July 2026

*Monday, Wednesday and Friday 10:00AM to 5:00PM

*Tuesdays and Thursdays 10:00AM to 6:00PM

CFLC

2001 28th Street, Bakersfield, CA 93301

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.

Consumer Family Learning Center

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) In Person 10:30 a.m.–11:30 a.m.
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.	Prolific Theater 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 Gentlemen's Group 1:00 p.m.-2:00 p.m. Hybrid	Depression Management In Person 1:30 p.m. - 2:30 p.m.	Apoyo Emocional (Spanish) 10:30 a.m. - 12:00 p.m. Hybrid	Recovery in Action Life Skills 1:00 p.m.-2:30 p.m. Hybrid	Mujeres Invencibles (Spanish) In Person 11:30 a.m.-12:30 p.m.
Rainbow Warriors LGBTQ+ Group In Person 1:00 p.m.-2:00 p.m.	Open Sewing Lab In Person 1:30 p.m.-3:00 p.m.	NAMI Connection Recovery Support Group In Person 11:00 a.m.-12:30 p.m.	Open Sewing Lab In Person 1:30 p.m.-3:00 p.m.	Conflict Resolution 1:30 p.m.-2:30 p.m. Hybrid
Seasons Change: Living with Bipolar Symptoms In Person 2:00 p.m.-3:00 p.m.	Recovery in Action Group Process 1:00 PM-2:30 pm Hybrid	Recovery in Action Education Class 1:00 p.m.-2:30 p.m. Hybrid	Depression Management #2 2:00 p.m.-3:00 p.m. Hybrid	Brush Hour In Person 2:30 p.m.-3:30 p.m
Combartir la Ansiedad y Depresion (Spanish) 3:00 p.m.-4:30 p.m. Hybrid	The Art of Music In Person 3:00 p.m.-4:00 p.m.	Loss & Grief: The Process of Healing 3:00 p.m.-4:00 p.m. Hybrid	Computer Lab In Person 3:00-4:00 p.m.	Movie Night In Person 2:30 p.m.-4:30 p.m
Serenity Session In Person 3:00 p.m.-4:00 p.m.	Open Computer Lab 3:00pm-4:00 p.m.	Game Night In Person 3:00 p.m.- 4:30 p.m.	Journaling In Person 3:30-4:30 p.m.	Social Hour In Person 3:00 p.m.-4:00 p.m
CBT Skills Group 3:00 p.m.-4:30 p.m. Hybrid	Overcoming Anxiety 4:30 p.m.-5:30 p.m. Hybrid	DBT Skills Group 3:00 p.m.-4:30 p.m. Hybrid	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**

Julio 2026

*Lunes, Miercoles y Vienes 10:00AM to 5:00PM

*Martes y Jueves 10:00AM to 6:00PM

CFLC

2001 28th Street, Bakersfield, CA 93301

El Consumer Family Learning Center (CFLC) ofrece clases dirigidas por pares y grupos de apoyo de manera virtual y EN PERSONA! 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 BHSA.

Consumer Family Learning Center

LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES
Laboratorio de Computación Abierto 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** 10:30-11:30 a.m. Híbrido	**Un Riconsito para Meditar y Sanar (Español)** En Persona 10:30am–11:30am
Un Mejor Tu 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
Cocinar para el Bienestar 10:30 a.m.-12:00 p.m. Híbrido	**Seres Creativos** En Persona 10:30 a.m.-12:00 p.m.	**Colorear Para la Atención Plena** En Persona 10:30 a.m.-11:30 a.m.	**Prevención de Recaídas en la Salud Mental** 1:00 p.m.-2:00 p.m. Híbrido	**Hábitos Saludables** En Persona 10:30 a.m.-12:00 p.m
Grupo Maverick de Hombres 1:00 p.m.-2:00 p.m. Híbrido	**Manejo de la Depresión** En Persona 1:30 p.m. - 2:30 p.m.	**Teatro Prolífico** En Persona 10:30 a.m.-11:30 a.m.	**Recuperación en Acción: Habilidades para la Vida** 1:00 p.m.-2:30 p.m. Híbrido	**Mujeres Invencibles (Español)** En Persona 11:30am-12:30pm
Guerreros del Arcoíris Grupo LGBTQ+ En Persona 1:00 p.m.-2:00 p.m.	**Laboratorio de Costura Abierto** En Persona 1:30 p.m.-3:00 p.m.	**Grupo de soporte para la recuperación de la conexión NAMI** En Persona 11:00 a.m.-12:30 p.m.	**Laboratorio de Costura Abierto** En Persona 1:30 p.m.-3:00 p.m.	**Resolución de Conflictos** 1:30 p.m.-2:30 p.m. Híbrido
Las Estaciones Cambian: Vivir con Síntomas Bipolares En Persona 2:00 p.m.-3:00 p.m.	**Proceso Grupal de Recuperación en Acción** 1:00 p.m.-2:30 p.m. Híbrido	**Clase de educación sobre recuperación en acción** 1:00 p.m.-2:30 p.m. Híbrido	**Manejo de la Depresión #2** 2:00 p.m.-3:00 p.m. Híbrido	**Hora de Pencil** En Persona 2:30 p.m.-3:30 p.m
Combartir la Ansiedad y Depresion (Español) 3:00 p.m.-4:30 p.m. Híbrido	**El Arte de Musica** En Persona 3:00 p.m.-4:00 p.m.	**Pérdida y Duelo: El Proceso de Sanación** 3:00 p.m.-4:00 p.m. Híbrido	**Grupo de Diario** En Persona 3:30pm-4:30pm	**Noche de Pelicula** En Persona 2:30 p.m.-3:30 p.m
Sesiones de Serenidad En Persona 3:00p.m.- 4:00p.m.	**Laboratorio de Computación Abierto** En Persona 3:00 a.m.-4:00 p.m.	**Noche de Juegos** En Persona 3:00 p.m.- 4:30 p.m.	Laboratorio de Computación En Persona 3:00pm-4:00pm	**Hora Social** 3:00 p.m.-4:00 p.m Hibrido
Grupo de Habilidades CBT 3:00 p.m.-4:30 p.m. Híbrido	**Superar la ansiedad** 4:30 p.m.-5:30 p.m. Híbrido	**Grupo de Habilidades DBT** 3:00 p.m.-4:30 p.m. Híbrido	**Elementos Básicos de la Comunicación** 4:30 p.m.-5:30 p.m. Hibrido	

clarvida

Línea directa de crisis: 1-800-991-5272 - **Línea de ayuda para casos de suicidio y crisis:** 988 - **Línea de acceso de la División de Uso de Sustancias:** 1-866-266-4898