

Revista Años Dorados



National Senior Center Month



HORARIO DE OPERACIÓN

Lunes - Viernes
8:00 a.m. - 5:00 p.m.

Oficinas Administrativas

810 Datura Street,
Suite 300
West Palm Beach, FL 33401
1-833-CSD-WILL
discover.pbc.gov



Palm Beach County
**COMMUNITY
SERVICES**

Helping People Build Better Communities

Revista Años Dorados

El boletín mensual oficial de la División de Servicios para Personas Mayores y Veteranos del Condado de Palm Beach

CONTENIDO

Numero 7 de 2026



Revista Años Dorados es un recurso dinámico y personalizado para personas mayores, que ofrece una variedad de eventos comunitarios, oportunidades de programación dentro y fuera de las instalaciones, además de recursos para mantenerse activos y conectados. Los lectores también pueden acceder a recursos de los Servicios para Personas Mayores y Veteranos del Condado de Palm Beach y sus socios comunitarios, lo que les garantiza mantenerse informados e inspirados.

EN ESTA EDICIÓN:

Servicios y Recursos - 3

Sitios de Comidas Comunitarias y Menú de Almuerzo - 4 - 5

Programas Especiales del Centro para Personas Mayores - 6

Calendario del Mid County Senior Center - 7

Calendario del North County Senior Center - 8

Calendario del West County Senior Center - 9

Excursiones Comunitarias - 10

HÁGASE MIEMBRO

1. Visite el centro sobre el cual está solicitando información.
2. Reúnase con un miembro del personal para responder algunas preguntas generales y conocer los programas y eventos que se ofrecen en el centro para personas mayores.
3. Haga un recorrido por las instalaciones.
4. Complete su formulario de inscripción, exención de responsabilidad y reconocimiento de las normas.
5. Presente una identificación con foto.
6. Una vez que su solicitud esté completa, se le proporcionará un calendario de programas, folletos de próximos eventos o el boletín más reciente, junto con una credencial con su nombre.

Mientras visite los centros para personas mayores, le pedimos que se registre en la recepción al llegar y que use su credencial con su nombre durante toda su visita.

PERSONAL:

Mid County Senior Center

Antoinette "Tina" Austin, Gerente

Diana Holm,
Especialista en Recreación III

Jacquelyn "Jacque" Uceda,
Especialista en Recreación I

North County Senior Center

Hugo Montenegro,
Gerente

Wilfred Belisle,
Especialista en Recreación I

West County Senior Center

Renee Buckle Henry,
Gerente

Lisa Wilson,
Coordinadora de Programas

**CONSULTE AQUÍ
LAS REGLAS
GENERALES DE
USO DE LOS
CENTROS PARA
PERSONAS
MAYORES**

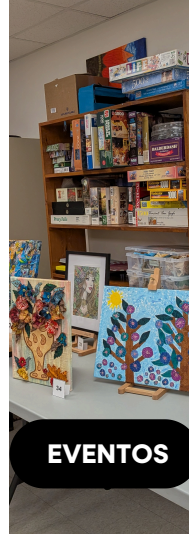




VOLUNTARIOS



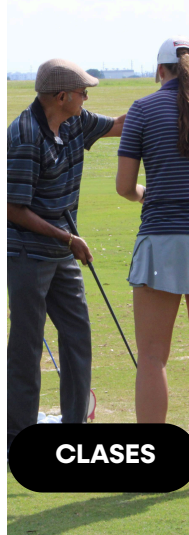
CONECTAR



EVENTOS



SOCIALES



CLASES



Mes Nacional de los Centros para Personas Mayores

SOPA DE LETRAS SOBRE ALIMENTACION SALUDABLE

B	K	I	V	M	Z	N	O	K	M	C	D	A	V	E	N	A	S	J	N
W	S	Z	S	M	Z	X	A	X	W	T	F	Y	E	H	Q	P	A	I	N
K	K	I	I	I	L	R	N	H	W	I	G	I	G	T	M	R	L	U	A
D	O	R	U	I	B	S	K	S	E	L	O	J	I	R	F	B	L	V	T
X	B	X	O	B	X	W	D	E	G	U	V	D	L	F	Y	L	I	C	G
J	P	O	L	L	O	Z	Q	V	V	G	X	E	H	Z	V	E	M	P	H
M	P	B	S	R	E	N	L	I	H	I	O	L	R	E	K	C	E	R	V
B	J	I	D	G	Z	G	P	T	T	V	P	C	I	D	R	P	S	O	S
W	G	X	L	C	U	D	U	A	J	X	E	N	A	T	U	R	F	T	O
M	V	W	Y	X	W	H	A	M	R	U	G	O	Y	L	W	R	G	E	C
O	Z	P	U	K	P	I	R	I	B	C	X	C	F	Z	D	E	A	N	E
E	Q	L	D	X	G	M	L	N	S	R	L	F	Y	R	K	T	V	A	S
K	O	U	U	I	F	J	L	A	P	I	E	N	S	A	L	A	D	A	S
V	F	F	W	X	C	N	R	S	G	B	K	S	P	E	S	C	A	D	O
S	K	O	Q	V	R	J	V	C	G	U	Z	G	F	U	H	A	W	H	T
R	D	T	P	G	G	C	B	Z	O	Y	R	K	K	P	B	U	H	X	U
E	L	A	Q	Z	T	C	A	U	G	A	K	R	E	E	Q	G	V	G	R
T	Y	U	S	E	L	A	R	E	N	I	M	N	W	E	B	A	V	J	F
N	X	B	S	A	K	T	E	O	F	I	B	R	A	U	N	I	U	Q	I
Y	X	W	N	B	X	L	S	E	L	A	R	G	E	T	N	I	S	S	B

AGUACATE
FIBRA
LEGUMBRES
AVENA
ENSALADA

VERDURA
FRIJOLES
PESCADO
MINERALES
AGUA

PROTEINA
SEMILLAS
VITAMINAS
YOGUR
POLLO

FRUTA
FRUTOS SECOS
QUINUA
TOFU
GRANOS INTEGRALES

Este mes, nos enorgullece celebrar el Mes Nacional de los Centros para Personas Mayores con el tema nacional, "Los cumpleaños más felices suceden aquí", reconociendo el importante papel que desempeñan los centros para personas mayores al ayudar a los adultos mayores a mantenerse activos, saludables y conectados. A lo largo del mes, disfrutaremos de actividades especiales centradas en cinco emocionantes temas semanales: Semana 1 – Juntos entre generaciones, Semana 2 – Vida saludable, Semana 3 – Dar a los demás, Semana 4 – Juegos Dorados, y Semana 5 – Celebrar y conectar. ¡Acompáñenos mientras celebramos la amistad, el aprendizaje a lo largo de la vida, el bienestar y la maravillosa comunidad que hace de nuestro centro para personas mayores un lugar donde cada día merece ser celebrado!



Palm Beach County
COMMUNITY
SERVICES

Helping People Build Better Communities

Para Donar

A medida que aumenta el costo de vida, muchos adultos mayores y veteranos tienen dificultades para pagar sus necesidades básicas. Su donación les ayuda a vivir con dignidad. Para donar, por favor haga su cheque o giro postal a nombre de: "Friends of Youth Services and PBC" y escriba "DOSS" en la sección de memo. Envíe el cheque o giro postal a:

Friends of Youth Services and PBC
 50 South Military Trail, Suite #203
 West Palm Beach, FL 33415

SERVICIOS y RECURSOS



Voces de Nuestra Comunidad

Yo, Barbara Humphries, deseo expresar mi más sincero agradecimiento a usted y a todas las personas involucradas en el Programa de Reemplazo de Aire Acondicionado HVAC del Condado de Palm Beach por hacer posible el reemplazo de mi antigua unidad de aire acondicionado.

Estaba considerando endeudarme para comprar un nuevo aire acondicionado cuando me enteré de este programa disponible en nuestra comunidad. Después de calificar, recibí un servicio excelente por parte del instalador, y estoy muy satisfecha y profundamente agradecida con mi nueva unidad de aire acondicionado.

Con agradecimiento,
Barbara Humphries

Nuestros Programas y Servicios



Centros para Personas Mayores (Norte, Medio y Oeste del Condado)



Cuidado Diurno para Adultos (Norte y Medio del Condado)



Comidas a Domicilio y Sitios de Comidas Comunitarias



Distribución de Alimentos



Servicios a Domicilio y Gestión de Casos



Divulgación y Conexión con Beneficios para Veteranos

Estimado Sr. Hultgren:

Le escribo para expresar mi más sincero reconocimiento a Ryan Gamby, Oficial de Servicios para Veteranos. Él me ayudó con mi solicitud de beneficios por discapacidad y está realizando una labor excepcional. Es mi héroe, tanto dentro como fuera del terreno de juego, y ojalá hubiera más personas como Ryan para ayudar a los veteranos. Es el mejor.

Atentamente,

Sam Sherman

SITIOS DE COMIDAS COMUNITARIAS

PARA PERSONAS MAYORES, DE 60 AÑOS O MÁS

Las contribuciones se utilizan para aumentar la cantidad de comidas servidas y facilitar el acceso a los servicios de nutrición para las personas mayores del Condado de Palm Beach.



BELLE GLADE

QUIET WATERS
306 SW 10TH ST
BELLE GLADE, FL 33430
561-996-7040
LUNES A VIERNES
ALMUERZO 12:00 PM

WEST COUNTY SENIOR CENTER

2916 STATE RD #15
BELLE GLADE, FL 33430
561-992-1048
LUNES A VIERNES
DESAYUNO 8:30 AM
ALMUERZO 12:00 PM

LAKE WORTH/ GREENACRES

MID COUNTY SENIOR CENTER

3680 LAKE WORTH RD
LAKE WORTH, FL 33461
561-357-7146
LUNES A VIERNES
DESAYUNO 8:30 AM
ALMUERZO 12:00 PM

GREENACRES COMMUNITY CENTER

501 SWAIN BLVD
GREENACRES, FL 33463
561-642-2090
LUNES A VIERNES
ALMUERZO 12:00 PM

PAHOKEE

PAHOKEE MARINA
190 N LAKE AVE
PAHOKEE, FL 33476
561-924-2972
MARTES, MIERCOLES, JUEVES
ALMUERZO 12:00 PM

El costo aproximado de cada comida comunitaria es de \$5.50.

PALM BEACH GARDENS

NORTH COUNTY SENIOR CENTER
5217 NORTHLAKE BLVD
PALM BEACH GARDENS, FL 33418
561-694-5442
LUNES A VIERNES
DESAYUNO 8:30 AM
ALMUERZO 12:00 PM

RIVIERA BEACH

LINDSEY DAVIS COMMUNITY CENTER
2409 AVENUE H W
RIVIERA BEACH, FL 33404
561-723-2542
LUNES A VIERNES
ALMUERZO 12:00 PM

ROYAL PALM BEACH

VILLAGE OF ROYAL PALM BEACH
RECREATION CENTER 100
SWEET BAY LANE
ROYAL PALM BEACH, FL 33411
561-753-1241
LUNES A VIERNES
ALMUERZO 12:00 PM

SOUTH BAY

TANNER PARK COMMUNITY CENTER
105 DR MLK JR DR
SOUTH BAY, FL 33493
561-996-1155
MARTES, MIERCOLES, JUEVES
ALMUERZO 12:00 PM

WELLINGTON

WELLINGTON COMMUNITY CENTER
12150 FOREST HILL BLVD
WELLINGTON, FL 33414
561-753-2484
LUNES A VIERNES
DESAYUNO 8:30 AM
ALMUERZO 12:00 PM

WEST PALM BEACH

CHABAD OF WEST PALM BEACH
2112 N JOG RD #101
WEST PALM BEACH, FL 33411
561-659-7770
MARTES, MIERCOLES, JUEVES
ALMUERZO 12:00 PM

WILLIAMS MULTI CULTURAL CENTER

501 21ST ST
WEST PALM BEACH, FL 33407
561-804-4930
LUNES, MIERCOLES, VIERNES
ALMUERZO 12:00 PM

WINDSOR PARK APARTMENTS

1389 SUMMIT PINES BLVD
WEST PALM BEACH, FL 33415
561-688-2280
LUNES A VIERNES
ALMUERZO 12:00 PM

REQUISITOS DE ELEGIBILIDAD DEL PROGRAMA DE COMIDAS COMUNITARIAS: INDIVIDUOS DE 60 AÑOS O MÁS, CÓNYUGE DE UNA PERSONA DE 60+ QUE COMA EN EL SITIO DE COMIDAS, INDIVIDUO CON DISCAPACIDAD QUE RESIDA EN EL HOGAR DE UNA PERSONA DE 60+ QUE COMA EN EL SITIO DE COMIDAS, INDIVIDUO QUE RESIDA EN UNA INSTALACIÓN DE VIVIENDA DONDE SE ENCUENTRE UN 4 SITIO DE COMIDAS, INDIVIDUO QUE PROPORCIONE SERVICIOS VOLUNTARIOS

Septiembre 2026

Almuerzo congregacional

Palm Beach County Division of
Senior & Veteran Services
561-355-4740

Septiembre 2026 Menu

	LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES
Cycle Week					
		1	2	3	4
2		Puerco Desmenuzado Tomates Vegetales Mixtos Pan integral Galleta y Manzana	Albóndigas Teriyaki Maíz Pan integral Arroz Blanco Pan Integral Puré de Manzana	Pollo en Mostaza y Miel Pan integral Guisantes y Zanahorias Papas	Burrito Vegetariano Arroz Frijoles Negros Queso Tortilla Jugo de Frutas
7	8	9	10	11	
3	 Pasta Florentina Zanahorias Judías Verdes Rollo de Trigo	Hamburguesa Frijoles del Norte Papas Galletas Integrales Jugo de Manzana Cereza	Ensalada de Pollo Dijon Ensalada de Pepino Ensalada Griega De Garbanzos Galleta Pan integral Jugo De Frutas	Pasta Bolognese Calabaza Maíz Pan integral Jugo de Manzana	
14	15	16	17	18	
4	Albondigas en Salsa Soufflé de Papas Vegetales Mixtos Pan Integral Jugo de Manzana	Pollo Agridulce Maíz Calabaza y Zanahorias Rollo de Trigo Galleta de Cereza	Pollo Empanizado Frijoles del Norte Puré de Papas Pan Integral Jugo de Manzana Cereza	Macarrones con Carne Calabaza Zanahorias Pan Integral Galletas se Azúcar	
	21	22	23	24	25
1	Pollo Mandarin Judías Verdes Arroz Blanco Rollo de Trigo con Marg. Taza de frutas	Hamburguesa con queso Ketchup y mostaza Frijoles al Horno Verduras mixtas Rollo de Trigo	Pollo a la Rey Frijol Carita Maíz con Papas Pan Integral Taza de Frutas	Pastel de Carne Puré de Papas Zanahorias Rollo de Trigo & Marg. Jugo de Manzana Cereza	Pollo Glaseado con Naranja Coles de Bruselas Calabaza Pan integral & marg.
	28	29	30	Cada comida colectiva se sirve con leche baja en grasa al 1%. Todas las comidas servidas proporcionan un mínimo de un tercio de los nutrientes importantes recomendados para la buena salud de las personas mayores por la Junta de Alimentación y Nutrición de la Academia Nacional de Ciencias.	
2	Pollo Parmesano Judías Verdes Zanahorias Pan integral & marg. Galleta de limón	Puerco Desmenuzado Tomates Vegetales Mixtos Pan integral Galleta y Manzana	Albóndigas Teriyaki Maíz, Pan integral Arroz Blanco Pan Integral Puré de Manzana		

5

Contribución sugerida de \$5.50
El almuerzo se sirve de lunes a viernes a las 12 p. m.

Programas Especiales

Mid County Senior Center

- Conferencia Nacional sobre la Prevención de Caídas presentada por HealthSun Miércoles, 9 de septiembre a las 10:30 a.m.
- Taller de Educación Financiera Jueves, 10 de septiembre a las 10:30 a.m.
- Medicare 101: Comprendiendo el Período de Inscripción Abierta, presentado por PR2U Lunes, 28 de septiembre a las 11:00 a.m.
- Celebración Mensual de Cumpleaños presentada por Wellcare Miércoles, 30 de septiembre de 12:30 p.m. a 2:30 p.m.



North County Senior Center

- Inicio del Mes Nacional de los Centros para Personas Mayores: Convivio con Helado, presentado por CarePlus Martes, 1 de septiembre a las 12:30 p.m.
- Presentación de la Semana Nacional de Prevención de Caídas, presentada por Area Agency on Aging, Inc. Lunes, 21 de septiembre a las 11:00 a.m.
- Mes Nacional de los Centros para Personas Mayores: Karaoke en Vivo, presentado por Caring Transitions Viernes, 25 de septiembre a las 12:30 p.m.



West County Senior Center

- Evento Anual de Preparación para Huracanes, presentado por Senior Friendly Fitness y PBSO Viernes, 25 de septiembre de 10:30 a.m. a 1:00 p.m.
- Mes Nacional de los Centros para Personas Mayores: Brunch y Aprende con Senior Friendly Fitness Jueves, 11 de septiembre de 1:00 p.m. a 2:00 p.m.
- Celebración Mensual de Cumpleaños Jueves, 24 de septiembre a las 12:00 p.m.
- Desayuno para Personas Mayores de Tri-City con el Alcalde Miércoles, 30 de septiembre de 10:00 a.m. a 11:00 a.m.



Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
Unidos a Través de las Generaciones	1	2	3	4
	10A Zumba y Meditación 10A Memoria: Cultura Española 11A Juego de Cartas Shanghai	10A Ejercicio Matutino 10A Actividades 10A Español Intermedio 10A Cultura General Hispana 11A Bingo 12:30P Amor y Cuidado	1010A Jardinería 10A Estudio de Fe 12:30 Baile en Línea Urbano \$5 1P Coro en español 1P Costura de colchas	10A Inglés Básico 10A Croché 11A TechWise para Personas Mayores 1P Ejercicios de Fuerza y Control con Pelota de Fitness
7 Vida Saludable	8	9	10	11
	Desafío Diario de Ejercicio 10A Zumba y Meditación 11A Improvisación 10A Memoria: Cultura Española 11A Presentación sobre el Uso Seguro de Medicamentos 11A Juego de Cartas Shanghai	Desafío Diario de Ejercicio 10A Ejercicio Matutino 10A Español Intermedio 10A Cultura General Hispana 11A Charla sobre la Prevención de Caídas 12:30P Amor y Cuidado	Desafío Diario de Ejercicio 10A Jardinería 10A Estudio de Fe 10:30A Taller de Educación Financiera 12:30 Baile en Línea Urbano \$5 1P Coro en español 1P Costura de colchas	Desafío Diario de Ejercicio 10A Inglés Básico 10A Croché 11A TechWise para Personas Mayores 1P Ejercicio Funcional
14 Semana de Dar y Ayudar	15	16	17	18
9A Pintura 9:30A Zumba 10A Joyería 12:30P Pintura en Acuarela 1P Danza de Vientre	10A Zumba y Meditación 10A Memoria: Cultura Española 11A Juego de Cartas Shanghai	10A Ejercicio Matutino 10A Español Intermedio 10A Cultura General Hispana 11A Bingo 12:30P Amor y Cuidado 10A Excursión de Voluntariado	10A Jardinería 10A Estudio de Fe 10A Baile con Karen 12:30 Baile en Línea Urbano \$5 12P Creación de Libros Sensoriales 1P Coro en español 1P Costura de colchas	10A Inglés Básico 10A Croché 11A Preparación de Paquetes de Cuidado 11A TechWise para Personas Mayores 1P Ejercicios de Fuerza y Control con Pelota de Fitness
21 Juegos Dorados	22	23	24	25
9A Pintura 10A Joyería 11A Clases de Ajedrez 12:30P Pintura en Acuarela 1P Danza de Vientre	10A Zumba y Meditación 10A Memoria: Cultura Española 11A Juego de Cartas Shanghai 11A Hora del Té en la Sala de Juegos	10A Ejercicio Matutino 10A Español Intermedio 10A Cultura General Hispana 10:30A Bingo 11A Torneo de Dominó 12:30P Amor y Cuidado	10A Jardinería 10A Estudio de Fe 10A Presentación sobre la Sordera y la Pérdida de Audición 11A Diversión con Bingo 12:30 Baile en Línea Urbano \$5 1P Coro en español 1P Costura de colchas	10A Inglés Básico 10A Croché 10A Nombra Esa Canción 11A TechWise para Personas Mayores 1P Ejercicios de Fuerza y Control con Pelota de Fitness
28 Celebrar y Conectar	29	30		
9A Pintura 10A Joyería 11A Medicare 101 12:30P Pintura en Acuarela	10A Zumba y Meditación 10A Memoria: Cultura Española 11A Juego de Cartas Shanghai 12:30P Bingo Blast con LW Terraces	10A Ejercicio Matutino 10A Español Intermedio 10A Cultura General Hispana 10:30A Bingo 12:30P Celebración de Cumpleaños 12:30P Amor y Cuidado		8

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
Unidos a Través de las Generaciones	1	2	3	4
	10A Bingo 11A Fitness Funcional 11A Croché 11A & 1P Desafío de UNO 12:30P Convivio de Helados 1P Ping Pong 3:30P Preguntas sobre computadoras	10A Bingo 10A Clase de Bridge \$10 11A Ejercicio Matutino 11A Artes y manualidades 11A Estudio de Fe 11:30A Biblioteca Móvil	10A Baile con Karen 11A Fitness Funcional 1P Bolos de Wii 3:30P Preguntas sobre Computadoras	10A Clase de Bridge \$10 11A Artes y manualidades 11A Croché 12:30P Baile urbano en línea \$5 1P Karaoke 1P Sombreros Musicales
7 Vida Saludable	8	9	10	11
<i>¡Feliz</i> Día del Trabajo!	10A Cornhole 11A Fitness Funcional 11A Croché 11A & 1P Desafío de UNO 1P Ping Pong 3:30P Preguntas sobre computadoras	10A Bingo con Papa 11A Ejercicio Matutino 11A Artes y manualidades 11A Estudio de Fe	10A Juego de Trivia sobre Vida Saludable 11A Fitness Funcional 1P Bolos de Wii 11A Seguridad contra Incendios y en el Hogar 3:30P Preguntas sobre Computadoras	10A Clase de Bridge \$10 10:30A Excursión al Centro Comercial Wellington Green 11A Artes y manualidades 11A Croché 12:30P Baile urbano en línea \$5 1P Karaoke
14 Semana de Dar y Ayudar	15	16	17	18
10A Bingo 10A Bridge Duplicado \$10 11A Ejercicios con Pelota de Fitness 11A y 1P Tarjetas y música 11A Es. Estudio de Fe	10A Improvisación 11A Fitness Funcional 11A Croché 11A & 1P Desafío de UNO 1P Ping Pong 3:30P Preguntas sobre computadoras	9:30A Película Matutina 9:45A Excursión de Voluntariado con Community Greening 10A Clase de Bridge \$10 11A Ejercicio Matutino 11A Artes y manualidades 11A Estudio de Fe 11:30A Biblioteca Móvil 12:30P Fiesta Disco	10A Bingo 11A Fitness Funcional 1P Preparación de Paquetes de Cuidado 1P Bolos de Wii 3:30P Preguntas sobre Computadoras	10A Bingo con Humana 110A Clase de Bridge \$10 11A Artes y manualidades 11A Croché 12:30P Baile urbano en línea \$5
21 Juegos Dorados	22	23	24	25
10A Bingo 10A Bridge Duplicado \$10 11A Educación sobre la Prevención de Caídas 11A Ejercicios con Pelota de Fitness 11A y 1P Tarjetas y música 11A Es. Estudio de Fe	10A Bingo 11A Fitness Funcional 11A Croché 11A & 1P Desafío de UNO 1P Ping Pong 3:30P Preguntas sobre computadoras	10A Torneo de Dominó 10A Clase de Bridge \$10 11A Ejercicio Matutino 11A Artes y manualidades 11A Estudio de Fe	10A Bingo 11A Fitness Funcional 11A Demostración de Cocina 11A Spades 1P Bolos de Wii 3:30P Preguntas sobre Computadoras	10A Bingo 10A Clase de Bridge \$10 11A Artes y manualidades 11A Croché 12:30P Baile urbano en línea \$5 12:30P Karaoke
28 Celebrar y Conectar	29	30		
10A Bingo 10A Bridge Duplicado \$10 11A Ejercicios con Pelota de Fitness 11A y 1P Tarjetas y música 11A Es. Estudio de Fe	10A Bingo 11A Fitness Funcional 11A Croché 11A & 1P Desafío de UNO 1P Ping Pong 3:30P Preguntas sobre computadoras	10A Bingo 10A Clase de Bridge \$10 11A Ejercicio Matutino 11A Artes y manualidades 11A Estudio de Fe		

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
Unidos a Través de las Generaciones	1	2	3	4
	9A Ejercicio adaptado para personas mayores 10A Improv 11A Bingo 10A Manualidades 1P Clase de tejer y croché 1:30P Club de libros 2:30P Tarjetas	9A Ejercicio adaptado para personas mayores 11A Bingo 12P Distribución de comida 1P Coro 2:30P Juegos Wii 3P Jardinería	9A Ejercicio adaptado para personas mayores 10A Manualidades 1P Juegos con la Biblioteca 2:30P Juegos Wii Laboratorio de Computadoras Abierto hasta las 5:00 p. m.	9A Ejercicio adaptado para personas mayores 10A Manualidades 1P Juegos con la Biblioteca 2:30P Juegos de bolos 3P Club 55+
7 Vida Saludable	8	9	10	11
<i>¡Feliz</i> Día del Trabajo!	9A Ejercicio adaptado para personas mayores 9:30A Juego "Rivalidad Familiar" 2:30P Juegos Wii 3P Club 55+ 3P Clase virtual de Yoga en silla	9A Ejercicio adaptado para personas mayores 11A Bingo 12P Distribución de comida 1P Coro 2:30P Juegos Wii 3P Jardinería	9A Ejercicio adaptado para personas mayores 10A Manualidades 1P Juegos con la Biblioteca 2:30P Juegos Wii 3P Club 55+ 4P **Club de Crochet ¡Nuevo! **	9A Ejercicio adaptado para personas mayores 9:30A Juego "Rivalidad Familiar" 10A La Rueda de la Fortuna 11A Manualidades 1P Juegos con la Biblioteca 2:30P Jugos Wii
14 Semana de Dar y Ayudar	15	16	17	18
9A Ejercicio adaptado para personas mayores 10A Manualidades 11A Preparación de Paquetes de Cuidado 1P Clase de tejer y croché 1:30P Club de libros 2:30P Torneo de Dominó	9A Ejercicio adaptado para personas mayores 9:30A Juego "Rivalidad Familiar" 2:30P Juegos Wii 3P Club 55+ 3P Clase virtual de Yoga en silla	9A Ejercicio adaptado para personas mayores 11A Bingo 12P Distribución de comida 1P Coro 2:30P Juegos Wii 3P Jardinería	9A Ejercicio adaptado para personas mayores 10A Manualidades 1P Juegos con la Biblioteca 2:30P Juegos Wii 3P Club 55+	9A Ejercicio adaptado para personas mayores 11A Manualidades 1P Jugos 2:30P Jugos Wii 3P Dominó
21 Juegos Dorados	22	23	24	25
9A Ejercicio adaptado para personas mayores 11A Bingo 10A Manualidades 1P Clase de tejer y croché 1:30P Club de libros 2:30P Juegos Wii	9A Ejercicio adaptado para personas mayores 9:30A Juego "Rivalidad Familiar" 2:30P Juegos Wii 3P Club 55+ 3P Clase virtual de Yoga en silla	9A Ejercicio adaptado para personas mayores 11A Bingo 12P Distribución de comida 1P Coro 2:30P Juegos Wii 3P Jardinería	9A Ejercicio adaptado para personas mayores 2:30P Juegos Wii 3P Club 55+ 4P **Club de Crochet ¡Nuevo! **	9A Ejercicio adaptado para personas mayores 9:30A Juego "Rivalidad Familiar" 11A Manualidades 2:30P Juegos Wii 2P Club de libros con Donna
28 Celebrar y Conectar	29	30		
9A Ejercicio adaptado para personas mayores 9:30A Juego "Rivalidad Familiar" 2:30P Juegos Wii 3P Club 55+ 3P Clase virtual de Yoga en silla	9A Ejercicio adaptado para personas mayores 9:30A Juego "Rivalidad Familiar" 2:30P Juegos Wii 3P Jugos 3P Clase de computadoras con Terra	9A Ejercicio adaptado para personas mayores 11A Bingo 12P Distribución de comida 1P Coro 2:30P Juegos Wii 3P Jardinería y uegos con la Biblioteca		10

Giras en la Comunidad

Mid County Senior Center



Museo Nacional de Polo y Salón de la Fama

Cuándo: Lunes, 28 de septiembre

Hora: 10:30 a. m. - 12:30 p. m.

Costo: Gratis

Ubicación: 9011 Lake Worth Road, Lake Worth, FL 33467

Transporte: Reúnase en el Centro para Adultos Mayores de Mid County

Descripción: Disfrute de una mañana con amigos mientras explora hermosas exhibiciones y aprende sobre la historia del deporte del polo.

North County Senior Center

Centro Comercial Wellington Green

Cuándo: Miércoles, 11 de septiembre

Hora: 10:00 a. m. - 2:00 p. m.

Costo: Gratis

Ubicación: Wellington Green, 10300 Forest Hill Blvd, Wellington, FL 33414

Transporte: Reúnase en el Centro para Adultos Mayores de North County

Descripción: ¡Compre hasta cansarse y disfrute del almuerzo en el área de comidas del centro comercial Wellington Green!



West County Senior Center

¿Tiene alguna idea para programas o excursiones que le gustaría realizar con el Centro para Adultos Mayores?

**¡Compártalas con el personal de Recreación!
561-357-7106 o por correo electrónico a
Dholm2@pbc.gov**

CONECTATE CON NOSOTROS

pbcgov.com/communityservices/seniorservices



pbccsd



pbccsd



pbccsd

Mid County Senior Center & Adult Day Care & Veteran Services

3680 Lake Worth Rd.
Palm Springs, FL 33461
(561) 357-7101

North County Senior Center & Adult Day Care & Veteran Services

5217 Northlake Blvd.
Palm Beach Gardens, FL 33418
(561) 694-5435

West County Senior Center

2916 State Road 15
Belle Glade, FL 33430
(561) 996-4808

Veteran Services (Jupiter/Tequesta/ Juno)

6415 W Indiantown Rd.
Jupiter, FL 33451
(561) 964-5459

Veteran Services (South County)

345 S Congress Ave.
Delray Beach, FL 33444
(561)357-7110

Servicios Adicionales

1-833-CSD-WILL



Asistencia de Emergencia
para Energía en el Hogar
para Personas Mayores
(LIHEAP)



Asistencia para
Alquiler/Hipoteca



Divulgación y
Oportunidades de
Voluntariado



Programa de Transporte
Compartido



Palm Beach County
Board of County Commissioners
Sara Baxter, Mayor
Marci Woodward, Vice Mayor
Maria G. Marino
Gregg K. Weiss
Joel G. Flores
Maria Sachs
Bobby Powell Jr.

County Administrator
Joseph Abruzzo



Elder Helpline
1-800-963-5337

Esta publicación puede hacerse disponible en formatos
alternativos a solicitud. Por favor envíe un correo electrónico a
pbcaccessibility@pbc.gov
o llame al 561-355-2754 para recibir asistencia.