

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.



MONDAY	TUESDAY	WEDNESDAY	THURSDAY	FRIDAY
Open Computer Lab In Person 10:30 a.m.-11:30 a.m. A Better You 10:30 a.m.-12:00 p.m. Hybrid Cooking for Wellbeing 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 Rainbow Warriors LGBTQ+ Group In Person 1:00 p.m.-2:00 p.m. Seasons Change: Living with Bipolar Symptoms In Person 2:00 p.m.-3:00 p.m. Compartir la Ansiedad y Depresion (Spanish) 3:00 p.m.-4:30 p.m. Hybrid Serenity Session In Person 3:00 p.m.-4:00 p.m. CBT Skills Group 3:00 p.m.-4:30 p.m. Hybrid	Manejo del Estrés (Spanish) 10:30 a.m. – 12:00 p.m. Hybrid 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. Depression Management In Person 1:30 p.m. - 2:30 p.m. Open Sewing Lab In Person 1:30 p.m.-3:00 p.m. Recovery in Action Group Process 1:00 PM-2:30 pm Hybrid The Art of Music In Person 3:00 p.m.-4:00 p.m. Open Computer Lab 3:00pm-4:00 p.m. Overcoming Anxiety 4:30 p.m.-5:30 p.m. Hybrid	Open Computer Lab In Person 10:30 a.m.-12:00 p.m. Coloring for Mindfulness #2 In Person 10:30 a.m.-11:30 a.m. Prolific Theater In Person 10:30 a.m.-11:30 a.m. Apoyo Emocional (Spanish) 10:30 a.m. - 12:00 p.m. Hybrid NAMI Connection Recovery Support Group In Person 11:00 a.m.-12:30 p.m. Recovery in Action Education Class 1:00 p.m.-2:30 p.m. Hybrid Loss & Grief: The Process of Healing 3:00 p.m.-4:00 p.m. Hybrid Game Night In Person 3:00 p.m.- 4:30 p.m. DBT Skills Group 3:00 p.m.-4:30 p.m. Hybrid	Schizophrenics Anonymous In Person 10:30-11:30 a.m. Hybrid Art for the Soul In Person 10:30 a.m.-12:00 p.m. Preventing Mental Health Relapse 1:00 p.m.-2:00 p.m. Hybrid Recovery in Action Life Skills 1:00 p.m.-2:30 p.m. Hybrid Open Sewing Lab In Person 1:30 p.m.-3:00 p.m. Depression Management #2 2:00 p.m.-3:00 p.m. Hybrid Computer Lab In Person 3:00-4:00 p.m. Journaling In Person 3:30-4:30 p.m. Communication Building Blocks 4:30 p.m.-5:30 p.m. Hybrid	Un Riconsito para Meditar y Sanar (Spanish) In Person 10:30 a.m.-11:30 a.m. Stress Management 10:30 a.m.-11:30 a.m. Hybrid Healthy Habits In Person 10:30 a.m.-12:00 p.m. Mujeres Invencibles (Spanish) In Person 11:30 a.m.-12:30 p.m. Conflict Resolution 1:30 p.m.-2:30 p.m. Hybrid Brush Hour In Person 2:30 p.m.-3:30 p.m. Movie Night In Person 2:30 p.m.-4:30 p.m. Social Hour In Person 3:00 p.m.-4:00 p.m.



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

Julio 2026

*Lunes, Miércoles y Viernes 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.



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 Guerreros del Arcoíris Grupo LGBTQ+ En Persona 1:00 p.m.-2:00 p.m. Las Estaciones Cambian: Vivir con Síntomas Bipolares En Persona 2:00 p.m.-3:00 p.m. Compartir la Ansiedad y Depresión (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 3:00 p.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 1:30 p.m.-3:00 p.m. Proceso Grupal de Recuperación en Acción 1:00 p.m.-2:30 p.m. Híbrido El Arte de Musica En Persona 3:00 p.m.-4:00 p.m. Laboratorio de Computación Abierto En Persona 3:00 a.m.-4:00 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. Teatro Prolífico 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 3:00 p.m.-4:30 p.m. Híbrido	Esquizofrénicos Anónimos 10:30-11:30 a.m. Híbrido Arte para el Alma En Persona 10:30 a.m.-12:00 p.m. Prevención de Recaídas 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 1:30 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 Laboratorio de Computación En Persona 3:00pm-4:00pm Elementos Básicos de la Comunicación 4:30 p.m.-5:30 p.m. Híbrido	Un Riconsito para Meditar y Sanar (Español) En Persona 10:30am-11:30am 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) En Persona 11:30am-12:30pm Resolución de Conflictos 1:30 p.m.-2:30 p.m. Híbrido Hora de Pencil En Persona 2:30 p.m.-3:30 p.m. Noche de Película En Persona 2:30 p.m.-3:30 p.m. Hora Social 3:00 p.m.-4:00 p.m Híbrido



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