



Calendar of Events

January – April 2026

COMMUNITY SERVICES

Mental Health Counseling**

- Low cost
- Short-term
- Individual
- Couples
- Family

For individuals living between Irvine and San Clemente.

Date and Time: Call for an appointment

Location: SOC and CHEC

Case Management for Families and Adults**

A short-term program that supports and strengthens families or single individuals by providing:

- Information
- Referrals
- Education
- Links to community-based programs

Date/Time: Call for an appointment

Location: SOC and CHEC

Enrollment Assistance**

- Cal Fresh/Food Stamps
- Affordable health insurance — Medi-Cal/Covered CA
- Cal Works

Date/Time: Call for appointment

Location: SOC and CHEC

FREE Farmers Market**

Lake Forest Food Distribution

Food distribution offered by the SOC FRC in partnership with Second Harvest Food Bank. Bring your own bags. No appointment needed. Rain cancels this outdoor event.

Date/Time: Fourth Tuesday of the month:

Jan. 27, Feb. 24, Mar. 24, Apr. 28

Starts at 3:30 p.m. until we run out.

Location: SOC

The Family Resource Centers are offering services in-person and virtually. Contact us for more information, appointments or class registration.



facebook.com/ResourceCentersOC



@FRC_CHEC_SOC

*Spanish only

**English and Spanish

***English only



South Orange County
Family Resource Center

22481 Aspan Street, Suite B
Lake Forest, CA 92630
949-364-0500
Fax: 949-364-0575

Hours of Operation:
Monday, Tuesday, Friday
8:30 a.m. – 5 p.m.
Wednesday, Thursday
10:30 a.m. – 7 p.m.



27412 Calle Arroyo
San Juan Capistrano, CA 92675
949-489-7742
Fax: 949-489-7748

Hours of Operation:
Monday, Thursday, Friday
8:30 a.m. – 5 p.m.
Tuesday, Wednesday
10:30 a.m. – 7 p.m.

Programs and services at SOC and CHEC Family Resource Center are funded in part through Families and Communities together (FaCT).
factoc.org

DOMESTIC VIOLENCE SERVICES

Personal Empowerment (PEP)**

Court-approved, educational program designed for victims of domestic violence that provides support towards ending the cycle of abuse.

Date/Time: Call for more information

Location: SOC and CHEC

Legal Advocacy Program**

- **Legal advocacy appointments:** One-on-one sessions with a legal advocate to discuss legal options and resources for domestic violence related legal issues including restraining orders, family law, immigration and more. *Cost:* Services are provided on a sliding fee scale.
- **Monthly Immigration Clinic:** One-on-one advice and counsel sessions with an immigration attorney to assess forms needed for immigration relief that are available to domestic violence survivors (must attend intake with legal advocate in order to be signed up).
- **Monthly Family Law Clinic:** One-on-one advice and counsel sessions with a family law attorney to discuss divorce, custody, and support for domestic violence survivors (must attend intake with legal advocate in order to be signed up).

Date/Time: Call for an appointment or for more information at 949-757-3635, ext. 100.

Location: SOC and CHEC

COMMUNITY SUPPORT GROUPS

Men's Support Group*

Join us for an opportunity to discuss your successes, challenges, relationships, insights and personal growth. We will offer each other support and feedback in a safe and confidential space. The class will be offered in-person.

Date/Time: Wednesdays starting Jan. 14 from 5:30 – 7 p.m. Call for more information.
SOC: 949-364-0500

Location: SOC



Community Engagement Advisory Committee (CEAC)**

Would you like to help others in your community? We have an exciting opportunity for you, become a CEAC Volunteer and discover how fun and rewarding this can be!

Date/Time:

SOC: 3rd Wednesday of the month, from 5:30 – 6:30 p.m.

CHEC: 4th Wednesday of the month, from 5:30 – 6:30 p.m.

Location: SOC and CHEC (Hybrid)

Crocheting Group*

Open group for adult woman that are interested in meeting new people while crocheting. Different topics are provided each week through a strength-based approach such as mental health, reducing stress and encouragement. The goal of the class is to increase their social connections within their community.

Date/Time:

SOC every Friday from 11 a.m. – 1 p.m.

CHEC every Thursday from 11:30 a.m. – 1:30 p.m.

Location: SOC and CHEC

Arts and Crafts Corner***

Fun seasonal activities and games for children ages 6 – 12 that will inspire creativity, build self-esteem, and provide a space for children to play and share time with other children.

Date/Time:

SOC: Thursdays, Jan. 15 – Jun. 18,
from 5 – 6:30 p.m. (No class on March 12 & 19)

CHEC: Tuesdays, Jan. 13 – Jun. 16,
from 5 – 6:30 p.m. (No class on March 10 & 17)

Location: SOC and CHEC

Stronger Within*

This group provides women a safe space to strengthen relationships, develop effective stress-management skills, and build self-esteem and confidence. Through various activities, participants will explore emotional awareness, healthy boundaries, communication patterns and self-compassion.

Date/Time: Tuesdays, Jan. 20 – Mar. 10
from 5 – 6:30 p.m.

Location: CHEC

Teen Girls Book Club***

Book Club for teen ages 13 – 17 years old. Join us in reading “I am not your perfect Mexican daughter” and build new friendships! This group will encourage open expression and promote emotional growth.

Date/Time: Wednesday, Apr. 8 – May 6
from 5 – 6:30 p.m. Call for more information.
SOC: 949-364-0500

Location: SOC

Healing Minds***

Supportive group for teens girls ages 14 – 17 focused on building self-esteem, expressing emotions, improving communication and developing healthy relationships. Through art-based activities and coping skills, teens gain confidence and tools for everyday life.

Date/Time: Wednesdays, Feb. 18 – Apr. 1 from
5 – 6:30 p.m.

Location: SOC

COMMUNITY EDUCATION

Active Parenting Class**

Parenting Class presented by Olive Crest. 7-Week Class aimed towards parents of school aged children. Class is focused around being an active parent, learning to communicate, develop self-esteem, learning to use positive discipline and redirection. Class is offered in-person and virtually.

Date/Time:

SOC January 7, April 1 from 5:30 – 7:30 p.m.

CHEC January 7, April 1 from 5:30 – 7:30 p.m.

Location: SOC and CHEC

AESL – English as a Second Language – Saddleback College

Students will learn and practice communication skills in everyday situations while building:

- Vocabulary through listening
- Speaking
- Reading
- Writing
- Grammar activities

Beginning and intermediate levels are welcomed.

For more information call 949-348-6850.

Date/Time: Call for more information.

Location: SOC

Storytime**

Join us on the 2nd Thursday of the Month for a bilingual story time for the entire family.

Enjoy family stories, songs, and activities.

Storytime will be offered in partnership with the Orange County Public Library.

Class will be held in person.

Call to sign up.

Date/Time: 2nd Thursday of the month
from 5 – 5:30 p.m. Call for more information.

SOC: 949-364-0500

Location: SOC

RAISING HEALTHY TEENS

No one ever said parenting teens is easy, but joining our community is a great place to figure out the best ways to talk to your child about the pressures they face emotionally, socially, and academically.



Check out our
Parent Resource
Guides



Sign up for
our monthly
newsletter



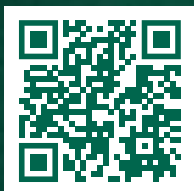
 **Providence**
Mission Hospital

 **Providence**
Mission Hospital

TU VOZ IMPORTA
Empodérala para el futuro de tu hijo

CRIANZA POSITIVA

Ayuda a los adolescentes a alcanzar su máximo potencial sin permitir que las drogas, el alcohol y los problemas de salud mental se interpongan en su camino.



Usa el código QR para
ingresar al sitio web.
crianza-positiva.org



Usa el código QR para bajar la guía
de Recursos para Padres con
valiosos consejos y sugerencias de
cómo iniciar una conversación.



Calendario de eventos

Enero - Abril 2026

SERVICIOS PARA LA COMUNIDAD

Consejería de salud mental**

- Bajo costo
- Corto plazo
- Individual
- Parejas
- Familia

Para las personas que viven entre Irvine y San Clemente.

Cuándo: Llame para hacer una cita

Dónde: SOC y CHEC

Manejo de casos para familias y adultos**

Un programa de corto plazo que apoya y fortalece a las familias o a las personas, brindando los siguientes servicios:

- Información
- Referencias
- Educación
- Enlaces a programas basados en la comunidad

Cuándo: Llame para hacer una cita

Dónde: SOC y CHEC

Ayuda para inscribirse**

- Cal Fresh/Estampillas de comida
- Seguro de salud a bajo costo — MediCal/Covered CA
- Cal Works

Cuándo: Llame para hacer una cita

Dónde: SOC y CHEC

Distribución de comida** en Lake Forest

Distribución de alimentos ofrecida por Centro de Recursos SOC en asociación con Second Harvest Food Bank.

Traiga sus propias bolsas. No necesita hacer cita. Si llueve, este evento al aire libre se cancelará.

Cuándo: Enero 27, Febrero 24, Marzo 24, Abril 28
Comienza a las 3:30 p.m. hasta que se acabe la comida.

Dónde: SOC

Los Centros de Recursos para la Familia están ofreciendo servicios en persona o en forma virtual. Llámenos para obtener más información, hacer una cita o registrarse en una clase.



facebook.com/ResourceCentersOC



@FRC_CHEC_SOC

*Solo español

**Inglés y español

***Solo inglés



South Orange County
Family Resource Center

22481 Aspan Street, Suite B
Lake Forest, CA 92630
949-364-0500
Fax: 949-364-0575

Horario de atención:
Lunes, martes y viernes
8:30 a.m. a 5 p.m.
Miércoles y jueves
10:30 a.m. a 7 p.m.



27412 Calle Arroyo
San Juan Capistrano, CA 92675
949-489-7742
Fax: 949-489-7748

Horario de atención:
Lunes, jueves, viernes
8:30 a.m. a 5 p.m.
Martes y miércoles
10:30 a.m. a 7 p.m.

Los programas y servicios que se ofrecen en los Centros SOC y CHEC de Recursos para la Familia son patrocinados, en parte, a través del programa Familias y Comunidades Juntas (FaCT).
factoc.org

SERVICIOS DE APOYO CONTRA LA VIOLENCIA DOMÉSTICA

Programa de fortalecimiento personal (PEP)**

Programa educativo aprobado por la Corte para las víctimas de violencia doméstica, que les brinda apoyo para poner fin al ciclo de abusos.

Cuándo: Llame para más información.

Dónde: SOC y CHEC

Programa de asistencia legal**

- **Citas de defensoría legal:** Sesiones individuales con un defensor legal para analizar opciones legales y recursos para asuntos legales relacionados con la violencia doméstica, incluyendo órdenes de restricción, leyes familiares, inmigración y más. Costo: Los servicios que se proporcionan se cobran en base a los ingresos de cada persona.

- **Clínica mensual sobre inmigración:** Asesoramiento personal y sesiones de asesoramiento con un abogado de inmigración para evaluar las formas de ayuda de Inmigración disponibles para los sobrevivientes de violencia doméstica (deben asistir a la primera consulta con el representante legal para poder inscribirse).

- **Clínica mensual de derecho familiar:** Asesoramiento personal y sesiones de asesoramiento con un abogado de derecho familiar para analizar temas relacionados con el divorcio, la custodia y el apoyo a sobrevivientes de violencia doméstica (debe asistir a la primera consulta con el representante legal para inscribirse).

Cuándo: Para obtener más información o para hacer una cita, llame al 949-757-3635, ext. 100.

Dónde: SOC y CHEC

GRUPOS DE APOYO A LA COMUNIDAD

Grupo de apoyo para hombres*

Únase a nosotros para tener la oportunidad de discutir sus éxitos, desafíos, relaciones, percepciones y crecimiento personal. Nos ofreceremos apoyo mutuo y retroalimentación en un espacio seguro y confidencial. La clase se ofrecerá en persona.

Cuándo: Miércoles, comenzando enero 14 de 5:30 a 7 p.m. Llámenos para más información.

Dónde: SOC



Comité de líderes comunitarios (CEAC)**

¿Le gustaría ayudar a otros en su comunidad? Tenemos una gran oportunidad para usted. ¡Conviértase en un voluntario de CEAC y descubra lo divertido y gratificante que esto puede ser!

Cuándo:

SOC: Tercer miércoles del mes, de 5:30 a 6:30 p.m.

CHEC: Cuarto miércoles del mes, de 5:30 a 6:30 p.m.

Dónde: SOC y CHEC (Híbrida)

Grupo de tejido*

Grupo abierto para mujeres adultas que estén interesadas en conocer gente nueva mientras hacen ganchillo. Cada semana se imparten diferentes temas a través de un enfoque basado en la fortaleza, como la salud mental, la reducción del estrés. El objetivo de la clase es aumentar sus conexiones sociales dentro de su comunidad.

Cuándo:

SOC cada viernes de 11 a.m. a 1 p.m.

CHEC cada jueves de 11:30 a.m. a 1:30 p.m.

Dónde: SOC y CHEC

Diversión de Manualidades***

Divertidas actividades y juegos de temporada para niños de 6 a 12 años que inspirarán la creatividad, aumentarán la autoestima y proporcionarán un espacio para que los niños jueguen y compartan tiempo con otros niños.

Cuándo:

SOC: Cada Jueves, Enero 15 - Junio 18, de 5 a 6:30 p.m. (No habrá clase el 12 y 19 de Marzo)
CHEC: Cada Martes, Enero 13 - Junio 16, de 5 a 6:30 p.m. (No habrá clase el 10 y 17 de Marzo)

Dónde: SOC y CHEC

Más Fuerte por Dentro*

Este grupo proporciona a las mujeres un espacio seguro para fortalecer las relaciones, desarrollar habilidades efectivas para manejar el estrés y aumentar la autoestima y la confianza. A través de diferentes actividades, los participantes explorarán la conciencia emocional, los límites saludables, los patrones de comunicación y la auto-compasión.

Cuándo: Cada Martes, Enero 20 - Marzo 10, de 5 a 6:30 p.m.

Dónde: CHEC

Club de lectura para Adolescentes***

Club para adolescentes de 13 a 17 años. Únete a nosotros para leer "No soy tu perfecta hija mexicana" conoce nuevas amistades. este grupo fomentará la expresión abierta y el crecimiento emocional. Nos ofreceremos apoyo en un espacio seguro y confidencial.

Cuándo: Miércoles abril 8 - 6 de Mayo de 5 a 6:30 p.m.

Dónde: SOC

Mentes Saludables***

Grupo de apoyo para adolescentes de 14 a 17 años enfocado en fortalecer la autoestima, expresar emociones, mejorar la comunicación y desarrollar relaciones saludables. A través de actividades artísticas y habilidades de afrontamiento, las adolescentes fortalecen su confianza y adquieren herramientas para la vida diaria.

Cuándo: Miércoles, 18 de febrero - abril 1 de 5 a 6:30 p.m. Llámenos para más información.
SOC: 949-364-0500

Dónde: SOC

CLASES PARA LA COMUNIDAD

Clase de crianza activa**

Clase para padres presentada por Olive Crest. Clase de 7 semanas dirigida a padres de niños en edad escolar. La clase se centra en ser un padre activo, aprender a comunicarse, desarrollar autoestima, aprender a usar la disciplina positiva y redirección. Las clases se imparten en persona y virtualmente.

Cuándo:

En SOC 7 de Enero, 1 de Abril de 5:30 a 7:30 p.m.
En CHEC 7 de Enero, 1 de Abril de 5:30 a 7:30 p.m.

Dónde: SOC y CHEC

AESL – Inglés para adultos como segundo idioma – Saddleback College

Los estudiantes aprenderán y practicarán habilidades de comunicación en situaciones cotidianas mientras desarrollan las siguientes habilidades:

- Vocabulario a través de ejercicios de escuchar
- Hablar
- Leer
- Escribir
- Actividades de gramática

Niveles de principiante e intermedio bienvenidos. Para obtener más información, llame al 949-348-6850.

Cuándo: Llámanos para más información

Dónde: SOC

Tiempo de cuentos**

Únase a nosotros el segundo jueves del mes para la clase de tiempo de cuentos bilingüe para toda la familia. Disfrute de historias familiares, canciones y actividades. La hora del cuento se ofrecerá en colaboración con la Biblioteca Pública del Condado de Orange. La clase se realizará en persona. Llame para registrarse.

Cuándo: Cada segundo jueves del mes de 5 a 6:30 p.m. Llámenos para más información.
SOC: 949-364-0500

Dónde: SOC