November 2026 – Classes

Valleywise Community Health Center – South Central Phoenix
Family Resource Center
33 W. Tamarisk St., Phoenix, AZ 85041 | 602-344-6660

Valleywise Health
You're more to us.

Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday	Saturday
02 ● **9 am –** Family & Friends® CPR (in Spanish)★ ◆ **9:30 am –** Car Seat Safety	**03** ● **10 am –** Play & Learn ◆ **5 pm –** Safe Sleep (in Spanish)	**04** ● **9 am –** Adult Craft Hour ● **10 am –** Raising a Reader★ ◆ **11 am –** Baby Shower - Safe Sleep (in Spanish)	**05** ◆ **9 am –** Women's Self-Improvement Series★ ● **10 am –** Zumbini® ● **11 am –** Baby Signing Time®	**06** ● **10 am –** Exercising with Littles ◆ **10:30 am –** Zumbini® ● **11 am –** Family & Friends® CPR★	**07**
09 ● **9:30 am –** Farm Express Mobile Market	**10** ● **10 am –** Play & Learn ● **11 am –** Raising a Reader★ ◆ **5 pm –** Safe Sleep	**11** **FRC Closed**	**12** **FRC Closed**	**13** ● **9 am –** Alphabet Soup ● **10 am –** Exercising with Littles ◆ **10:30 am –** Zumbini®	**14**
16 ● **8:30 am –** Car Seat Safety★	**17** ● **10 am –** Play & Learn ● **11 am –** Career Explorers ◆ **1 pm –** Storytime ◆ **5 pm –** Safe Sleep (in Spanish)	**18** ● **9 am –** Adult Craft Hour ● **10 am –** Raising a Reader★ ◆ **11 am –** Baby Shower (in Spanish) ● **11 am –** Diabetes Bingo	**19** ◆ **9 am –** Women's Self-Improvement Series★ ● **10 am –** Zumbini® ● **11 am –** Baby Signing Time®	**20** ● **10 am –** Exercising with Littles ◆ **10:30 am –** Zumbini® ● **11 am –** ZooToYou - Bug Buddies	**21** **FRC Open 8am – 11am**
23 ● **9:30 am –** Farm Express Mobile Market	**24** ● **10 am –** Play & Learn ● **11 am –** Career Explorers ◆ **5 pm –** Safe Sleep	**25** ● **9 am –** Adult Craft Hour ● **10 am –** Raising a Reader★ ◆ **11 am –** Baby Shower (in Spanish)	**26** **FRC Closed**	**27** ● **10 am –** Fun Arts	**28**
30 ● **9 am –** MyChart ◆ **9 am –** Wellness Warriors					**Hours:** Monday: 8 am - 4:30 pm Tuesday: 8 am - 5:30 pm Wednesday 8 am - 4:30 pm Thursday: 8 am - 4:30 pm Friday: 8 am - 4:30 pm Saturday 11/21: 8 am - 11 am

● In person | ◆ Virtual

valleywisehealth.org/FRC | frc@valleywisehealth.org

★ **Registration Required**

noviembre de 2026 – clases

Valleywise Community Health Center – South Central Phoenix
Centro de Recursos para las Familias
33 W. Tamarisk St., Phoenix, AZ 85041 | 602-344-6660

Valleywise Health
Para nosotros, usted lo es todo

lunes	martes	miércoles	jueves	viernes	sábado
02 ● **9 am –** Reanimación cardiopulmonar Family & Friends®★ ◆ **9:30 am –** Programa de asientos infantiles de seguridad para automóvil (en inglés)	**03** ● **10 am –** Jugar y aprender ◆ **5 pm –** Seguridad al dormir	**04** ● **9 am –** Hora de manualidades para adultos ● **10 am –** Criar un lector★ ◆ **11 am –** Baby Shower - Seguridad al dormir	**05** ◆ **9 am –** Serie para la superación personal de las mujeres★ ● **10 am –** Zumbini® ● **11 am –** Baby Signing Time® (Tiempo de señas para bebés)	**06** ● **10 am –** Ejercicio para niños ◆ **10:30 am –** Zumbini® ● **11 am –** Reanimación cardiopulmonar Family & Friends® (en inglés)★	**07**
09 ● **9:30 am –** Farm Express Mercado Móvil	**10** ● **10 am –** Jugar y aprender ● **11 am –** Criar un lector★ ◆ **5 pm –** Seguridad al dormir (en inglés)	**11** **FRC Cerrado**	**12** **FRC Cerrado**	**13** ● **9 am –** Sopa de Letras ● **10 am –** Ejercicio para niños ◆ **10:30 am –** Zumbini®	**14**
16 ● **8:30 am –** Programa de asientos infantiles de seguridad para automóvil★	**17** ● **10 am –** Jugar y aprender ● **11 am –** Exploradores de carreras ◆ **1 pm –** Tiempo de cuentos ◆ **5 pm –** Seguridad al dormir	**18** ● **9 am –** Hora de manualidades para adultos ● **10 am –** Criar un lector★ ◆ **11 am –** Baby Shower - Pequeñas probaditas: introducción a los alimentos sólidos ● **11 am –** Bingo con tema de diabetes	**19** ◆ **9 am –** Serie para la superación personal de las mujeres★ ● **10 am –** Zumbini® ● **11 am –** Baby Signing Time® (Tiempo de señas para bebés)	**20** ● **10 am –** Ejercicio para niños ◆ **10:30 am –** Zumbini® ● **11 am –** ZooToYou - Nuestros amigos los insectos	**21** **FRC Abierto 8am-11am**
23 ● **9:30 am –** Farm Express Mercado Móvil	**24** ● **10 am –** Jugar y aprender ● **11 am –** Exploradores de carreras ◆ **5 pm –** Seguridad al dormir (en inglés)	**25** ● **9 am –** Hora de manualidades para adultos ● **10 am –** Criar un lector★ ◆ **11 am –** Baby Shower - Que hacer cuando se enferme su bebe/Cuidar de si misma después de dar a luz	**26** **FRC Cerrado**	**27** ● **10 am –** Diversión con las artes	**28**
30 ● **9 am –** MyChart ◆ **9 am –** Guerreros del Bienestar					**Horas:** lunes: 8 am - 4:30 pm martes: 8 am - 5:30 pm miércoles: 8 am - 4:30 pm jueves: 8 am - 4:30 pm viernes: 8 am - 4:30 pm sábado 11/21: 8 am - 11 am :

● En persona | ◆ Virtual valleywisehealth.org/es/FRC | frc@valleywisehealth.org ★ **Es necesario registrarse**