



# 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 leaning 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



Like us on

**Facebook**

[www.facebook.com/LSSWFRC](http://www.facebook.com/LSSWFRC)

### 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 2024



FamilyResourceAZ.org

	MON	TUE	WED	FRI	SAT
Phoenix	<p>Readiness Basket 8:30 am - 10:30 am Beg 1/29</p> <p>Kids in the Kitchen 11 am - 12 pm</p> <p>Raising a Reader - Virtual 12 pm - 1 pm (5 sessions only)</p> <p>Yucca Library Play SPOT 10 am - 11 am</p>	<p>Zumbini 4 pm - 5 pm</p> <p>Family Connections 5 pm - 6 pm</p>	<p>English as a Second Lang 8:30 am</p> <p>Triple P L2 11:30 am - 1 pm</p> <p>Raising a Reader 1 pm - 2 pm</p> <p>Kids in the Kitchen 2 pm - 3 pm</p>	<p>English as a Second Lang 8:30 am</p> <p>Parents Café 11 am - 12 pm</p> <p>Flourishing Families 3rd Friday of every Month 11 am - 12 pm</p> <p>Messy Play 12 pm - 1 pm</p>	<p>We are only open the 3rd Saturday each month 8 am - 2:30 pm</p> <p>9 am 2/17 ONLY Milo and Moxie (Fire Safety)</p>
West Mesa	<p>CLOSED</p>	<p>Messy Play 10 am - 11 am</p> <p>Flourishing Families 11 am - 12 pm</p>	<p>Raising a Reader 3 pm - 4 pm</p> <p>Milo and Moxie (Fire Safety) 2/21 ONLY 3 pm - 4 pm</p> <p>Kids in the Kitchen 4 pm - 5 pm</p> <p>Grand Connections-Virtual 5:30 pm - 7 pm SPANISH</p>	<p>Parents Café SP 10:30 am - 11:30 am</p> <p>Financial Literacy Class 3 pm - 4 pm The 2nd Friday of each month</p>	<p>Play SPOT 11 am - 12 pm</p> <p>Monthly Birthday Celebration 12 pm 1/27, 2/24 and 3/23</p>
East Mesa	<p>CLOSED</p>	<p>Readiness Basket Bilingual 9:30 am - 11:30 am</p> <p>Triple P L2 ENG-Virtual-3 session each month 4 pm - 5 pm</p>	<p>Parent Café 10 am - 11 am</p> <p>Kids in the Kitchen 2 pm - 3 pm</p>	<p>Raising a Reader 10 am - 11 am</p> <p>Play SPOT 11 am - 12 pm</p> <p>Monthly Birthday Celebration 12 pm 1/26, 2/23 and 3/22</p>	<p>Flourishing Families 10 am - 11 am</p> <p>Milo and Moxie (Fire Safety) 10 am 3/23 ONLY</p> <p>Triple P L2 ENG 11 am - 12 pm</p>

No Classes Centers Open Appointment Only

Holiday - Center Closed

Phoenix Special Event—  
Call Center for Details

East and West Mesa Special Event—  
Call Center for Details

January 2024

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	29	30	31			

February 2024

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	29		

March 2024

SUN	MON	TU	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
24/31	25	26	27	28	29	30

**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).

**Phoenix**

Solano Elementary  
1526 W Missouri Ave,  
Phoenix, AZ 85015  
602-501-8840  
lyanes@lss-sw.org

**West Mesa**

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

**East Mesa**

Our Saviors Lutheran  
612 S. Ellsworth Rd  
Mesa, AZ 85208  
480-489-5773  
zgoode@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.

♦ **Rucursos 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](http://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.**



# Enero-Marzo 2024



	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	VIERNES	SÁBADO
Phoenix	<p>Canasta de preparacion 8:30 am - 10:30 am Comenzando 1/29</p> <p>Niños en la Cocina 11 am - 12 pm</p> <p>Criando un Lector -Virtual-12 pm - 1 pm (solo 5 sesiones)</p> <p>Biblioteca de Yuca Juego SPOT 10 am - 11am</p>	<p>Zumbini 4 pm - 5 pm</p> <p>Conexiones Familiares 5 pm - 6 pm</p>	<p>Inglés como segundo idioma 8:30 am</p> <p>Triple P 2 11:30 am - 1 pm</p> <p>Criando un Lector 1 pm - 2 pm</p> <p>Niños en la Cocina 2 pm - 3 pm</p>	<p>Inglés como segundo idioma 8:30 am</p> <p>Café de Padres 11 am - 12 pm</p> <p>Familias Florecientes el tercer Lunes de cada mes 11 am - 12 pm</p> <p>Jugar Ensuciandonos 12 pm - 1 pm</p>	<p>Solo abrimos el tercer sábado de cada mes 8:30 am - 2:30 pm</p> <p>9 am SOLO el 2/17 Milo y Moxie (seguridad contra incendios)</p>
Mesa Oeste	<b>CERRADO</b>	<p>Jugar Ensuciandonos 10 am - 11 am</p> <p>Familias Florecientes 11 am - 12 pm</p>	<p>Criando un Lector 3 pm - 4 pm</p> <p>Milo y Moxie (seguridad contra incendios) 2/21 SOLO 3 pm - 4 pm</p> <p>Niños en la Cocina 4 pm - 5 pm</p> <p>Grandes Conexiones-Virtual-5:30 pm - 7 pm ESPAÑOL</p>	<p>Café de Padres 10:30 am - 11:30 am</p> <p>Clases de educación financiera 3 pm - 4 pm</p> <p>El segundo viernes de cada mes</p>	<p>Juego SPOT 11 am - 12 pm</p> <p>Celebración mensual de cumpleaños 12 pm 1/27, 2/24 and 3/23</p>
Mesa Este	<b>CERRADO</b>	<p>Canasta de preparacion 9:30 am - 11:30 am</p> <p>Triple P 2 ENG-Virtual-3 sesiones cada mes 4 pm - 5 pm</p>	<p>Café de Padres 10 am - 11 am</p> <p>Niños en la Cocina 2 pm - 3 pm</p>	<p>Criando un Lector 10 am - 11 am</p> <p>Juego SPOT 11 am - 12 pm</p> <p>Celebración mensual de cumpleaños 12 pm 1/26, 2/23 and 3/22</p>	<p>Familias Florecientes 11 am - 12 pm</p> <p>Milo y Moxie (seguridad contra incendios) 10 am 3/23 ONLY</p> <p>Triple P 2 11 am - 12 pm</p>

No Clases Centros abierto Solo Cita

**Festivo - Centro Cerrado**

**Evento especial de Phoenix — Centro de llamadas para detalles**

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

### Enero 2024

D	L	MA	MI	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 2024

D	L	MA	MI	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		

### Marzo 2024

D	L	MA	MI	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
24/31	25	26	27	28	29	30

## 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).

### Phoenix

Solano Elementary  
1526 W. Missouri Ave  
Phoenix, AZ 85015  
602-501-8840  
lyanes@lss-sw.org

### 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  
zgoode@lss-sw.org