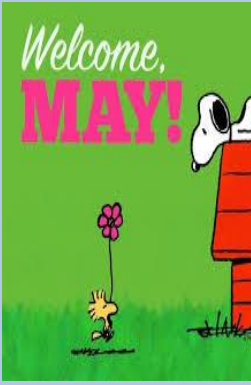


May 2024 Activities Calendar

Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday
	Nurse on-site every Tuesdays and Thursdays! Case Managers on-site M-F! Walk-ins Accepted	1) Chinese Calligraphy 10:00 -11:00 Weight & Balance 1:00 - 2:00 Knitting w/Maureen 2:00-3:30 Chair Yoga 3:30 - 4:15	2) Painting Class 10:00 - 12:00 Understanding your Health Insurance Series 12:00 - 1:00 Social Boardgames 2:00-4:00	3) Community Conversations 11:00-12:00 Cinco de Mayo Zumba party!! 1:00-2:00  Walk w/Ease 12:30 - 1:30
6) Tai Chi 9:00 – 10:00 Book Club 10:15 - 11:15 Walk w/Ease 12:00 - 1:00 Ballroom Dancing 1:00 - 2:00 Weight & Balance 2:00 - 3:00 Dominoes 3:00-4:00	7) Aquatic Dancing 9:00 – 10:00 Yoga w/Jennifer 11:00- 11:45 Better Body Exercise 1:00 - 2:00 Computer Class 3:00 – 4:00	8) Chinese Calligraphy 9:00 -10:00 Mothers day Concert 1:00  Chair Yoga 3:30 - 4:15	9) Painting Class 10:00 - 12:00 Understanding your Health Insurance Series 12:00 - 1:00 Social Boardgames 2:00-4:00 Aquatic Dancing 6:30-7:30 pm	10) Elder Abuse Eng/Chinese Presentation 10:00 Community Conversations 11:00-12:00 Walk w/Ease 12:30 - 1:30
13) Book Club 10:15 - 11:15 Walk w/Ease 12:00 - 1:00 Ballroom Dancing 1:00 - 2:00 Dominoes 3:00-4:00	14) Aquatic Dancing 9:00 – 10:00 Yoga w/Jennifer 11:00- 11:45 Floral class w/Wanda 12:00 Better Body Exercise 1:00 - 2:00 Computer Class 3:00 – 4:00	15) Chinese Calligraphy 10:00 -11:00 Weight & Balance 1:00 - 2:00 Knitting w/Maureen 2:00-3:30 Chair Yoga 3:30 - 4:15 	16) Painting Class 10:00 - 12:00 Understanding your Health Insurance Series 12:00 - 1:00 MET ART BOX w/Nereida & Blanca 1:00-3:00 Social Boardgames 2:00-4:00	17) Community Conversations 11:00-12:00 Walk w/Ease 12:30 - 1:30
20) Tai Chi 9:00 – 10:00 Book Club 10:15 - 11:15 Fitness w/Demetra 12:00- 1:00 Ballroom Dancing 1:00 - 2:00 Dominoes 3:00-4:00	21) Aquatic Dancing 9:00 – 10:00 Yoga w/Jennifer 11:00- 11:45 Better Body Exercise 1:00 - 2:00 Computer Class 3:00 – 4:00	22) Chinese Calligraphy 10:00 -11:00 Weight & Balance 1:00 - 2:00 Knitting w/Maureen 2:00-3:30 Chair Yoga 3:30 - 4:15	23) Painting Class 10:00 - 12:00 Understanding your Health Insurance Series 12:00 - 1:00 Social Boardgames 2:00-4:00 Aquatic Dancing 6:30-7:30 pm	24) Community Conversations 11:00-12:00 Line Dancing 12:00 - 1:30
27) Closed 	28) Aquatic Dancing 9:00 - 10:00 Yoga w/Jennifer 11:00- 11:45 Computer Class 3:00 – 4:00	29) Chinese Calligraphy 10:00 -11:00 Weight & Balance 1:00 - 2:00 Knitting w/Maureen 2:00-3:30 Chair Yoga 3:30 - 4:15	30) Painting Class 10:00 - 12:00 Understanding your Health Insurance Series 12:00 - 1:00 Birthday Celebration 1:30 Social Boardgames 2:00-4:00	31) Community Conversations 11:00-12:00 Elder Abuse Spanish Presentation 12:00 pm Line Dancing 12:00 - 1:30

This program is sponsored by the NYC Department for the Aging

Calenderio de Actividades May 2024

Lunes	Martes	Miercoles	Jueves	Viernes
	Enfermera en el lugar todos los martes y jueves! ¡Administradores de casos en el lugar de lunes a viernes! Se aceptan visitas sin cita previa	1) Caligrafía china 10:00 -11:00 Balance de peso 1:00 - 2:00 Tejiendo con Maureen 2:00-3:30 Silla de yoga 3:30 - 4:15	2) Clase de pintura 10:00 - 12:00 Comprender su seguro médico 12:00-1:00 Juegos de mesa sociales 2:00-4:00	3) Conversaciones comunitarias 11:00-12:00 Cinco de Mayo Zumba party!!  1:00-2:00 Caminar con/facilidad 12:30 - 1:30
6) Clase de Tai Chi 9:00 – 10:00 Club del libro 10:15 - 11:15 Caminar con/facilidad 12:00 - 1:00 Baile de salón 1:00 - 2:00 Balance de peso 2:00 - 3:00 Dominó 3:00-4:00	7) Baile Acuatico 9:00 – 10:00 Yoga con/Jennifer 11:00-11:45 Mejor ejercicio corporal 1:00 - 2:00 Clase de computación 3:00 – 4:00	8) Caligrafía china 9:00 -10:00 Concierto del Día de la Madre 1:00  Silla de yoga 3:30 - 4:15	9) Clase de pintura 10:00 - 12:00 Comprender su seguro médico 12:00-1:00 Juegos de mesa sociales 2:00-4:00 Baile Acuatico 6:30-7:30 pm	10) Abuso de Ancianos Presentación en inglés/chino 10:00 Conversaciones comunitarias 11:00-12:00 Caminar con/facilidad 12:30 - 1:30
13) Club del libro 10:15 - 11:15 Caminar con/facilidad 12:00 - 1:00 Baile de salón 1:00 - 2:00 Dominó 3:00-4:00	14) Baile Acuatico 9:00 – 10:00 Yoga con/Jennifer 11:00-11:45 ¡Clase de arreglos Florales con Wanda!! 12:00 Mejor ejercicio corporal 1:00 - 2:00 Clase de computación 3:00 – 4:00	15) Caligrafía china 10:00 -11:00 Balance de peso 1:00 - 2:00 Tejiendo con Maureen 2:00-3:30 Silla de yoga 3:30 - 4:15 	16) Clase de pintura 10:00 - 12:00 Comprender su seguro médico 12:00-1:00 MET ART BOX con Nereida y Blanca 1:00-3:00 Juegos de mesa sociales 2:00-4:00	17) Conversaciones comunitarias 11:00-12:00 Caminar con/facilidad 12:30 - 1:30
20) Clase de Tai Chi 9:00 – 10:00 Club del libro 10:15 - 11:15 Ejercicio con Demetra 12:00-1:00 Baile de salón 1:00 - 2:00 Dominó 3:00-4:00	21) Baile Acuatico 9:00 – 10:00 Yoga con/Jennifer 11:00-11:45 Mejor ejercicio corporal 1:00 - 2:00 Clase de computación 3:00 – 4:00	22) Caligrafía china 10:00 -11:00 Balance de peso 1:00 - 2:00 Tejiendo con Maureen 2:00-3:30 Silla de yoga 3:30 - 4:15	23) Clase de pintura 10:00 - 12:00 Comprender su seguro médico 12:00-1:00 Juegos de mesa sociales 2:00-4:00 Baile Acuatico 6:30-7:30 pm	24) Conversaciones comunitarias 11:00-12:00 Baile en línea 12:00 - 1:30
27) Cerrado 	28) Baile Acuatico 9:00 – 10:00 Yoga con/Jennifer 11:00-11:45 Clase de computación 3:00 – 4:00	29) Caligrafia china 10:00 -11:00 Balance de peso 1:00 - 2:00 Tejiendo con Maureen 2:00-3:30 Silla de yoga 3:30 - 4:15	30) Clase de pintura 10:00 - 12:00 Comprender su seguro médico 12:00-1:00 Celebración de cumpleaños 1:30 Juegos de mesa sociales 2:00-4:00	31) Conversaciones comunitarias 11:00-12:00 Presentación en español sobre abuso de personas mayores 12:00 pm Baile en línea 12:00 - 1:30

Este programa es patrocinado por departamento el envejecimiento de NYC

五月份 2024 活动表

星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
	每周二和周四有 护士咨询! 周一至周五 个案经理在场! 无需提前预约	1) 书法 10:00 -11:00 重量与平衡 1:00 - 2:00 与 Maureen 针织 2:00 - 3:30 椅子瑜伽 3:30 - 4:15	2) 绘画课 10:00 - 12:00 了解您的健康保险系列 12:00 - 1:00 社交棋牌游戏 2:00 - 4:00	3) 社区对话 11:00 - 12:00 五月五节日 尊巴舞派对!! 1:00-2:00 轻松行走 12:30 - 1:30 
6) 太极班 9:00 - 10:00 图书俱乐部 10:15 - 11:15 轻松行走 12:00 - 1:00 交际舞 1:00 - 2:00 重量与平衡 2:00 - 3:00 西洋骨牌 3:00 - 4:00	7) 水上舞蹈 9:00 - 10:00 与 Jennifer 瑜伽 11:00- 11:45 更好的身体锻炼 1:00 - 2:00 电脑班 3:00 – 4:00	8) 书法 9:00 -10:00 母亲节音乐会 1:00  椅子瑜伽 3:30 – 4:15	9) 绘画课 10:00 - 12:00 了解您的健康保险系列 12:00 - 1:00 社交棋牌游戏 2:00 - 4:00 水上舞蹈 6:30 - 7:30	10) 老人虐待中英文讲座 10:00 社区对话 11:00 - 12:00 轻松行走 12:30 - 1:30
13) 图书俱乐部 10:15 - 11:15 轻松行走 12:00 - 1:00 交际舞 1:00 - 2:00 西洋骨牌 3:00 - 4:00	14) 水上舞蹈 9:00 - 10:00 与 Jennifer 瑜伽 11:00- 11:45 与 Wanda 花艺课 12:00 更好的身体锻炼 1:00 - 2:00 电脑班 3:00 – 4:00	15) 书法 10:00 -11:00 重量与平衡 1:00 - 2:00 与 Maureen 针织 2:00 - 3:30 椅子瑜伽 3:30 - 4:15 	16) 绘画课 10:00 - 12:00 了解您的健康保险系列 12:00 - 1:00 与 Nereida & Blanca 探索 MET 艺术盒 1:00-3:00 社交棋牌游戏 2:00 - 4:00	17) 社区对话 11:00 - 12:00 轻松行走 12:30 - 1:30
20) 太极班 9:00 - 10:00 图书俱乐部 10:15 - 11:15 轻松行走 12:00 - 1:00 交际舞 1:00 - 2:00 西洋骨牌 3:00 - 4:00	21) 水上舞蹈 9:00 - 10:00 与 Jennifer 瑜伽 11:00- 11:45 更好的身体锻炼 1:00 - 2:00 电脑班 3:00 – 4:00	22) 书法 10:00 -11:00 重量与平衡 1:00 - 2:00 与 Maureen 针织 2:00 - 3:30 椅子瑜伽 3:30 - 4:15	23) 绘画课 10:00 - 12:00 了解您的健康保险系列 12:00 - 1:00 社交棋牌游戏 2:00 - 4:00 水上舞蹈 6:30 - 7:30	24) 社区对话 11:00 - 12:00 排舞 12:00 - 1:30
27) 关门 	28) 水上舞蹈 9:00 - 10:00 与 Jennifer 瑜伽 11:00- 11:45 电脑班 3:00 – 4:00	29) 书法 10:00 -11:00 重量与平衡 1:00 - 2:00 与 Maureen 针织 2:00 - 3:30 椅子瑜伽 3:30 - 4:15	30) 绘画课 10:00 - 12:00 了解您的健康保险系列 12:00 - 1:00 生日派对 1:30 社交棋牌游戏 2:00 - 4:00	31) 社区对话 11:00 - 12:00 老人虐待西班牙文讲座 10:00 排舞 12:00 - 1:30

此计划由纽约市老龄部赞助

Announcements and Events



May 3 at 1:00 pm

Cinco de Mayo Zumba Party

May 2, 9, 16, 23 and 30 at 12:00- 1:00 pm

Understanding your Health Insurance Series

May 8 at 1:00 pm

Mother's Day Concert

May 10 at 10:00 am

Elder Abuse Presentation in English and Chinese

May 14 at 12:00 pm

Floral Class with Wanda

May 30 at 1:30 pm

May Birthday Celebration

May 31 12:00 pm

Elder Abuse Presentation in Spanish

This program is sponsored by the NYC Department for the Aging

If you need assistance with applying for SNAP, Medicare/Medicaid, Access-a-Ride, Reduced Fare Metro card, SCRIE, Homecare, or any other Social service-related questions or concerns feel free to stop by our office!