

THE SENIOR CONNECTION

KEEPING WALTHAM SENIORS INFORMED AND IN TOUCH

ABRIL 2018

EL LUGAR DE LAS MARIPOSAS & GRANJA DE KIMBALL

MARTES, 22 DE MAYO DE 2018

The Butterfly Place se encuentra en Westford (MA). Cuenta con un jardín interior lleno de cientos de mariposas volando libremente. Visitaremos de 10:30 a 11:30 a.m. Después de nuestra visita a lugar de las mariposas, nos dirigiremos a Kimball Farm en Westford, MA para compartir en un almuerzo y par las otras actividades. Kimball's ofrece mariscos fritos, ensaladas frescas, platos a la parrilla, acompañamientos y helados. Las actividades son parachoques en bote, mini golf, una aventura de animales, una tienda de campo y cafetería. El costo del viaje es de \$6.00 por persona. Esto cubre la admisión a The Butterfly Place. El almuerzo y las actividades son por su cuenta. El autobús saldrá del estacionamiento de la Iglesia Sagrado Corazón a las 9:45AM y regresará alrededor de las 3:30PM. Puede comprar dos boletos a partir del martes 3 de abril a las 8:45 AM.

PAWTUCKETT RED SOX GAME JUEVES 24 DE MAYO DE 2018

Únete a nosotros a un juego de pelota en McCoy Stadium para ver a los Medias Rojas de Pawtucket jugando contra los Scranton/Wilkes-Barre Rail Raiders. El costo del boleto (Silver Senior Day) es de \$15.00, el cual incluye un crédito de \$7.00 para alimentos o mercadería y entrada gratuita a un partido de bingo previo al juego que incluirá divertidos premios de Paw Sox. El bingo es de las 9:45-11:00AM. El juego comienza a las 11:05AM. El autobús saldrá del estacionamiento de la Iglesia Sagrado Corazón a las 8:30AM en punto y regresará a las 4:30 PM. Puede comprar dos boletos a partir del martes, 3 de abril a las 8:45 AM.

ENVEJECIENDO EN WALTHAM

**EVENTOS DE MARTES POR LA TARDE EN
WALTHAM COUNCIL ON AGING - 488 MAIN
STREET 6:00 - 8:00 PM**

MARTES, 3 DE ABRIL - ASUNTOS JURÍDICOS - Se discutirán muchos temas, incluyendo Planificación Patrimonial, Mass Health e hipotecas inversas. Los presentadores son abogados especialistas uno en cuidado de personas mayores y otro en hipotecas inversas.

MARTES, 10 DE ABRIL - RECURSOS DE LA COMUNIDAD: un panel de expertos explicará las opciones disponibles en la comunidad para ayudar a las personas mayores a vivir de manera segura en sus hogares. Se presentarán cuidados en el hogar, programas de salud diurnos para adultos, servicios de cuidados paliativos y los servicios de Springwell.

MARTES, 17 DE ABRIL - OPCIONES DE VIVIENDA - Se discutirán todos los tipos de opciones de vivienda, incluyendo la modificación del hogar, apartamentos subsidiados, instalaciones para vida asistida y otros hogares para ancianos. Representantes de todas estas organizaciones estarán aca para presentar y responder sus preguntas.

Esperamos que pueda asistir a algunas o a todas estas sesiones. Mucha información completa estará disponible para aquellos que están cuidando a una persona mayor. También es una buena oportunidad para aquellos que no son cuidadores pero les gustaría aprender sobre la planificación de su propio envejecimiento. Nos estamos centrando en los servicios y las instalaciones que se basan en Waltham. Esta serie está abierta a cualquier persona, no solo a los residentes de Waltham. Por favor regístrese.

SENIOR CONNECTION

DAMOS LA BIENVENIDA A LOS LATINOS MAYORES DE WALTHAM

VIERNES, 13 DE ABRIL a las 12:30 - 4:00 PM

Únete a nosotros para almorzar con comida del restaurant el Paisano, Tendremos música y baile, información en español sobre todos los servicios para personas mayores y tambien tendremos un recorrido por el centro para los asistentes. El evento es GRATIS pero necesitamos que se registre. Por favor llame al 781-314-3499 para confirmar su asistencia.

COMPARTE CON LOS ADULTOS MAYORES LATINOS

Nuevo programa: Miércoles de 1-4 PM, comenzando el 11 de abril. Ven a socializar, trae tu almuerzo, juega al dominó, y conoce a nuevos amigos.

GRUPO DE DISCUSIÓN DE PELÍCULAS

MARTES, ABRIL, 10,17, 24 @ 11:00 AM

Este mes, el tema es "béisbol hace 75 años". Vea la película y participe en una discusión grupal de seguimiento. 4/10 - Una liga propia (1992/125 min. PG) 4/17 - La vida y los tiempos de Hank Greenberg (1999/95 min.) 4/24 - La historia de Jackie Robinson (1950/76 min.)

CLUB DEL LIBRO

MARTES, 1 DE MAYO a las 10:15 a.m.

Lea "Big Little Lies" de Liane Moriarty. Participe en una discusión grupal sobre el libro. Los libros están disponibles en el mostrador de circulación en la Biblioteca Pública de Waltham. Por favor regístrese.

LIBROS PARA EL GRUPO DE CINE

MARTES, 1 DE MAYO @ 11:00 AM

Lea "Big Little Lies" de Liane Moriarty. Ver la película a las 11:00 AM. Participe en una discusión que compara el libro con la película. Por favor regístrese.

ARTE PARA IR: EL JARDÍN DE MONET

MARTES, 10 DE ABRIL a la 1:00 - 3:00 PM

La artista Dawn Scaltreto lo guiará a través del proceso de creación de una bella escena de "El jardín de Monet" en un lienzo estirado de 12"x 16". Se proporcionan todos los suministros. Este taller es para principiantes y pintores experimentados. El costo es de \$20.00 por persona en el momento de la inscripción.

MINDFULNESS

LUNES, 2 DE ABRIL a la 1:00 PM

Mindfulness o atención plena promueve la conciencia sin prejuicios del momento presente, y fomenta la calma, mejor concentración y una mayor apertura. Aprenda cómo ser más amable consigo mismo y con los demás, sea más seguro y menos crítico. Presentado por Matt Carriker, capellán protestante de la Universidad Brandeis y director espiritual de la comunidad espiritual Agape en Waltham. Por favor regístrese.

RED SOX HOME GAME OPENER

JUEVES, 5 DE ABRIL a las 2:05 PM

Se ofrecerán hot dogs a \$1.00 y se servirán alrededor de las 2:00 PM. Disfrute refrescos, maníes y crackerjacks de cortesía. Por favor, haga su pedido de sus hot dog antes del martes, 3 de abril.

PRESENTACIÓN GRATIS ~ OPERA

VIERNES, 6 DE ABRIL DE 1:00 - 2:30 PM

Únete a Erika Reitshamer para un programa de ópera que discutirá los tres tenores, Enrico Caruso, Luciano Pavarotti y Jonas Kaufmann. Aprende y descubre a través de extractos audiovisuales a los grandes tenores que cantan arias increíbles. Por favor regístrese.

TUTOR EN COMPUTADORAS

MIÉRCOLES, 11 DE ABRIL DE 2018

Se ofrecen clases de una hora entre 12:00 a 3:00 a \$20 por hora. Reunete con uno a uno con el instructor. Indique el tema con el que necesita ayuda durante el registro. Instructor: Howard Loewinger.

CLASE DE AUTO-CONOCIMIENTO - NUEVA FECHA

JUEVES, 19 DE ABRIL a las 12:45 PM

Introducción básica a la autodefensa para personas mayores. \$5.00 por persona a pagar en el momento de hacer la reservacion. Instructor: Louise Carbone.



SENIOR CONNECTION

TALLER DE FOTOS DE SEMANA: EXPLORANDO WALTHAM CON SU CÁMARA DIGITAL LOS MIÉRCOLES, 18 DE ABRIL - 16 DE MAYO DE 2018

Venga a una reunión informativa el miércoles 18 de abril a la 1:30PM para hablar sobre los temas y lugares para las sesiones de fotos. Usando su cámara digital, desarrollará un montaje fotográfico de las áreas naturales de Waltham, edificios históricos, etc. Se puede usar cualquier cámara digital. Cada participante ingresará su foto favorita para ser incluida en una exhibición en nuestro centro. El taller es gratuito, y no incluye el costo de procesar y enmarcar fotos para exhibir. Instructor: Rose Wade.

LA LEYENDA JUDY GARLAND

VIERNES, 20 DE ABRIL a la 1:00 PM

Verá, escuchará y discutirá la vida y la carrera de July Garland, destacada por los sonidos de muchas de sus grabaciones de éxito. Presentado por Bruce Hambro, profesor de historia y estudiante del American Entertainment Industry. El costo es de \$3.00 al momento de la inscripción.

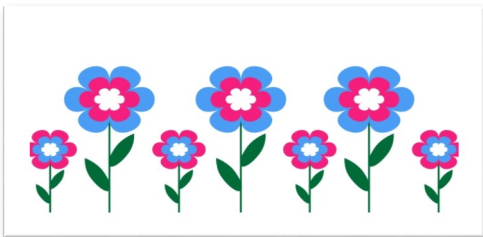
EL PODER POSITIVO DE PENSAMIENTO TIENE EN SU SALUD

LUNES, 23 DE ABRIL a la 1:00 PM

La renombrada oradora nacional Ann Breitner, presidenta del CPC discutirá y demostrará los 3 pasos para mejorar su vida, ejercicios mentales divertidos para incluir ideas estimulantes diarias y fáciles de sentir mejor. Por favor regístrese.

CONCIERTO RADCLIFFE "RAGTIME" JACK VIERNES, 4 DE MAYO a la 1:00 PM

No querrás perderte este Old-Time Music Hall of Famer. Él es un maestro del blues country tradicional, ragtime y stride piano. Ahora residente de MA, con raíces en Virginia y Tennessee, trae su piano, guitarra, violín, voz, ingenio y sabiduría. Su género abarca blues, folk, country, rock n roll y jazz. El costo es de \$ 3.00 por persona.



PELÍCULAS Y POPCORN

Las películas se muestran los viernes a la 1:00PM. La misma película se muestra con subtítulos a las 10:30AM. Para disfrutar de una bolsa de palomitas de maíz frescas, ¡debe registrarse con anticipación!

VIERNES 27 DE ABRIL ~ STRONGER ~ Stronger es la inspiradora historia real de Jeff Bauman, un hombre común que capturó los corazones de su ciudad y del mundo para convertirse en un símbolo de esperanza después de sobrevivir al bombardeo de la maratón de Boston 2013. Las estrellas Jake Gyllenhaal, Tatiana Maslany, Miranda Richardson. Rated R: Runtime: 1:59.

WALKING CLUB PARA LOS MAYORES

Bentley University ha ofrecido continuar con el programa de caminatas para mayores en sus interiores durante todo el año. En los climas cálidos, las personas son bienvenidas a caminar dentro o fuera. Hay mucho espacio para estacionar. El programa de caminatas se lleva a cabo los lunes, miércoles y viernes de 10:00 a 11:00AM. La pista interior que está ubicada en el Bentley University Dana Athletic Center, 450 Beaver Street. El estacionamiento está ubicado en la parte posterior del edificio y se entra por el estacionamiento en la parte de atrás del edificio.

SEGURIDAD EN EL CENTRO DEL COUNCIL ON THE AGING

El centro para personas mayores ahora tiene un sistema de seguridad. Hay 4 cámaras de vigilancia dentro y fuera del edificio. Hay un monitor en la recepción que muestra la vista de las 4 cámaras.

AVISO: Si usted o alguien que conoce tiene dificultades financieras para pagar alimentos, calefacción, alquiler, etc., llámenos al 781-314-3301. Es posible que podamos ayudar a ubicar la agencia apropiada para ayudarlo.

WALTHAM HOUSING OUTREACH HORAS

El tercer miércoles de cada mes de 10:00 a 11:00 a.m., se responderán a sus preguntas en las siguientes ubicaciones:

18 de abril - Pine Street, 16 de mayo - Prospect Street, 20 de junio - Grove Street, 18 de julio - Pond Street, 15 de agosto - Orange Street

SENIOR CONNECTION

NOTAS DEL CENTRO MAYOR:

PRESIÓN ARTERIAL: en el centro para personas mayores todos los miércoles de 9:00-10:00 AM en 101 Prospect St. el segundo martes de cada mes a las 10:00 AM.

BOWLING: Martes y Miércoles 11-1. @ Community Center, 510 Moody St. Llame al 781-314-3538 para reservar.

REUNIONES DE LA JUNTA DEL COA:
Lun. **04/23/2018** a las 10:00 a.m.

TUTOR DE COMPUTADORA: Miércoles, **4/11/18** - 12-3 PM
Reunirse uno a uno durante una hora con el instructor: Howard Loewinger. \$ 20.

CLASE CROCHET: El instructor regresó el 3/20/18.

PUENTE, JUEGA Y LECCIONES: Lunes 9:30 - 11:30 a.m. Adéntrate. \$ 10 por clase con Bernice King.

CLÍNICAS DE AYUDA

AUDITIVA: Lunes, **4/9/2018** ~
West Newton Hearing ofrece citas de 10 minutos para limpiar y revisar audífonos preexistentes de 1:00 a 2:00 PM

EXÁMENES

AUDITIVOS: Jueves, **4/19/2018** ~ West Newton Hearing ofrece citas de 10 minutos de 1:00 a 2:00 PM para determinar si su audición es normal o si se necesita una evaluación auditiva completa.

FIESTAS: Vamos a cierre Lunes, 4/16/2018 en la observancia del día de los patriotas.

SERVICIOS LEGALES: Martes, **4/17/2018** ~ Metro West Legal ofrece citas de 15 minutos en el centro para personas mayores de 12:00 a 2:00 PM para reunirse con un abogado.

PICKLEBALL: Viernes, 11-12: 30 @ Community Center, 510 Moody St. Llame al 781-314-3538 para reservar.

PODIATRA: Miércoles, **4/18/2018** ~ El Dr. Tuler ofrece cuidado rutinario de uñas y callos con cita previa en sr. centrar.

FUNCIONARIOS PÚBLICOS: servicio de gota. Reúnase con Jay Higgins de la Oficina de la congresista estadounidense Katherine Clark el miércoles, **4/11/2018** a las 11:00 a.m.

SERVICIOS DE SEAMSTRESS:
martes, **4/17/2018** ~ 15 min. citas en el Centro Sr. de 1:00 a 2:00.

SEWING CLASS: Instructor fuera hasta nuevo aviso.

TRIADA: Suelta el servicio. Conoce uno a uno con el Oficial Bailey. Miércoles 8: 30-10: 00 AM.

BONOS DE TAXI: Puede comprar 4 libros de cupones de taxi en el mes de Abril.