte, con fondos federales del USDA. Esta institución es un empleador que ofrece Igualdad de oportunidades laborales"



Danos like en

Facebook

www.facebook.com/LSSSWFRC

CLASES DE EDUCACIÓN PARA PADRES

Familias Florecientes

Los Factores de Protección son los que mantienen fuerte a su familia, y ayudarlo a superar los desafíos. Protector Los factores nos ayudan a superar las tormentas de la vida, grandes y pequeñas. Es llamar a alguien cuando estás estresado, o saber qué hacer cuando a su hijo le da un ataque, o confiar en que estás haciendo lo mejor que puedes. Hablaremos sobre los Factores de Protección que ya tiene y cómo puede seguir construyéndolos.

Raising A Reader® (Criando un Lector)/ Tiempo de Cuentos

Los padres que leen y hablan con sus hijos diariamente están más preparados para la escuela. Raising A Reader está diseñado para ayudar a padres e hijos a desarrollar habilidades para hablar y leer más a diario. Cada semana, padres e hijos aprenderán nuevas habilidades, participarán en actividades de alfabetización e intercambiarán su bolsa roja para divertirse en casa.

Prácticas de crianza positiva (Triple P)

La mayor parte del tiempo, la crianza de los hijos es muy divertida. Pero hay momentos en que las cosas se ponen un poco complicadas. Aprenda nuevas formas de fomentar el comportamiento que desea ver, lidiar con los comportamientos problemáticos, convertirse en un padre más seguro, ser realista sobre la crianza de los hijos y cuidarse a sí mismo.

Café para padres (Se proporcionará cuidado de niños)

Grupos comunitarios dirigidos por padres en los que los padres comparten, aprenden y encuentran apoyo. Estos grupos de padres brindan oportunidades para que las familias discutan asuntos importantes para ellos.

LAS CLASES SE LLENAN RÁPIDAMENTE

Es mejor reservar su espacio con anticipación.

Para reservar su espacio escriba un correo electrónico o llame. cada centro, al menos un día antes de la clase.



	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	VIERNES	SÁBADO
Sunnyslope	Masaje Infantil 10:00 am Criando a un Lector Virtual 10:00 am Zumbini 11:15 am	Familias Florecientes 10:00 am Niños en la Cocina 11:00 am Juega SPOT 4:00 pm Inglés como segundo idioma 5:00 pm - 7:00 pm	Triple P L2 Virtual SP 10:00 am Manejo de Diabetes 9:30 am - 11:30 am Educación Financiera 3:00 pm	Zumbini 10:00 am Jugar Ensuciandonos 11:00 am	Inglés como segundo lenguaje 10:00 am - 12:00 pm Juega SPOT 10:00 am (Cada otro sábado) Criando a un Lector 11:00 am (Cada otro sábado)
Phoenix	Juega SPOT 10:00 am @ Biblioteca Yuca Grandes Conexiones ENG Virtual 5:30 pm-7:00 pm	Café para padres 12:30 pm Grandes Conexiones ENG Virtual 11:00 am - 12:30 pm		Masaje Infantil 10:00 am Zumbini 11:00 am	CERRADO
Mesa Oeste	CERRADO	Juego Jugar Ensuciandonos 10:00 am Grandes Conexiones ENG Virtual 11:00 am-12:30 pm Masaje Infantil 12:00 pm Educación Financiera 2:00 pm Inglés como segundo idioma 3:00 pm-5:00 pm	Triple P Nivel 4 SP (Beg 2/1) 10:00 am- 12:00 pm Criando a un Lector 3:00 pm Niños en la cocina 4:00 pm	Café para padres 10:00 am Triple P L2 o L3 12:30 pm (a partir del 1/20) Inglés como segundo idioma 2:30 pm - 4:30 pm	Zumbini 10:00 am Juega SPOT 11:00 am Milo y Moxie (seguridad contra incendios) 1/21 SOLO 12:00 pm
Mesa Este	CERRADO	Canasta de preparacion 9:30 am-12:30 pm (a partir del 2/7) Niños en la cocina 4:00pm	Café de Padres 9:30 am Triple P L2 o L3 ENG 11:00 am-12:30pm (a partir del 1/18) Milo y Moxie (seguridad contra incendios) 2/22 SOLO 1:00 pm	Criando a un Lector 10:00 am Juega SPOT 11:00 am	Zumbini 10:00 am Jugar Ensuciandonos 11:00 am

No Clases Centros abierto Solo Cita

Festivo - Centro Cerrado

Evento especial de Phoenix y Sunnyslope—
Centro de llamadas para detalles

Evento especial del este y oeste de Mesa—
Centro de llamadas para detalles

Enero 2023

D	L	M	M	J	V	S
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

Febrero 2023

D	L	M	M	J	V	S
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28				

Marzo 2023

D	L	M	M	J	V	S
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	

Sunnyslope

Trinity Lutheran Church
9424 N 7th Ave
Phoenix, AZ 85021
602-501-8652
zgoode@lss-sw.org

Phoenix

Chris-Town YMCA
5517 N 17th Ave
Phoenix, AZ 85015
602-501-8840
lyanes@lss-sw.org

CENTROS DE RECURSOS FAMILIARES DE LSS-SW

Proporcionar una variedad de servicios para apoyar a las familias, los padres, los cuidadores, los futuros padres y sus niños pequeños desde el nacimiento hasta los cinco años (que aún no están en el jardín de infantes).

Mesa Oeste

First Evangelical Lutheran
142 N. Date
Mesa, AZ 85201
480-489-5772
amontero@lss-sw.org

Mesa Este

Our Saviors Lutheran
612 S. Ellsworth Rd
Mesa, AZ 85208
480-489-5773
mmoreno@lss-sw.org