



# CATHEDRAL CITY SENIOR CENTER

## Horario de Programas Marzo 2024

Sesiones finalizan 10 minutos antes de la hora o media hora

Para comunicarse con alguien en español,  
hablar con Laura 760-377-8867

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado
<p><b>9:00 - 11:00am</b> Banco de Alimentos (abierto al publico)</p> <p><b>12:30 - 2:50pm</b> Loteria^</p> <p><b>1:00 - 3:50pm</b> Mah Jongg (\$3/\$5)</p> <p><b>6:00 - 9:00pm</b> Botas Cuadradas (\$5/\$6) 6:00pm- SSD 7:30pm- SSD Completo</p>	<p><b>9:00 - 11:50am</b> Puente de Fiesta Juegos (\$3/\$5)</p> <p><b>9:00am - 11:50pm</b> Trabajadores Sociales del Centro Mizell^</p> <p><b>9:30 - 10:20am</b> Enfermedad de Parkinson en Movimiento</p> <p><b>10:45 - 11:45am</b> Ejercicio para Personas Mayores</p> <p><b>12:00 - 12:30pm</b> QiGong</p> <p><b>1:00 - 3:50pm</b> Bunco (\$3/\$5)</p>	<p><b>8:30 - 9:20am</b> Zumba en Español^</p> <p><b>10:15 - 10:50am</b> Viudas o Viudos</p> <p><b>11:00 - 11:50am</b> Serie de Presentadores</p> <p><b>12:30 - 1:45pm</b> Cantar por Diversion</p> <p><b>2:00 - 2:50pm</b> Principiantes Español</p> <p><b>2:00 - 3:20pm</b> Piano-Principiante e Intermedio*</p> <p><b>4:00 - 4:50pm</b> Meditación de Paz</p> <p><b>5:30 - 7:00pm</b> Standing Tai Chi 5:30pm- Intro 6:00pm- Avanzado</p> <p><b>6:00 - 9:00pm</b> Botas Cuadradas (\$7/\$8) 6:00pm- Introducción 7:30pm- Avanzado</p>	<p><b>9:00 - 10:20am</b> Clase de tejido^</p> <p><b>10:00 - 10:50am</b> Yoga en Silla</p> <p><b>11:00am - 4:00pm</b> Bingo (B)</p> <p><b>2:00 - 2:50pm</b> Principiantes Ingles^</p>	<p><b>10:00 - 11:20am</b> Tejer Canastas*</p> <p><b>10:45am - 11:45pm</b> Ejercicio para Personas Mayores</p> <p><b>12:00 - 12:30pm</b> QiGong</p> <p><b>12:00 - 2:50pm</b> Clase de Pintura^</p> <p><b>12:30 - 2:20pm</b> Grupo de Apoyo a la Visión y Compromiso**</p> <p><b>1:00 - 3:50pm</b> Juegos de bolos Wii</p> <p><b>7:00 - 8:00pm</b> Buscadores de Serenidad AA</p>	<p><b>Domingo</b></p> <p><b>1:00pm - 4:00pm</b> Puente Duplicado</p>

**Consulte el reverso para citas y eventos especiales,**

\*Diseñado teniendo en cuenta a los miembros con poco o sin visión | ^ Diseñado para hablantes de español

## Con Cita

- Legales del desierto
- Consejo sobre dispositivo (Mi)
- Cortes de pelo con Jeffery^ (3° Mi)
- HICAP (4° Mi)
- Asistencia de Inmigración TODEC^ (2° Lu, 12-1pm) Sin cita
- Trabajadores sociales Mizell^ (Ma 9am-12pm, sin cita)
- Sea Amable con ti Mismo^ (Lu)
- Defensores de alto nivel^ (Ma/Ju)
- Ayuda con Taxes (Mier/Ju)

## Grupos de Apoyo

- Serenidad AA (Vi)
- Apoyo de Duelo (Mi-RSVP)
- Cuidadores (1° y 3° Mi por Zoom)
- Visión y Compromiso Depresión^ (Vi)
- Discapacidad Visual (Mi)

## Serie de Presentadores

**miércoles de 11:00 a 11:50**  
*Tema diferente cada semana*  
*Libre y abierto al público*  
*No se requiere membresía CCSC*



## Almuerzo Congregado

**A diario, 12:00-12:45pm**  
*Los participantes deben estar registrados para el Programa de Almuerzo de Nutrición para Personas Mayores a través del Centro Mizell*

## Eventos Especiales

**Sa, 2 de mar, 2 - 3 pm:**  
 Meditación de Energía Sonora (RSVP)

**Ma, 12 de mar, 12:30 - 1:20 pm:**  
 Desalmuerzo Cumplañero (RSVP, \$3/\$5)

**Vi, 15 de mar, 12:30 - 2:20pm:**  
 Hagamos Almuerzo (RSVP)

**Ma, 19 de mar, 11 - 11:50am:**  
 Descripción general de los nuevos voluntarios

**Mi, 20 de mar, 5 - 8pm:**  
 Cena con Patsi en Meester Zebra

**Vi, 22 de mar, 1 - 2:50pm:**  
 Distribución de Cajas CSFP (RSVP)

**Lu, 25 de mar, 8 - 10:20am:**  
 Departamento de Servicios Sociales Públicos del Condado de Riverside

**-- Próximo --**

Vi, 5 de abr, 1-3pm  
 Prevención de Estafas

Sa, 27 de abr, 9am-1pm  
 Casa Abierta Comunitaria