

Columbia Neighborhood Center

Spring 2024 Services At-A-Glance

Columbia Neighborhood Center (CNC) Office Hours

Monday through Friday
8:30 a.m. to 5 p.m.

City and community resource navigation and tools for supporting child care providers and parents seeking care.

Family Harvest Grocery Distribution 408-730-7800

Fourth Wednesday monthly:
4/24, 5/23 & 6/26
4:15 to 5:15 p.m.

Monthly free food distribution, open to anyone, no proof of income needed. Drive-thru pick up.
Location: Columbia Middle School Parking Lot
739 Morse Ave.

MayView Community Health Clinic 650-330-7400

Monday, Wednesday, Thursday
and Friday
8 a.m. to 5 p.m.

Tuesday
Hours vary

Medical services and health insurance enrollment assistance, etc.

Vaccinations Clinic (children ages 3-18)
Every Wednesday, 5 to 7 p.m. No appointment necessary.

Please call CNC for additional information about what parents need to bring for this service.

Dental Services by On-Site Dental Care Foundation 408-315-4864

Every Monday at CNC

For uninsured or underinsured only. Call or stop by dental van for more information or to make an appointment.

English Language Classes 408-522-2700

Day and Evening Classes

English as a second language classes. Call Fremont Adult Education for an appointment.
Location: Columbia Middle School & CNC

Drop-In Fitness Room 408-730-7800

M-F | 3:30 to 8 p.m.
Sa | 9 a.m. to 12 p.m.

Get active with cardio machines (treadmill, bikes, ellipticals), strength training machines and free weights. Bring water, towel and wear athletic shoes. High school students with signed parent consent waiver. Middle school students are free, must attend with a paying parent/guardian.

Fee: \$1 (Residents Only)

FREE! Youth Drop-In Basketball

Fridays
7 to 10 p.m.

For middle and high schoolers with student ID.
Program canceled if no participants in first hour

Zumba Classes

Tuesday and Thursday
6:30 to 7:30 p.m.

Adults 18+, High schoolers (14 to 17) with signed parent consent, Middle schoolers with parent or guardian present. No one turned away.

Suggested donation - \$3 per class

Location: CNC - Multi-Purpose Room

Columbia Neighborhood Center

Spring 2024 Services At-A-Glance

FREE! Fun on the Run Mobile Recreation

Tuesdays from 3 - 5 p.m.
Muwékma Park
1035 Indian Wells Ave.

Spring Break Schedule:
April 15 - 19 from 2 - 5 p.m.
Muwékma Park
1035 Indian Wells Ave.

Drop in, after school recreation program for ages 6-11. Parent/guardian must complete and sign a consent form the first time. Consent available on city webpage and on site.

Schedules may vary, please check the Recreation webpage for details or call CNC.

FREE! Monthly Inclusive Activities at Magical Bridge Playground for All Ages, All Abilities at Fair Oaks Park, 540 N.Fair Oaks Ave.

Storytime

Wednesdays, April 3, May 1
and June 5
4 to 4:30 p.m. *in English*

Fridays, April 5, May 4, and
June 7
11 to 11:30 a.m. *in English*

Fridays, April 12, May 10, and
June 14
4 to 4:30 p.m. *in Spanish*

Recommended for children ages 0 to 5 and their caregivers but everyone is welcome.

Inclusive Musical Shows

Saturdays, April 13 and May 18
2 to 3:30 p.m.

Show by Lori and RJ Music of Cotton Candy Express Music.

Music & Movement

Fridays, April 26, May 24, and
June 28
10 to 10:45 a.m.

Join San Miguel/Columbia Family Resource Center staff for a music and movement activity for families with children, ages 2 to 5.

Note: All services/programs take place at CNC and are free unless otherwise noted. No child care provided unless otherwise noted.

For more information on what's offered citywide, visit Sunnyvale.ca.gov/Activities

Centro Vecinal Columbia

Primavera 2024 Servicios de un Vistazo

Centro Vecinal Columbia (CNC) Horas de Oficina

Lunes a Viernes
De 8:30 a.m. a 5 p.m.

Recursos comunitarios, de la Ciudad y herramientas de navegación para apoyar a proveedores de servicio y a los padres.

Distribución de Comestibles para la Despensa Familiar 408-730-7800

El Cuarto Miércoles de cada Mes:
4/24, 5/23 & 6/26
De 4:15 a 5:15 p.m.

Distribución Mensual Gratuita de Comida, abierta para todos, no necesita comprobar ingresos. Recoger en el auto.

Location: Estacionamiento de la Escuela Intermedia Columbia, 739 Morse Ave.

Clínica Comunitaria de Salud MayView 650-330-7400

Lunes, Miércoles, Jueves y
Viernes
De 8 a.m. a 5 p.m.

Martes
el Horario varía

Servicios Médicos y asistencia para registro de seguro de salud, etc.

Clínica de Vacunación (Niños de 3-18 años)
Todos los Miércoles de 5 a 7 p.m. No necesita cita

Por favor llame a CNC para más información acerca de lo que los padres necesitan para este servicio.

Servicios Dentales por la Fundación de Cuidado Dental 408-315-4864

Todos los Lunes en CNC

Solo para personas sin seguro o con seguro insuficiente. Llame o pase por la dental móvil para más información o haga una cita.

Clases de Inglés 408-522-2700

Clases en el Día y la Noche

Clases de Inglés como segunda lengua. Llame a Educación para Adultos Fremont para una cita.

Lugar: Escuela Intermedia Columbia & CNC

Sala de Ejercicios sin previa cita 408-730-7800

L-V | De 3:30 a 8 p.m.
Sa | De 9 a.m. a 12 p.m.

Manténgase activo en aparatos cardiovasculares (caminadora, bicicletas, elípticos), máquina de entrenamiento y pesas libre. Traiga agua, una toalla y zapatos deportivos. Estudiantes de Preparatoria deben traer consentimiento de los padres por escrito. Estudiantes de Escuela Intermedia son gratis y deben asistir con un adulto

Tarifa: \$1 (Solo Residentes)

GRATIS! Basketbol Juvenil sin previa cita

Viernes
De 7 a 10 p.m.

Para estudiantes de escuela Intermedia y Preparatoria con Identificación.

El Programa se cancela si no hay estudiantes a la primera hora

Clases de Zumba

Martes y Jueves
De 6:30 a 7:30 p.m.

Adultos 18+, Preparatorianos (14 a 17 años) con autorización firmada del padre, Alumnos de Escuela Intermedia con un adulto. A nadie se rechaza.

Donación Sugerida: \$3 por clase

Lugar: CNC – Salón de Usos Múltiples

Centro Vecinal Columbia

Primavera 2024 Servicios de un Vistazo

GRATIS! Recreación Móvil Diversión al Correr

Martes de 3 - 5 p.m.
Muwékma Park
1035 Indian Wells Ave.

Horario de Vacaciones de Primavera:
Abril 15 - 19 de 2 - 5 p.m.
Muwékma Park
1035 Indian Wells Ave.

Sin previa cita, programa de recreación después de escuela de 6-12. Padre/guardián debe completar y firmar la forma la primera vez. La forma de Consentimiento está en la página de la ciudad y en el sitio de internet.

Horario puede variar, por favor verifique el sitio de internet del Departamento de Recreación para más detalles o llame al CNC.

GRATIS! Actividades Mensuales Inclusivas en el Patio de Juegos del Puente Mágico para todas las Edades y todas las Habilidades en el Parque Fair Oaks, 540 N.Fair Oaks Ave.

Hora de Cuentos

Miércoles, Abril 3, Mayo 1 y Junio 5
De 4 a 4:30 p.m. en Inglés

Viernes, Abril 5, Mayo 4 y Junio 7
De 11 a 11:30 a.m. en Inglés

Viernes, Abril 12, Mayo 10 y Junio 14
De 4 a 4:30 p.m. en Español

Recomendado para niños de 0 a 5 años y a sus cuidadores pero todos son bienvenidos.

Espectáculo Musical Inclusivo

Sábados, Abril 13 y Mayo 18
De 2 a 3:30 p.m.

Espectáculo Musical de Lori y RJ con Música Algodón de Azúcar Express.

Música & Movimiento

Viernes, Abril 26, Mayo 24 y Junio 28
De 10 a 10:45 a.m.

Únase al personal de San Miguel/Centro de Recursos Familiares Columbia para una actividad de música y movimiento para las familias con niños de 2 a 5 años de edad.

Aviso: Todos los servicios/programas se llevan a cabo en el CNC y son gratuitos a menos que se indique lo contrario.
No hay cuidado de niños a menos que se indique lo contrario.

Para más información acerca de todo lo que la ciudad ofrece, visite Sunnyvale.ca.gov/Actividades