



stay active, stay social, stay independent

Lunes 11:30am - 3:00pm
Miércoles 10:30am - 3:00pm
Viernes 11:00am - 2:00pm

ENERO 2026



EVENTOS ESPECIALES

<p>5</p>	<p>11:30-12:30 Hora de actividad 1:00-3:00 Bingo de cartas: Traiga sus monedas de veinticinco centavos y billetes de \$1 3:00-8:00 Sesión benéfica de costura y reunión</p>	<p>Pastel de cumpleaños proporcionado por Resi Hind en McCully Realty</p>
<p>7</p>	<p>10:30-11:30 Ejercicio en silla seguido de ejercicios de movimiento Almuerzo del mediodía a cargo del Chef Phil Pastel de cumpleaños proporcionado por Resi Hind @McCully Realty</p>	<p>La prevención de caídas comienza con hábitos sencillos que fomentan el equilibrio y la confianza: despejar los pasillos, mejorar la iluminación, elegir calzado con buen soporte y mantenerse activo para fortalecer los músculos. Pequeños cambios como estos pueden marcar una diferencia significativa para mantenerse seguro y estable.</p>
<p>12</p>	<p>1:00 - 3:00 Bingo de premios: ¡tarjetas de \$2 y grandes premios!</p>	<p>Viernes Cerrado 11:00am - 2:00pm</p>
<p>14</p>	<p>10:30-11:30 Ejercicios en silla seguidos de ejercicios de movimiento Almuerzo del mediodía por Andrew Nordby, Viking Properties 11:00-4:00 Nuevas colchas BOM de 3 estrellas: Quilters con experiencia</p>	<p>21 Ejercicio de silla con Tami B y crochet para principiantes o Toallita con Nancy Tote-n-Tea con Karen Nelson Bunco Clase de Masaje con Lydia, Masajista Certificada y Masajes Gratis - Se requiere inscripción en el Centro</p>
<p>19</p>	<p>11:30-12:30 Hora de actividad 1:00 - 3:00 Bingo de tarjetas: Traiga sus monedas de veinticinco centavos y billetes de \$1</p>	<p>22 Jueves Acolchado benéfico 12pm-6pm Acolchado de brazo largo Zumi</p>
<p>21</p>	<p>10:30-11:30 Ejercicios en silla seguidos de movimiento Almuerzo y aprendizaje – Prevención de caídas – Orador invitado Almuerzo proporcionado por Country Meadows 1:00 Manualidades con Kelly 1:00-4:00 Costura – HQ16 – Clase de brazo largo</p>	<p>Notas especiales Almuerzo gratis los miércoles a las 12:00pm</p>
<p>26</p>	<p>11:30-12:30 Hora de actividad 1:00 - 3:00 Bingo de premios: ¡tarjetas de \$2 y grandes premios! 1:00-4:00 Kits de construcción de telas: todo con fines benéficos</p>	<p>TAZÓN DE PAPAS 2026 28 de enero 12 del mediodía</p>
<p>28</p>	<p>10:30-11:30 Ejercicios en silla seguidos de ejercicios de movimiento Mediodía TAZÓN DE PAPAS 2026 Almuerzo proporcionado por Emerald Gardens 1:30-4:00 Clase de costura artesanal Kit de \$5-Costura benéfica después de la clase</p>	<p>Las actividades incluyen:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Premio de la rifa • Trivia de la mesa • Lanzamiento de bolsas de frijoles • Y mucha más diversión



El rincón de la costura:

Clases para todos los niveles desde principiantes hasta avanzados. Inscríbete en persona y obtén el calendario de costura más actualizado para más detalles. Los kits cuestan \$5.

Nota: Comenzamos un nuevo Bloque del Mes el 14 de enero de 2026

Todos los suministros y equipos se proporcionan con los kits.

