

November 2025

Monday-Friday 10AM to 5PM at 2001 28th Street, Bakersfield, CA 93301
*Tuesdays and Thursdays 10AM to 6PM

CFLC

The Consumer Family Learning Center (CFLC) is offering peer-led classes and support groups virtually & IN-PERSON! These groups are for adults only, and class sizes are limited to 18 attendees. Individuals must become a member before starting a group. To join virtual groups, members must be able to join Microsoft Teams from a computer or smart phone. Participation in a class will not be anonymous. The CFLC is for adults who are actively engaged in behavioral health recovery, and their family members/ loved ones. To become a member or for more information, call the CFLC at 661-584-2270. This program is funded by BHSA.

MONDAY

TUESDAY

WEDNESDAY

THURSDAY

FRIDAY

Basic Computers

In Person 10:30 a.m.-11:30 a.m.

Manejo del Estrés (Spanish)

10:30 a.m. – 12:00 p.m. Hybrid

Open Computer Lab

In Person 10:30 a.m.-12:00 p.m.

Schizophrenics Anonymous

In Person 10:30-11:30 a.m. Hybrid

Un Riconsito para Meditar y Sanar (Spanish)

10:30 a.m.-11:30 a.m. Hybrid

A Better You

10:30 a.m.-12:00 p.m. Hybrid

Coloring for Mindfulness

In Person 10:30 a.m.-11:30 a.m.

Apoyo Emocional (Spanish)

10:30 a.m. - 12:00 p.m. Hybrid

Art for the Soul

In Person 10:30 a.m.-12:00 p.m.

Stress Management

10:30 a.m.-11:30 a.m. Hybrid

Cooking for Wellbeing

In Person 10:30 a.m.-12:00 p.m.

Creative Beings

In Person 10:30 a.m.-12:00 p.m.

Coloring for Mindfulness

In Person 10:30 a.m.-11:30 a.m.

Preventing Mental Health Relapse

1:00 p.m.-2:00 p.m. Hybrid

Healthy Habits

In Person 10:30 a.m.-12:00 p.m.

The Barbershop

A Gentleman's Group
1:00 p.m.-2:00 p.m. Hybrid

Depression Management

In Person 1:30 p.m. - 2:30 p.m.

NAMI Connection Recovery Support Group

In Person 11:00 a.m.-12:30 p.m.

Recovery in Action Life Skills

1:00 p.m.-2:30 p.m. Hybrid

Mujeres Inevencibles (Spanish)

11:30 a.m.-12:30 p.m. Hybrid

Seasons Change:

Living with Bipolar Symptoms

In Person 2:00 p.m.-3:00 p.m.

Open Sewing Lab

In Person 1:00 p.m.-3:00 p.m.

Recovery in Action Education Class

1:00 p.m.-2:30 p.m. Hybrid

Open Sewing Lab

In Person 1:00 p.m.-3:00 p.m.

Brush Hour

In Person 2:30 p.m.-4:00 p.m.

Serenity Sessions

In Person 3:00 p.m.-4:00 p.m.

Recovery in Action Group Process

1:00 PM-2:30 pm Hybrid

Loss & Grief: The Process of Healing

3:00 p.m.-4:00 p.m. Hybrid

Depression Management #2

2:00 p.m.-3:00 p.m. Hybrid

Conflict Resolution

2:30 p.m.-4:00 p.m. Hybrid

Combartir la Ansiedad (Spanish)

3:00 p.m.-4:30 p.m. Hybrid

The Art of Drumming

In Person 3:30 p.m.-4:30 p.m.

DBT Skills Group

3:30 p.m.-5:00 p.m. Hybrid

Open Computer Lab

In Person 2:30-5:00 p.m.

Movie Night

In Person 2:30 p.m.-4:30 p.m.

CBT Skills Group

3:30 p.m.-5:00 p.m. Hybrid

Basic Computers

In Person 4:00-5:00 p.m.

Game Night

In Person 3:00 p.m.- 4:30 p.m.

Journaling

In Person 3:30-4:30 p.m.

Overcoming Anxiety

5:00 p.m.-6:00 p.m. Hybrid



clarvida.



NAMI Connection Recovery Support Group
In Person 5:00-6:00 p.m.
Communication Building Blocks
5:00 p.m.-6:00 p.m. Hybrid

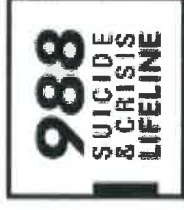


Crisis Hotline: 1-800-991-5272 - Suicide & Crisis Lifeline: 988 - Substance Use Division Access Line: 1-866-266-4898

*Martes y Jueves 10AM a 6PM

El Consumer Family Learning Center (CFLC) ofrece clases dirigidas por pares y grupos de apoyo de manera virtual y EN PERSONAL. Estos grupos de horario de clases de CFLC son solo para adultos y el tamaño de las clases está limitado a 18 asistentes. Las personas deben convertirse en miembros antes de comenzar un grupo. Para unirse a grupos virtuales, los miembros deben poder unirse a Microsoft Teams desde una computadora o teléfono inteligente. La participación en una clase no será anónima. El CFLC es para adultos que participan activamente en la recuperación de la salud conductual y sus familiares/seres queridos Para convertirse en miembro o para obtener más información, llame a CFLC al 661-584-2270. Este programa está financiado por BHSA.

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
Computadoras Básicas En Persona 10:30 a.m.-11:30 a.m.	Manejo del Estrés (Spanish) 10:30 a.m. – 12:00 p.m. Híbrido	Laboratorio de Computación Abierto En Persona 10:30 a.m.-12:00 p.m.	Esquizofrénicos Anónimos (Español) 10:30-11:30 a.m. Híbrido	Un Riconsito para Meditar y Sanar (Español) 10:30 a.m.-11:30 a.m. Híbrido
Un Mejor Tú 10:30 a.m.-12:00 p.m. Híbrido	Colorear Para la Atención Plena En Persona 10:30 a.m.-11:30 a.m.	Apoyo Emocional (Español) 10:30 a.m. - 12:00 p.m. Híbrido	Arte para el Alma En Persona 10:30 a.m.-12:00 p.m.	Manejo del Estrés 10:30 a.m.-11:30 a.m. Híbrido
Grupo Maverick de hombres	Seres Creativos	Grupo de soporte para la recuperación de la conexión NAMI	Prevención de Recaídas en la Salud Mental	Hábitos Saludables
1:00 p.m.-2:00 p.m. Híbrido	En Persona 10:30 a.m.-12:00 p.m.	En Persona 11:00 a.m.-12:30 p.m.	1:00 p.m.-2:00 p.m. Híbrido	En Persona 10:30 a.m.-12:00 p.m.
Las Estaciones Cambian: Vivir con Síntomas Bipolares En Persona 2:00 p.m.-3:00 p.m.	Manejo de la Depresión En Persona 1:00 p.m. - 2:00 p.m.	Clase de educación sobre recuperación en acción 1:30 p.m.-3:00 p.m. Híbrido	Recuperación en Acción: Habilidades para la Vida 1:00 p.m.-2:30 p.m. Híbrido	Mujeres Invencibles (Español) 11:30 a.m.-12:30 p.m. Híbrido
Combatir la Ansiedad (Español) 3:00 p.m.-4:30 p.m. Híbrido	Laboratorio de Costura Abierto En Persona 1:00 p.m.-3:00 p.m. Proceso Grupal de Recuperación en Acción	Pérdida y Duelo: El Proceso de Sanación 3:00 p.m.-4:00 p.m. Híbrido Grupo de Habilidades DBT	Laboratorio de Costura Abierto En Persona 1:00 p.m.-3:00 p.m. Manejo de la Depresión #2	Hora de Píncel En Persona 2:00 p.m.-3:00 p.m. Resolución de Conflictos
1:00 p.m.-2:30 p.m. Híbrido	En Persona 3:30 p.m.-4:30 p.m.	3:30 p.m.-5:00 p.m. Híbrido	2:00 p.m.-3:00 p.m. Híbrido	2:30 p.m.-4:00 p.m. Híbrido
El Arte de Tocar la Batería En Persona 3:30 p.m.-4:30 p.m.	Computadoras Básicas 4:00p.m.-5:00p.m.	Noche de Juegos En Persona 3:00 p.m.- 4:30 p.m.	Laboratorio de Computación Abierto En Persona 2:30 p.m.-5:00p.m.	Noche de Película En Persona 2:30 p.m.-4:30 p.m.
Superar la ansiedad 5:00 p.m.-6:00 p.m. Híbrido		Grupo de Soporte para la Recuperación de la Conexión NAMI En Persona 5:00-6:00 p.m. Elementos Básicos de la Comunicación 5:00 p.m.-6:00 p.m. Híbrido	Diario En Persona 3:00 p.m.-4:00p.m.	



clarvida