WINTER/SPRING 2021 PROGRAMS & ACTIVITIES

Mercy Center

Community & Transformation

Like us on Facebook!
@MercyCenterBronx

377 East 145 Street, Bronx, NY 10454
tel 718.993.2789 • fax 631.256.1711
info@MercyCenterBronx.org • www.MercyCenterBronx.org

Mercy Center is committed to ensuring the safety of participants, visitors, and staff, to the fullest extent possible. Therefore, we are requiring the use of masks, practicing social distancing, and limiting the number of people indoors. Most of our programs and activities will be offered online.

HRA APPROVED FOR ADULT EDUCATION AND WORKFORCE DEVELOPMENT

ADULT EDUCATION AND WORKFORCE DEVELOPMENT	PAGES 2-4
IMMIGRANT SERVICES	PAGE 4
FAMILY SKILLS	PAGE 4
FAMILIA ADELANTE/FAMILY FORWARD	PAGE 4
CHILDREN'S ACTIVITIES	PAGE 5
PERSONAL DEVELOPMENT	PAGE 5
WORKSHOPS AND ACTIVITIES/TALLERES Y ACTIVIDADES	PAGES 5-6
SERVICIOS PARA INMIGRANTES	PAGINA 6
EDUCACION DE ADULTOS Y PREPARACION PARA EL TRABAJO	PAGINAS 6-8
MÁS EN ESPAÑOL	PAGINA 8

Mercy Center se compromete a la seguridad de los participantes, visitantes, y personal, en la mayor medida posible. Por lo tanto, estamos requiriendo el uso de máscaras, practicando distanciamiento social, y limitando el número de personas dentro del edificio. La mayoría de nuestros programas y actividades se ofrecerán de forma virtual.

FUNDING PROVIDED BY
NYC Department of Youth & Community Development
NEW YORK STATE OF OPPORTUNITY. Office for New Americans
The New York City Council
Pascale Sykes Foundation
conEdison
MUFG

Adult Education & Workforce Development

Classes will be online.
Only registrations will be in person.

CYCLE 2

English for Speakers of Other Languages (ESOL)

ESOL Classes: *Learn and improve your English language skills.*

ESOL for Hospitality and Healthcare Workers: *Learn basic conversational English with a focus on the language you need for success working in customer service, food service, or accommodation; and/or learn basic conversational English and prepare yourself to work with patients in a healthcare setting.*

Instruction: Live online learning

Requirements: Basic reading and writing skills

Registration is for NEW STUDENTS ONLY and will take place in person at 377 East 145th Street.

REGISTRATIONS:	**Monday, January 11**	**10:00am-12:00pm**	**2:00pm-4:00pm**	
	Tuesday, January 12	**10:00am-12:00pm**	**2:00pm-4:00pm**	**6:00pm-8:00pm**
	Wednesday, January 13	**10:00am-12:00pm**	**2:00pm-4:00pm**	
	Thursday, January 14	**10:00am-12:00pm**	**2:00pm-4:00pm**	**6:00pm-8:00pm**
	Saturday, January 16	**10:00am-2:00pm**		
	Tuesday, January 19	**10:00am-12:00pm**	**2:00pm-4:00pm**	**6:00pm-8:00pm**
	Wednesday, January 20	**10:00am-12:00pm**	**2:00pm-4:00pm**	
	Thursday, January 21	**10:00am-12:00pm**	**2:00pm-4:00pm**	**6:00pm-8:00pm**
	Saturday, January 23	**10:00am-2:00pm**		

Morning Classes:	Mon, Tues, Wed, Thurs, Fri 10:00am-12:00pm January 25-March 31	Mon, Tues, Wed, Thurs 9:00am-12:00pm January 19-June 24	Tues, Wed, Thurs, Fri 10:00am-12:00pm January 26-March 31
Noon Classes:	Mon, Tues, Wed, Thurs, Fri 12:00pm-2:00pm January 25-March 31	Tues, Wed, Thurs, Fri 12:00pm-2:00pm January 26-March 31	
Evening Classes:	Mon, Tues, Wed, Thurs 5:00pm-7:00pm January 25-March 31	Mon, Tues, Wed, Thurs 7:00pm-9:00pm January 25-March 31	
Saturday Classes:	9:00am-12:00pm January 30-March 27	12:00pm-3:00pm January 30-March 27	

ESOL Civics

Learn about American government and politics and improve your English language skills at the same time.

Instruction: Live online learning

Requirements: Basic reading and writing skills

Registration is for NEW STUDENTS ONLY and will take place in person at 377 East 145th Street. See registration dates above.

Classes:	Mondays & Wednesdays 6:00pm-9:00pm January 25-March 31	Tuesdays & Thursdays 6:00pm-9:00pm January 26-March 31

HSE (High School Equivalency) - in Spanish only
ABE (Adult Basic Education) - in Spanish only

Instruction: Live online learning

Requirements: All must first come to get tested to see if they are at the necessary level before they are eligible to register.

Those who test below the HSE level are eligible to register for ABE (Adult Basic Education) classes.

PLEASE ARRIVE 15 MINUTES EARLY AND PLAN TO SPEND ABOUT 3 HOURS TAKING YOUR PLACEMENT EXAM.

Placement Exam (TABE test) at 332 East 149th Street, 8th Floor:
Monday, January 4 at 10:00am
Tuesday, January 5 at 10:00am
Wednesday, January 6 at 10:00am
Thursday, January 7 at 10:00am
Friday, January 8 at 10:00am

HSE Classes	**ABE Classes**
Monday, Tuesday, Wednesday, Thursday, Friday 9:00am-12:00pm January 4-June 25	Monday, Tuesday, Wednesday, Thursday, Friday 10:00am-12:30pm 12:30pm-3:00pm January 4-June 2

Adult Education & Workforce Development

Classes will be online.
Only registrations will be in person.

Citizenship Classes - in English only

Classes are ongoing. Call 240-452-0817 for more information.

Skills for Employment Success: Get the Job - in English only

Learn how to prepare for a job interview in English. Suitable for ESOL students. ***Classes will be ONLINE.***

Registration: Call 929-519-1837 or 929-413-3792 on February 9, February 10, or February 11, from 12:00pm-2:00pm to register

Thursdays, 12:15pm-1:30pm
February 18-March 18

Job Search Workshops - in English & Spanish

What's the best way to find a job? Through people you know! Job seekers and experienced workers will share experience and advice. ***Workshops will be ONLINE.***

Registration: Call 929-519-1837 or 929-413-3792 the day before the workshop to register.

Introduction to Job Searching	**How to Succeed in Interviews**	**Dealing with Difficult People**
Wednesday, February 10	Wednesday, February 24	Wednesday, March 10
12:30pm-2:00pm	12:30pm-2:00pm	12:30pm-2:00pm

CYCLE 3

English for Speakers of Other Languages (ESOL)

Instruction: Live online learning **Requirements:** Basic reading and writing skills

Registration is for NEW STUDENTS ONLY and will take place in person at 377 East 145th Street.

REGISTRATIONS:	**Tuesday, April 6**	**10:00am-12:00pm**	**2:00pm-4:00pm**	**6:00pm-8:00pm**
	Wednesday, April 7	**10:00am-12:00pm**	**2:00pm-4:00pm**	
	Thursday, April 8	**10:00am-12:00pm**	**2:00pm-4:00pm**	**6:00pm-8:00pm**
	Friday, April 9	**10:00am-2:00pm**		
	Saturday, April 10	**10:00am-2:00pm**		

Morning Classes:	Mon, Tues, Wed, Thurs, Fri 10:00am-12:00pm April 12-June 4	Mon, Tues, Wed, Thurs 9:00am-12:00pm January 19-June 24	Tues, Wed, Thurs, Fri 10:00am-12:00pm April 13-June 4
Noon Classes:	Mon, Tues, Wed, Thurs, Fri 12:00pm-2:00pm April 12-June 4	Tues, Wed, Thurs, Fri 12:00pm-2:00pm April 13-June 4	
Evening Classes:	Mon, Tues, Wed, Thurs 5:00pm-7:00pm April 12-June 3	Mon, Tues, Wed, Thurs 7:00pm-9:00pm April 12-June 3	
Saturday Classes:	9:00am-12:00pm April 17-June 5	12:00pm-3:00pm April 17-June 5	

ESOL Civics

Instruction: Live online learning **Requirements:** Basic reading and writing skills

Registration is for NEW STUDENTS ONLY and will take place in person at 377 East 145th Street. See registration dates above.

Classes:	Mondays & Wednesdays 6:00pm-9:00pm April 12-June 14	Tuesdays & Thursdays 6:00pm-9:00pm April 13-June 15

HSE (High School Equivalency) - in Spanish only
ABE (Adult Basic Education) - in Spanish only

Instruction: Live online learning

Requirements: All must first come to get tested to see if they are at the necessary level before they are eligible to register.

Those who test below the HSE level are eligible to register for ABE (Adult Basic Education) classes.

PLEASE ARRIVE 15 MINUTES EARLY AND PLAN TO SPEND ABOUT 3 HOURS TAKING YOUR PLACEMENT EXAM.

Placement Exam (TABE test) at 332 East 149th Street, 8th Floor: April 6, April 7, April 8, April 9, April 10 at 10:00am

HSE Classes	**ABE Classes**
Monday, Tuesday, Wednesday, Thursday, Friday	Monday, Tuesday, Wednesday, Thursday, Friday
9:00am-12:00pm	10:00am-12:30pm
January 4-June 25	12:30pm-3:00pm
	January 4-June 2

Adult Education & Workforce Development

Classes will be online.
Only registrations will be in person.

Citizenship Classes - in English only

Classes are ongoing. Call 240-452-0817 for more information.

Skills for Employment Success: Get to the Next Level - in English only

Learn to deal with issues at work so you can get the promotion you want. Suitable for ESOL students.. ***Classes will be ONLINE.***

Registration: Call 929-519-1837 or 929-413-3792 on April 12, April 13, or April 14 from 12:00pm to 3:00pm to register.

Wednesdays, 2:30pm-2:30pm
April 21-May 26

Immigrant Services - Opportunity Center for New Americans

Citizenship and DACA - FREE assistance!

- **Naturalization applications for legal permanent residents**
- **Green Card Renewal applications for legal permanent residents**
- **Deferred Action for Childhood Arrivals (DACA) renewals and informational consultations**

To schedule an appointment, call or text **240-452-0817**.

Family Skills

Abriendo Puertas/Opening Doors in Spanish only - ONLINE

A 10-session parenting and leadership class for mothers and fathers with children ages 0-5. Topics include: how to be your child's first teacher; communication; development in ages and stages; the importance of literature and bilingualism; physical and emotional health; developing family goals; rights and obligations in the education system. ***OFFERED IN SPANISH ONLY.***

Registration: Participant should call 718-993-2789 after January 4 for Cycle 1 and after March 29 for Cycle 2 to schedule a brief interview.

Cycle 1: Wednesdays
6:00pm-8:00pm
February 3-April 7

Cycle 2: Wednesdays
6:00pm-8:00pm
April 21-June 23

Anger Management Classes in Spanish only - ONLINE

A 10-session course designed to improve anger awareness and provide skills and techniques for appropriate expression of anger. Certificate awarded upon successful completion. ***Priority given to Mercy Center ESL students. OFFERED IN SPANISH ONLY.***

Registration: Participant should call 718-993-2789 or 929-603-4587 after February 1 to schedule an Intake appointment.
Materials fee: $10 due at registration. Participant is not registered until fee has been paid. Minimum age: 22

Thursdays, 6:00pm-8:00pm
March 4-May 13

Parenting Skills Classes - ONLINE

Learn to understand children's behavior; develop your child's self-esteem; deal with conflicts and misbehavior; improve communication and discipline; develop responsibility. Certificate awarded upon successful completion.

Registration: All classes are limited in size. Participant should call 718-993-2789 starting January 11 to schedule an Intake appointment. Minimum age: 22
Book fee: $20 due at registration. Participant is not registered until book fee has been paid.

In English: Thursdays
6:00pm-8:00pm
February 4-March 11

In Spanish: Wednesdays
10:00am-12:00pm
February 3-March 10

Familia Adelante/Family Forward

Familia Adelante/Family Forward (FA/FF) is a collaborative project that empowers families by helping them establish and achieve short and long term goals in the areas of economic stability, educational opportunities and family wellness. FA/FF uses the Whole Family approach, and includes Mercy Center, the Qualitas of Life Foundation, Fiver Children's Foundation, and Tanya Valle, Mindfulness Meditation teacher. An orientation will be held in March for interested new families. Please call 718-993-2789 ***after February 22nd*** for the date and more information.

Children's Activities

Dance (House of the Roses)

*A program offered **ONLINE** by House of the Roses, a volunteer dance company that works with children throughout New York City. Creativity and self-expression are encouraged. For boys and girls in grades K-3.*
Registration: For more information and to register, call 718-993-2789 after January 19th.

Volunteer Opportunities for High School & College Students

We are looking for enthusiastic young women and men interested in serving as mentors and for one-on-one tutoring via Zoom for the fall semester. For additional information or questions, please contact **Marianne Sheridan** by phone or email: (**718) 993-2789; msheridan@mercycenterbronx.org**.

Personal Development

Capacitar: Stress Management - for Women, in Spanish only

Virtual, online workshops that support healing and transformation of pain and stress in oneself, one's family, and the community.
Registration: Call Mayra Sanchez-Estupiñán, 929-603-4587, during the last week of February if you are interested.

Mondays
8:30am-9:45am
March 1, 8, 15, 22

Women's Movie Group - ONLINE!

Relax! Enjoy a movie virtually with us and de-stress for a couple of hours!
Registration: Call 718-993-2789 to register with your name, phone number, and email address.

Fridays
6:00pm-8:30pm
February 19, March 19, April 16, May 21, June 18

Workshops and Activities/Talleres y Actividades

Tenants' Rights Workshop/ Taller: Derechos De Los Inquilinos

Overview of basic tenants' rights. Visión general de los derechos de los inquilinos.
Details & Registration to be announced! Contact Mercy Center *after January 25* for more information.
Detalles e Inscripciones serán anunciados. Contacte a Mercy Center *después del 25 de enero* para más información.

Tax Workshop/ Taller: Los Impuestos - In Spanish Only/Sólo en Español

Lean the importance and benefits of doing your taxes. Aprenda la importancia y beneficios de hacer los impuestos.
Details & Registration to be announced! Contact Mercy Center *after January 25* for more information.
Detalles e Inscripciones serán anunciados. Contacte a Mercy Center *después del 25 de enero* para más información.

International Women's Day/ El Día Internacional de la Mujer

Learn women's basic rights and celebrate your day! Show an item representing women from your home country. Bilingual.
Aprenda derechos básicos de la mujer y celebre su día! Muestre algo representando a las mujeres de su país. Bilingüe.
Details & Registration to be announced! Contact Mercy Center *after February 22* for more information.
Detalles e Inscripciones serán anunciados. Contacte a Mercy Center *después del 22 de febrero* para más información.

Women's Health Workshop/ Taller Sobre la Salud de la Mujer

Women need to make their health a priority. Learn some basic steps to live a safer and healthier life!
Las mujeres necesitan hacer de su salud una prioridad. ¡Aprenda pasos básicos para vivir una vida más segura y sana!
Details & Registration to be announced! Contact Mercy Center *after May 1* for more information.
Detalles e Inscripciones serán anunciados. Contacte a Mercy Center *después del 1 de mayo* para más información.

Workshops and Activities/Talleres y Actividades

Living Mercy/Viviendo la Misericordia

Reflection about the spirit and work of Mercy. Reflexión sobre el espíritu y trabajo de la Misericordia. Bilingüe.

Registration/Inscripción: Call 718-993-2789 *after April 12* to register with your name, phone number, and email address. Llame 718-993-2789 *después del 12 de abril* para registrarse con su nombre, número de teléfono y correo electrónico.

Thursday/Jueves, April 22
12:00pm

Servicios Para Inmigrantes

Ciudadanía, Renovación de la Tarjeta Verde, y DACA

Ofrecemos asistencia **GRATIS** con:

- **Las aplicaciones de naturalización para residentes permanentes legales**
- **Las aplicaciones de renovación de la Tarjeta Verde para residentes permanentes legales**
- **Las renovaciones de Acción Diferida para los Llegados en la Infancia (DACA) y consultas informativas**

Para hacer una cita, llame o mande un mensaje de texto a **240-452-0817**.

Educación de Adultos y Preparación para el Trabajo

Las clases serán virtuales.
Sólo las inscripciones serán en persona.

CICLO 2

Inglés Como Segundo Idioma

Clases de Inglés: *Aprenda y mejore sus habilidades en el idioma inglés.*

Clases de Inglés en las Áreas de Hostelería y Cuidado de Salud: *Aprenda inglés conversacional básico, con un enfoque en el lenguaje que necesita para tener éxito trabajando en asistencia al cliente, servicio de comida, y acomodación. Aprenda inglés conversacional básico y prepárese para poder trabajar con pacientes en el área de cuidado de la salud.*

Instrucción: Aprendizaje en vivo por el Internet *(clases virtuales)*

Requisitos: Poder leer y escribir de forma básica

Las inscripciones son PARA NUEVOS ESTUDIANTES y se llevarán a cabo en persona en el 377 East 145 Street.

INSCRIPCIONES:	**Lunes, Enero 11**	**10:00am-12:00pm**	**2:00pm-4:00pm**	
	Martes, Enero 12	**10:00am-12:00pm**	**2:00pm-4:00pm**	**6:00pm-8:00pm**
	Miércoles, Enero 13	**10:00am-12:00pm**	**2:00pm-4:00pm**	
	Jueves, Enero 14	**10:00am-12:00pm**	**2:00pm-4:00pm**	**6:00pm-8:00pm**
	Sábado, Enero 16	**10:00am-2:00pm**		
	Martes, Enero 19	**10:00am-12:00pm**	**2:00pm-4:00pm**	**6:00pm-8:00pm**
	Miércoles, Enero 20	**10:00am-12:00pm**	**2:00pm-4:00pm**	
	Jueves, Enero 21	**10:00am-12:00pm**	**2:00pm-4:00pm**	**6:00pm-8:00pm**
	Sábado, Enero 23	**10:00am-2:00pm**		

Clases Por la Mañana

lunes, martes, miércoles, jueves, viernes 10:00am-12:00pm Enero 25-Marzo 31	lunes, martes, miércoles, jueves 9:00am-12:00pm Enero 25-Junio 24	martes, miércoles, jueves, viernes 10:00am-12:00pm Enero 26-Marzo 31

Clases al Mediodía

lunes, martes, miércoles, jueves, viernes 12:00pm-2:00pm Enero 25-Marzo 31	martes, miércoles, jueves, viernes 12:00pm-2:00pm Enero 26-Marzo 31

Clases Por la Tarde:	lunes, martes, miércoles, jueves 5:00pm-7:00pm Enero 25-Marzo 31	lunes, martes, miércoles, jueves 7:00pm-9:00pm Enero 25-Marzo 31
Clases los Sábados:	9:00am-12:00pm Enero 30-Marzo 27	12:00pm-3:00pm Enero 30-Marzo 27

Educación de Adultos y Preparación para el Trabajo

Las clases serán virtuales.
Sólo las inscripciones serán en persona.

Clase de Inglés: Educación Cívica

Aprenda sobre las costumbres Norte Americanas mientras aprende inglés.
Instrucción: Aprendizaje en vivo por el Internet *(clases virtuales)*
Requisitos: Poder leer y escribir de forma básica
Inscripciones en el 377 East 145 Street, en las mismas fechas de inscripción para las clases de Inglés Como Segundo Idioma.

lunes y miércoles	martes y jueves
6:00pm-9:00pm	6:00pm-9:00pm
Enero 25-Marzo 31	Enero 26-Marzo 31

HSE (Equivalente de High School) - sólo en Español
ABE (Educación Básica para Adultos) - sólo en Español

Instrucción: Aprendizaje en vivo por el Internet *(clases virtuales)*
Requisitos: Tomar un examen para determinar si está en el nivel necesario para poder inscribirse.
POR FAVOR, LLEGUE 15 MINUTOS TEMPRANO; EL EXAMEN DURA MAS O MENOS 3 HORAS.
EL EXAMEN DE PRUEBA DE NIVEL SE LLEVARÁ A CABO EN 332 E. 149 Street, Piso 8.
Horario de Exámenes de Prueba de Nivel: **Lunes, Enero 4 a las 10:00am**
Martes, Enero 5 a las 10:00am
Miércoles, Enero 6 a las 10:00am
Jueves, Enero 7 a las 10:00am
Viernes, Enero 8 a las 10:00am

Clases de HSE	**Clases de ABE**
lunes, martes, miércoles, jueves, viernes	lunes, martes, miércoles, jueves, viernes
9:00am-12:00pm	10:00am-12:30pm
Enero 4-Junio 25	12:30pm-3:00pm
	Enero 4-Junio 2

TALLERES DE BÚSQUEDA DE TRABAJO - en Español e Inglés

¿Cuál es la mejor forma de encontrar trabajo? ¡A través de personas que uno conoce! Solicitantes de empleo y trabajadores experimentados compartirán experiencias y consejos. ***Los talleres serán VIRTUALES.***
Inscripción: Llame 929-519-1837 o 929-413-3792 el día antes del taller para registrarse.

Introducción a la Búsqueda de Empleo	**Como Tener Éxito en las Entrevistas**	**Tratando con Gente Difícil**
mércoles, 10 de febrero	miércoles, 24 de febrero	miércoles, 10 de marzo
12:30pm-2:00pm	12:30pm-2:00pm	12:30pm-2:00pm

CICLO 3

Inglés Como Segundo Idioma

Instrucción: Aprendizaje en vivo por el Internet *(clases virtuales)* **Requisitos:** Poder leer y escribir de forma básica
Las inscripciones son PARA NUEVOS ESTUDIANTES y se llevarán a cabo en persona en el 377 East 145 Street.

INSCRIPCIONES:	**Martes, Abril 6**	**10:00am-12:00pm**	**2:00pm-4:00pm**	**6:00pm-8:00pm**
	Miércoles, Abril 7	**10:00am-12:00pm**	**2:00pm-4:00pm**	
	Jueves, Abril 8	**10:00am-12:00pm**	**2:00pm-4:00pm**	**6:00pm-8:00pm**
	Viernes, Abril 9	**10:00am-2:00pm**		
	Sábado, Abril 10	**10:00am-2:00pm**		

Clases Por la Mañana

lunes, martes, miércoles, jueves, viernes	lunes, martes, miércoles, jueves	martes, miércoles, jueves, viernes
10:00am-12:00pm	9:00am-12:00pm	10:00am-12:00pm
Abril 12-Junio 4	Enero 19-Junio 4	Abril 13-Junio 4

Clases al Mediodía

lunes, martes, miércoles, jueves, viernes	martes, miércoles, jueves, viernes
12:00pm-2:00pm	12:00pm-2:00pm
Abril 12-Junio 4	Abril 12-Junio 4

Clases Por la Tarde:	lunes, martes, miércoles, jueves	lunes, martes, miércoles, jueves
	5:00pm-7:00pm	7:00pm-9:00pm
	Abril 12-Junio 3	Abril 12-Junio 3
Clases los Sábados:	9:00am-12:00pm	12:00pm-3:00pm
	Abril 17-Junio 5	Abril 17-Junio 5

Educación de Adultos y Preparación para el Trabajo

Clase de Inglés: Educación Cívica

Instrucción: Aprendizaje en vivo por el Internet *(clases virtuales)* **Requisitos:** Poder leer y escribir de forma básica

Inscripciones en el 377 East 145 Street, en las mismas fechas de inscripción para las clases de Inglés Como Segundo Idioma.

lunes y miércoles, 6:00pm-9:00pm
Abril 12-Junio 14

martes y jueves, 6:00pm-9:00pm
Abril 12-Junio 15

HSE (Equivalente de High School) - sólo en Español
ABE (Educación Básica para Adultos) - sólo en Español

Instrucción: Aprendizaje en vivo por el Internet *(clases virtuales)*

Requisitos: Tomar un examen para determinar si está en el nivel necesario para poder inscribirse.

POR FAVOR, LLEGUE 15 MINUTOS TEMPRANO; EL EXAMEN DURA MAS O MENOS 3 HORAS.

EL EXAMEN DE PRUEBA DE NIVEL SE LLEVARÁ A CABO EN 332 E. 149 Street, Piso 8.

Horario de Exámenes de Prueba de Nivel: Abril 6, Abril 7, Abril 8, Abril 9, y Abril 10 a las 10:00am

Clases de HSE
lunes, martes, miércoles, jueves, viernes
9:00am-12:00pm
Enero 4-Junio 25

Clases de ABE
lunes, martes, miércoles, jueves, viernes
10:00am-12:30pm
12:30pm-3:00pm
Enero 4-Junio 2

Más en Español

Abriendo Puertas - CLASES VIRTUALES

Una clase de capacitación y liderazgo para madres y padres con hijos de 0-5 años. Temas incluyen: como ser el primer maestro de su niño/niña; comunicación; aspectos claves de desarrollo en edad y etapas; la importancia de literatura y bilingüismo; y más!

Inscripción: La persona que va a tomar el curso debe llamar 718-993-2789 a partir del 4 de enero para Ciclo 1 y el 29 de marzo para Ciclo 2 para programar una entrevista.

CICLO 1: los miércoles, 6:00pm-8:00pm
Febrero 3-Abril 7

CICLO 2: los miércoles, 6:00pm-8:00pM
Abril 21-Junio 23

Capacitar: Manejo del Estrés - sólo para Mujeres - SESIONES VIRTUALES

Técnicas para sanar y transformar dolor y estrés en sí mismas, en sus familias, en su comunidad, en la sociedad. Sólo en español.

Inscripción: Llame a Mayra Sánchez-Estupiñán, 929-603-4587, durante la última semana de febrero si está interesada.

los lunes, 8:30am-9:45am
Marzo 1, 8, 15, 22

Clases para Madres y Padres - CLASES VIRTUALES

Exploramos temas como la comunicación, la auto-estima, la resolución de conflictos, la disciplina, y más. Todos que cumplen con los requisitos del curso reciben un certificado.

Libro: Traiga $20 a la inscripción. *Edad mínima: 22 años*

Inscripción: El tamaño de clases es limitado. La persona que va a coger la clase debe llamar 718-993-2789 a partir del 11 de enero para programar una entrevista.

los miércoles, 10:00am-12:00pm
Febrero 3-Marzo 10

Familia Adelante/Family Forward

Familia Adelante/Family Forward es un proyecto colaborativo que fortalece a familias ayudándoles a establecer y alcanzar metas a corto y largo plazo en las áreas de la estabilidad económica, las oportunidades de educación y el bienestar de la familia. Familia Adelante utiliza El Enfoque Integral de la Familia, e incluye Mercy Center, la Fundación Qualitas of Life, la Fundación por Niños Fiver, y Tanya Valle, profesora de Meditación Mindfulness. Habrá una orientación en marzo para familias interesadas. Llame a 718-993-2789 ***después del 22 de febrero*** por la fecha y/o más información.

Manejando la Cólera (Anger Management) - CLASES VIRTUALES

Un curso para abrir conciencia sobre la cólera. Se enseñan técnicas para expresar la cólera en maneras apropiadas. Todos que cumplen con los requisitos del curso reciben un certificado. Edad mínima: 22 años ***Costo de Materiales: $10***

Inscripción: La persona que va a coger el curso debe llamar 718-993-2789 o 929-603-4587 a partir del 1 de febrero para programar una entrevista.

los jueves, 6:00pm-8:00pm
Marzo 4-Mayo 13