

February 2026

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 661-868-7550. This program is funded by BHSA.

MONDAY

TUESDAY

WEDNESDAY

THURSDAY

FRIDAY

Open Computer Lab

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

Creative Beings

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

Coloring for Mindfulness #2

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

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.

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

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 Gentlemen's Group

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

Depression Management

In Person 1:30 p.m. - 2:30p.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 Invencibles (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 2:00 p.m.-3:30 p.m.

Combattir la Ansiedad (Spanish)

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

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.-3:30 p.m. Hybrid

Serenity Session

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

The Art of Music

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

Game Night

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

Computer Lab

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

Movie Night

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

CBT Skills Group

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

Open Computer Lab

4:30pm-5:30 p.m.

DBT Skills Group

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

Journaling

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



Overcoming Anxiety

4:30 p.m.-5:30 p.m. Hybrid

NAMI Connection Recovery Support Group

In Person 5:00-6:00 p.m.

Communication Building Blocks

4:30 p.m.-5:30 p.m. Hybrid

clarvida

Crisis Hotline: 1-800-991-5272

- Suicide & Crisis Lifeline: 988

- Substance Use Division Access Line: 1-866-266-4898

- Clarvida.com



febrero 2026

Lunes-Viernes 10AM a 5PM en 2001 28th Street, Bakersfield, CA 93301

*Martes y Jueves 10AM a 6PM

CFLC

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 661-868-7550. Este programa está financiado por BHS.



LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

Laboratorio de Computación
Abierto

En Persona 10:30 a.m.-11:30 a.m.

Un Mejor Tu

10:30 a.m.-12:00 p.m. Híbrido

Cocinar para el Bienestar

10:30 a.m.-12:00 p.m. Híbrido

Grupo Maverick de Hombres

1:00 p.m.-2:00 p.m. Híbrido

Las Estaciones Cambian: Vivir con
Síntomas Bipolares

En Persona 2:00 p.m.-3:00 p.m.

Compartir la Ansiedad (Español)

3:00 p.m.-4:30 p.m. Híbrido

Sesiones de Serenidad

En Persona 3:00p.m.- 4:00p.m.

Grupo de Habilidades CBT

3:30p.m.-4:30 p.m. Híbrido

Manejo del Estrés (Spanish)

10:30 a.m. - 12:00 p.m. Híbrido

Colorear Para la Atención Plena

En Persona 10:30 a.m.-11:30 a.m.

Seres Creativos

En Persona 10:30 a.m.-12:00 p.m.

Manejo de la Depresión

En Persona 1:30 p.m. - 2:30 p.m.

Laboratorio de Costura Abierto

En Persona 1:00 p.m.-3:00 p.m.

Proceso Grupal de

Recuperación en Acción

1:00 p.m.-2:30 p.m. Híbrido

El Arte de la música

En Persona 3:30 p.m.-4:30 p.m.

Laboratorio de Computación
Abierto

En Persona 4:30 a.m.-5:30 p.m.

Superar la ansiedad

4:30 p.m.-5:30 p.m. Híbrido

Laboratorio de Computación
Abierto

En Persona 10:30 a.m.-12:00 p.m.

Apoyo Emocional (Español)

10:30 a.m. - 12:00 p.m. Híbrido

Colorear Para la Atención Plena

En Persona 10:30 a.m.-11:30 a.m.

Grupo de soporte para la recuperación
de la conexión NAMI

En Persona 11:00 a.m.-12:30 p.m.

Clase de educación sobre recuperación
en acción

1:00 p.m.-2:30 p.m. Híbrido

Pérdida y Duelo:

El Proceso de Sanación

3:00 p.m.-4:00 p.m. Híbrido

Noche de Juegos

En Persona 3:00 p.m.- 4:30 p.m.

Grupo de Habilidades DBT

3:30 p.m.-4:30 p.m. Híbrido

Esquizofrenia Anónimos

En Persona 10:30-11:30 a.m. Híbrido

Arte para el Alma

En Persona 10:30 a.m.-12:00 p.m.

Prevención de Recaidas en la Salud
Mental

1:00 p.m.-2:00 p.m. Híbrido

Recuperación en Acción:
Habilidades para la Vida

1:00 p.m.-2:30 p.m. Híbrido

Laboratorio de Costura Abierto

En Persona 1:00 p.m.-3:00 p.m.

Manejo de la Depresión #2

2:00 p.m.-3:00 p.m. Híbrido

Grupo de Diario

En Persona 3:30pm-4:30pm

Grupo de Soporte para la

Recuperación de la Conexión NAMI

En Persona 5:00-6:00 p.m.

Laboratorio de Computación

En Persona 3:00pm-4:30pm

Elementos Básicos
de la Comunicación

4:30 p.m.-5:30 p.m. Híbrido

Un Retiro para Meditar y Sanar
(Español)

10:30 a.m.-11:30 a.m. Híbrido

Manejo del Estrés

10:30 a.m.-11:30 a.m. Híbrido

Hábitos Saludables

En Persona 10:30 a.m.-12:00 p.m.

Mujeres Invencibles (Español)

11:30 a.m.-12:30 p.m. Híbrido

Hora de Pencil

En Persona 2:00 p.m.-3:30 p.m.

Resolución de Conflictos

2:30 p.m.-3:30 p.m. Híbrido

Noche de Película

En Persona 2:30 p.m.-4:30 p.m.



clarivida