November 2026 – Classes

Valleywise Community Health Center – Mesa
Family Resource Center
950 E. Main St., Mesa, AZ 85203 | 602-655-6206

Valleywise Health
You're more to us.

Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday	Saturday
02 ◆ **9:30 am –** Car Seat Safety ● **10:30 am –** Fun Arts ● **2 pm –** MyChart★ ● **2:30 pm –** Organize Your Family's Health Care Information★	**03** ● **10:30 am –** Puppet Theater - Terrific the Tooth ● **2 pm –** Newborn Care★ ◆ **5 pm –** Safe Sleep (in Spanish)	**04** ● **9 am –** Kith & Kin (in Spanish)★ ◆ **11 am –** Baby Shower - Safe Sleep (in Spanish)	**05** ◆ **9 am –** Women's Self-Improvement Series★ ● **10:30 am –** Adult Craft Hour ● **11:30 am –** Diabetes Bingo	**06** ● **10:30 am –** Raising a Reader for Babies ★ ◆ **10:30 am –** Zumbini®	**07**
09 ● **8:30 am –** Family & Friends® CPR★ ● **10:45 am –** Family & Friends® CPR (in Spanish)★	**10** ● **8:30 am –** Car Seat Safety ★ ● **10:30 am –** Let's Play! Dramatic Storytime - Presented by Mesa Arts Center ● **11:15 am –** Friendsgiving ◆ **5 pm –** Safe Sleep	**11** **FRC Closed**	**12** **FRC Closed**	**13** ● **10:30 am –** Raising a Reader for Babies ★ ◆ **10:30 am –** Zumbini®	**14**
16 ● **10:30 am –** Storytime	**17** ● **10:30 am –** Let's Talk Turkey: Planning a Healthy Holiday Meal ★ ◆ **1 pm –** Storytime ◆ **5 pm –** Safe Sleep (in Spanish)	**18** ● **9 am –** Kith & Kin (in Spanish)★ ◆ **11 am –** Baby Shower (in Spanish)	**19** ◆ **9 am –** Women's Self-Improvement Series★ ● **10:30 am –** Adult Craft Hour ● **11:30 am –** Friends in Our Community: Mesa Prevention Alliance - Promotoras	**20** ● **10:30 am –** Raising a Reader for Babies ★ ◆ **10:30 am –** Zumbini®	**21**
23 ● **10:30 am –** Sensory Play	**24** ● **10:30 am –** Fun Arts - Disguise A Turkey ◆ **5 pm –** Safe Sleep	**25** ● **9 am –** Kith & Kin (in Spanish)★ ◆ **11 am –** Baby Shower - Que hacer cuando se enferme su bebe	**26** **FRC Closed**	**27**	**28**
30 ◆ **9 am –** Wellness Warriors ● **11 am –** Fun Arts					**Hours:** Monday: 8 am - 4:30 pm Tuesday: 8 am - 4:30 pm Wednesday 8 am - 4:30 pm Thursday: 8 am - 4:30 pm Friday: 8 am - 4:30 pm

● In person | ◆ Virtual

valleywisehealth.org/FRC | frc@valleywisehealth.org

★ **Registration Required**

noviembre de 2026 – clases

Valleywise Community Health Center – Mesa
Centro de Recursos para las Familias
950 E. Main St., Mesa, AZ 85203 | 602-655-6206

Valleywise Health
Para nosotros, usted lo es todo.

lunes	martes	miércoles	jueves	viernes	sábado
02 ◆ **9:30 am –** Programa de asientos infantiles de seguridad para automóvil (en inglés) ● **10:30 am –** Diversión con las artes ● **2 pm –** MyChart★ ● **2:30 pm –** Organice la información médica de su familia★	**03** ● **10:30 am –** Teatro de marionetas - ¡Terrific, el diente! ● **2 pm –** Cuidado de los recién nacidos (en inglés)★ ◆ **5 pm –** Seguridad al dormir	**04** ● **9 am –** Kith & Kin★ ◆ **11 am –** Baby Shower - Seguridad al dormir	**05** ◆ **9 am –** Serie para la superación personal de las mujeres★ ● **10:30 am –** Hora de manualidades para adultos ● **11:30 am –** Bingo con tema de diabetes	**06** ● **10:30 am –** Criar un lector para bebés ★ ◆ **10:30 am –** Zumbini®	**07**
09 ● **8:30 am –** Reanimación cardiopulmonar Family & Friends® (en inglés)★ ● **10:45 am –** Reanimación cardiopulmonar Family & Friends®★	**10** ● **8:30 am –** Programa de asientos infantiles de seguridad para automóvil★ ● **10:30 am –** ¡A Jugar! Tiempo de cuentos con dramatización - presentado por el Mesa Arts Center ● **11:15 am –** Fiesta de acción de gracias entre amigos ◆ **5 pm –** Seguridad al dormir (en inglés)	**11** **FRC Cerrado**	**12** **FRC Cerrado**	**13** ● **10:30 am –** Criar un lector para bebés ★ ◆ **10:30 am –** Zumbini®	**14**
16 ● **10:30 am –** Tiempo de cuentos	**17** ● **10:30 am –** Hablemos del pavo: cómo planear una comida saludable para el día festivo ★ ◆ **1 pm –** Tiempo de cuentos ◆ **5 pm –** Seguridad al dormir	**18** ● **9 am –** Kith & Kin★ ◆ **11 am –** Baby Shower - Pequeñas probaditas: introducción a los alimentos sólidos	**19** ◆ **9 am –** Serie para la superación personal de las mujeres★ ● **10:30 am –** Hora de manualidades para adultos ● **11:30 am –** Amigos en nuestra comunidad: Mesa Prevention Alliance – Promotoras	**20** ● **10:30 am –** Criar un lector para bebés ★ ◆ **10:30 am –** Zumbini®	**21**
23 ● **10:30 am –** Juego Sensorial	**24** ● **10:30 am –** Diversión con las artes - Disfrazar un pavo ◆ **5 pm –** Seguridad al dormir (en inglés)	**25** ● **9 am –** Kith & Kin★ ◆ **11 am –** Baby Shower - Que hacer cuando se enferme su bebe/Cuidar de si misma después de dar a luz	**26** **FRC Cerrado**	**27**	**28**
30 ◆ **9 am –** Guerreros del Bienestar ● **11 am –** Diversión con las artes					**Horas:** lunes: 8 am - 4:30 pm martes: 8 am - 4:30 pm miércoles: 8 am - 4:30 pm jueves: 8 am - 4:30 pm viernes: 8 am - 4:30 pm

● En persona | ◆ Virtual

valleywisehealth.org/es/FRC | frc@valleywisehealth.org

★ **Es necesario registrarse**