

## CALENDARIO MENSUAL



Mayor  
Brian A. DePeña

### THE CENTER

155 Haverhill St.  
Lawrence, MA 01840  
978-620-3550

#### NUEVO HORARIO:

Lunes, Miércoles, Jueves  
8:00am - 4:00pm

Martes - 8:00am-6:30pm  
Viernes - 8:00am-1:00pm

## Bienvenidos



El Lawrence Senior Center, también conocido como The Center, brilla como un centro vibrante y acogedor en la comunidad. Es un lugar donde las personas mayores se reúnen para disfrutar de una combinación de servicios personalizados y eventos festivos que celebran su sabiduría, atienden sus necesidades únicas y fomentan la independencia y el compañerismo.

### Martha Velez

Directora de Salud y Servicios Humanos  
mvelez@cityoflawrence.com

### Martha Holt

Administradora del programa  
mholt@cityoflawrence.com

# MARZO 2024

## En marzo celebramos y honramos las mujeres, la cultura y el aprendizaje

### 8 DE MARZO

El tema del Día Internacional de la Mujer 2024 es 'Inspirar la inclusión'

Cuando inspiramos a otros a comprender y valorar la inclusión de las mujeres, forjamos un mundo mejor. Así que, colectivamente, forjemos un mundo más inclusivo para las mujeres.



### 12 DE MARZO

Clases de Ciudadanía en español comienzan. ¡Regístrese ya!



### 23 DE MARZO

El conejo de Pascua viene para el Centro!



### 26 DE MARZO

Día de alerta de Diabetes.

### 27 DE MARZO

¡Venta de postres por motivo de Pascua de Resurrección! Todas la ventas ayudan a respaldar las actividades del centro.



### 28 DE MARZO

Grupo de apoyo al Alzheimer



**Llámenos para más información al 978-620-3550**



## Actividades y eventos para adultos de 55 años y mayores

### 6 de marzo:

**1:00pm-3:30pm:** Bingo Especial-  
**\$5.00 por boleto**

### 8 de marzo:

**9am-11am:** Desayuno para el  
Día Internacional de la Mujer  
**Necesario registrarse**

### 13 de marzo:

**9:30am-12:00pm:** Venta de yarda -  
\$10/mesa **Necesario registrarse**

**10am-12pm:** National Grid - Conéctate  
con la asistencia

### 14 de marzo:

**9:30-10am**

Delicias de desayuno verde de San  
Patricio después del ejercicio matutino



**5pm-6pm: Somos Fuerte**

Grupo de apoyo  
al cáncer de mama

### 20 de marzo:

**1:00pm-3:30pm:** Bingo Especial-  
**\$5.00 por boleto**

### 23 de marzo:

**1:00pm-2:00pm:** Conejo de Easter en  
el Centro

### 26 de marzo:

**9:30am-11:00am:**  
Día de alerta de Diabetes

**11:00am-12:30pm:** Chef viajero  
**\$3.00 por boleto**

**5pm-6pm: Somos Fuerte**  
Grupo de apoyo  
al cáncer de mama

### 27 de marzo:

**9:30am-12:00pm:** Venta de yarda -  
\$10/mesa **Necesario registrarse**

**9:30am-12:00pm:** Venta de postres

### 28 de marzo:

**1pm-2pm:** Grupo de apoyo al Alzheimer

Tenga en cuenta que nuestro grupo de apoyo para el cáncer de mama es solo  
en Español. Si está interesada en tener un grupo de apoyo para el cáncer de mama en inglés,  
comuníquese con Martha Holt al 978-620-3553.

Para obtener más información sobre los programas, llámenos al 978-620-3550.



## EJERCICIOS Y ACTIVIDADES SEMANAL

LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES
<b>Ejercicios c/Lyn</b> 8:30am-9:30am	<b>Ejercicios c/Queen</b> 8:30am-9:30am	<b>Ejercicios c/Tracie</b> 8:30am-9:30am	<b>Ejercicios c/Queen</b> 8:30am-9:30am	<b>Ejercicios c/Tracie</b> 8:30am-9:30am
<b>Billar</b> 8am-3:30pm	<b>Billar</b> 8am-6:00pm	<b>Billar</b> 8am-3:30pm	<b>Billar</b> 8am-3:30pm	<b>Billar</b> 8am-12:30pm
<b>Domino</b> 8am-3:30pm	<b>Domino</b> 8am-6:00pm	<b>Domino</b> 8am-3:30pm	<b>Domino</b> 8am-3:30pm	<b>Domino</b> 8am-12:30pm
<b>Charla c/Isabel</b> from Northeast Recovery Learning Community 9:30am-11:00am	<b>Clase de ciudadania c/Nestor</b> 9am-11:00am	<b>Clase de ciudadania c/Bellanira</b> 9am-11:00am	<b>Clase de ciudadania c/Ramona</b> 9am-11:00am	
	<b>Hora Divertida c/Dulce</b> 9:30am-10:30am	<b>Artes y Manualidades</b> 10am-11:30am	<b>Representante Pavel Payano</b> horario de oficina 10am-12pm	<b>Hora Divertida c/Dulce</b> 9:30am-10:30am
<b>Almuerzo</b> 11:30am	<b>Almuerzo</b> 11:30am	<b>Almuerzo</b> 11:30am	<b>Almuerzo</b> 11:30am	<b>Almuerzo</b> 11:30am

**CLASES DE EJERCICIOS POR LA TARDE POR SOLO SOLO \$1.00**

**\*\*No clases de ejercicios por la tarde el 26 de marzo\*\***

LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES
<b>Caribbean Rhythm c/Ramon</b> 5:30p-6:30p	<b>ZUMBA c/Dolis</b> 5:30p-6:30p	<b>Caribbean Rhythm c/Ramon</b> 5:30p-6:30p	<b>ZUMBA c/Dolis</b> 5:30p-6:30p



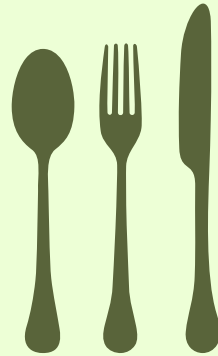
# LO DE COSTUMBRE

**Tiempo de comer, jugar y ganar dinero**

**¡Es**

**Hora de  
comer!**

**DE LUNES A VIERNES - 11:30AM**



Requiere registrarse- llame al 978-620-3550 ext.3552. AgeSpan proporciona almuerzo todos los días a las 11:30am. Se solicita una donación de \$2.

## Bingo Especial



¡VEN A JUGAR, COMER Y  
HACER NUEVOS AMIGOS!

**Tendremos Rifas y más**

**Fechas:**

**Miercoles, Marzo 6 y 20**

**Miercoles, Abril 3 y 17**

## NECESITA DINERO?

**Haga una venta de  
YARDA**



**Marzo**

**Miercoles, 13 y 27**

**Abril:**

**Miercoles, 10 y 24**

# ¿QUIERE SER VOLUNTARIO?



**¿Tienes un pasatiempo que te encanta?  
¡Ven a compartirlo con nosotros!  
Tenemos oportunidades para enseñar a  
tejer/ganchillo, costura, artes y  
manualidades o cualquier otro interés  
que tengas.  
¡Te necesitamos!**

## **Razones para ser voluntario con nosotros:**

- Conocer gente nueva y hacer amigos
- Aprender nuevas habilidades o compartir las existentes
- Impactar positivamente en la comunidad.

**Necesitamos  
Instructores de  
Ingles  
¡también!**



**Senior Tax Work-off Program**  
Preguntenos sobre el programa  
de reducción de impuestos para  
personas mayores de 60 años o  
más.

**Para más información llama a Martha Holt al 978-620-3553.**