

# Septiembre de 2025

MES NACIONAL DE LOS CENTROS PARA PERSONAS MAYORES:

POTENCIANDO POSIBILIDADES: CAMBIAR EL GUIÓN

## LUNES

### 8:30 A.M.

Bocados matutinos

### 9:00 A. M.

- En forma después de los 50 - Sin clase 9/1

### 9:30 A. M.

- Orientación para nuevos miembros (R)

### 10:00 A. M.

- Instituto Braille Tai Chi

### 11:00 A. M.

Pintando con Bianca (R)

(\$10)-9/8

- Tenis de mesa/ con Cody-9/15 solamente

### 12:00 P. M.

- Servicio de almuerzo Mizell

### 12:30 P. M.

Karaoke /con otoño

### 1:00 P. M.

- Clases del Club de Tejido Braille para personas con visión o discapacidad visual
- Club de Mah Jongg (R)

### 2:00 P. M.

- Clase de manualidades con Char- "Manualidades de calabaza" (\$5) (R) (9/8 y 9/15)

## MARTES

### 8:15 A. M.

- Yoga en silla con Karol - **Comienza el 9/16**

\*Gratis para miembros, \$5 para no miembros

### 8:30 AM

- Bocados matutinos

### 9:00 A. M.

- Defensores Senior (R) 9/9 Y 23/9

- Estrategias de resolución de problemas

\*Llame al Centro Joslyn para obtener el número de teléfono para citas que se encuentra en el reverso.

### 10:00 A. M.

- Instituto Braille Tai Chi

### 12:00 P. M.

- Servicio de almuerzo Mizell
- Campamento de entrenamiento mental (\$10) (R)
- Fechas de las sesiones: 9/16, 9/23, 9/30
- Vamos a almorzar 9/9 y 23/9

\*Llame a JFS para registrar el número de teléfono que aparece en el reverso.

### 1:00 P. M.

- Club de pinacle
- Club de Scrabble

### 1:30 P. M.

- Palabras de sabiduría -9/16
- Movilidad para la artritis/con Carol - solo el 2 de septiembre

\*Gratis para miembros, \$5 para no miembros

### 3:00 P. M.

- Baño de sonido/con Enrique Curriculum 9/9



## MIÉRCOLES

### 8:30 AM

- Bocados matutinos
- Mercado de agricultores para personas mayores - 9/17

### 9:00 A. M.

- En forma después de los 50
- \* La clase del 9/17 comienza a las 10:00 a. m.

### 10:00 A. M.

- Dominó de tren mexicano
- Servicios Legales del Condado Inland (R) - 9/3
- HICAP (R) -9/10

### 10:30 A. M.

- Lotería con seguro de jarra - solo el 9/17

### 11:00 A. M.

- Bingo 11:30 AM- Sesión #1-5 juegos por \$5

1:30pm-

Sesión #2 - 10 juegos por \$15

### 12:00 P. M.

- Servicio de almuerzo Mizell

### Semana del Espíritu del 15 al 19 de septiembre

Lunes 15/9- Vístete con colores brillantes  
 Martes 16/9- opuestos  
 Miércoles 17/9- los gemelos  
 Jueves 18/9- del pijama  
 Viernes 19/9- Vístete como una estrella de rock

## JUEVES

### 8:30 A.M.

- Bocados matutinos
- La hora del café de los héroes

### 10:00 A. M.

- Excursión: Teatro Mary Pickford (R) 9/25 "Downton Abbey: La gran final"
- Zumba Gold/con María (\$5)

### 11:00 A. M.

- Servicios de recursos alimentarios FIND - 4 y 21 de septiembre

\*El número de teléfono para concertar una cita se encuentra en el reverso.

### Yoga suave

- \*Primera clase \$3, Clases subsiguientes \$6
- Presentación del Distrito de Agua de Mission Springs: Ajustes de tarifas propuestos 9/18

### 12:00 P. M.

- Servicio de almuerzo Mizell
- Técnico con TJ (R)-9/28
- Clínica de salud móvil gratuita y servicios de salud mental - 9/18
- Conexiones comunitarias: Chase Bank

### 1:00 P. M.

- Club de pinacle
- Club de Scrabble
- Distribución de cajas de alimentos para personas mayores FIND - 9/18

## VIERNES

### 8:30 A.M.

- Bocados matutinos

### 9:00 A. M.

- En forma después de los 50

### 10:00 A. M.

- Dibujos para colorear para adultos / con Char
- Pierda peso con sensatez - TOPS (\$1)

\*Llame al instructor para unirse al número de teléfono que se encuentra en el reverso.

### 11:00 A. M.

- Vamos a leer/con Liza comienza el 9/19

### 12:00 P. M.

- Servicio de almuerzo Mizell
- Clases de danza del vientre (\$7)

### 12:30 P. M.

- Bonanza de cumpleaños de Bilhartz - 9/12
- Fiesta del helado - 9/26



TODAS LAS CLASES/PROGRAMAS ENUMERADOS CON (R) REQUIEREN INSCRIPCIÓN PREVIA EN RECEPCIÓN.

## Hoja de contacto del programa

PROGRAM	PROGRAM CONTACT	CONTACT INFO
TAKING OFF POUNDS SENSIBLY (TOPS)	Dorothy Warren	760-408-2901
Lunch Program ( Home Delivery)	MIZELL CENTER– ROSA MIRON	760-323-5689 EXT 109
Let's Do Lunch	Julie Hirsh	760-325-4088
Knitting & Crochet/ Braille Tai Chi	Amy Sand	760-321-1111
Problem Solving Strategies	Joslyn Wellness Center	760-340-3220
Mexican Train Dominoes/ Mah Jongg	Kathy Malott	760-408-0801
Pinochle Club	Larry Baldwin	760-402-0530
Legal Aid	Inland County Legal Services	800-977-4257
Care Pathways	Office on Aging	877-932-4100
Tai Chi	Verna Norris	sifuverna@gmail.com
Find Food Resources & Referral	Lorena Lua	760-668-3005

## LA TIENDA DE SEGUNDA MANO DESERT ROSE

Nuevo horario

Lunes - Viernes

9:00 a. m. a 2:00 p. m.

Donaciones aceptadas:

Lunes-Miércoles

8:00 a. m. a 12:00 p. m.



### Muy pronto:

Clases de francés -  
regresa en octubre

Tai Chi con Verna:  
regresa en octubre

Arte con Salle-  
Por determinar

Exposición de bienestar  
para personas mayores:  
jueves 23 de octubre

Fiesta de Halloween-  
Viernes 31 de octubre



¡Los formularios de renovación de almuerzo YA ESTÁN DISPONIBLES!

### Horario de atención

Lunes  
8:00 a. m. - 4:00 p. m.

Martes  
8:00 a. m. - 4:00 p. m.

Miércoles  
8:00 a. m. - 4:00 p. m.

Jueves  
8:00 a. m. - 4:00 p. m.

Viernes  
8:00 a. m. - 4:00 p. m.

### Información del centro

#### DIRECCIÓN:

11777 WEST DRIVE, DESERT HOT SPRINGS, CA 92240

#### NÚMERO DE TELÉFONO:

760-329-0222

#### VISITA NUESTRO SITIO WEB:

[HTTPS://WWW.CITYOFDHS.ORG/DEPARTMENTS/SENIOR-CENTER/](https://www.cityofdhs.org/departments/senior-center/)

#### PÁGINA OFICIAL DE FACEBOOK:

[HTTPS://WWW.FACEBOOK.COM/DESERTHOTSPRINGSENIORCENTER/](https://www.facebook.com/deserthotsspringsseniorcenter/)

NO OLVIDES SUSCRIBIRTE A NUESTRO BOLETÍN ELECTRÓNICO SEMANAL ¡MÁS INFORMACIÓN!