

MELTZER CENTER

📍 94 E 1st St 📞 212-253-5624

Funded by NYC DFTA

Follow US on Facebook

🌐 www.facebook.com/USOlderAdults



**LEARN—
OLDER ADULTS
PROGRAMS**

**February
2023**

Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday
		<p>9:30am Tea and Conversation 10:30am Smart Phone Class 1pm-3pm Crafts w/ YELITZA 3pm Game and Community Building 3pm Tablet Library</p>	<p>10am Chair Yoga on Zoom (VNS) 11am African American and West Indian Music Hour 1pm Color with US 2pm Bingo 3pm Game and Community Building 3pm Tablet Library</p>	<p>9am-1pm Blood Pressure Screening w/Hunter School of Nursing 10am Tai Chi on Zoom (VNS) 11:30am Zumba W/Dawn 2pm Game and Community Building 2pm Tablet Library</p>
<p>10am Color with US 11am Russian Music Hour 1pm Fitness Class W/ KIT 2pm Game and Community Building 2pm Tablet Library</p>	<p>9am-1pm Blood Pressure Screening w/Hunter School of Nursing 9:30am Tea and Conversation 10am Chair Exercise on Zoom (VNS) 11am Baile Latino 12pm The Movie Hours 2pm Game & Community Building 2pm Tablet Library</p>	<p>9:30am Tea and Conversation 10:30am Smart Phone Class 1pm-3pm Crafts w/ YELITZA 3pm Game and Community Building 3pm Tablet Library</p>	<p>10am Chair Yoga on Zoom (VNS) 11am African American and West India Music Hour 1pm Color with US 2pm Bingo 3pm Game and Community Building 3pm Tablet Library</p>	<p>9am-1pm Blood Pressure Screening w/Hunter School of Nursing 10am Tai Chi on Zoom (VNS) 11:30am Zumba W/Dawn 2pm Game and Community Building 2pm Tablet Library</p>
<p>10am Color with US 11am Russian Music Hour 1pm Fitness Class W/ KIT 2pm Game and Community Building 2pm Tablet Library</p>	<p>9am-1pm Blood Pressure Screening w/Hunter School of Nursing 9:30am Tea and Conversation 10am Chair Exercise on Zoom (VNS) 11:30am Coffee and Tea w/Rosemarie 12pm A Valentine's Day Movie with Chips and Chat 2pm Game & Community Building 2pm Tablet Library</p>	<p>9:30am Tea and Conversation 10:30am Smart Phone Class 1pm-3pm Crafts w/ YELITZA 3pm Game and Community Building 3pm Tablet Library</p>	<p>10am Chair Yoga on Zoom (VNS) 11am African American and West Indian Music Hour 1pm Color with US 2pm Bingo 3pm Game and Community Building 3pm Tablet Library</p>	<p>9am-1pm Blood Pressure Screening w/Hunter School of Nursing 10am Tai Chi on Zoom (VNS) 11:30am Zumba W/Dawn 2pm Game and Community Building 2pm Tablet Library</p>
<p>Center Closed</p>	<p>9am-1pm Blood Pressure Screening w/Hunter School of Nursing 9:30am Tea and Conversation 10am Chair Exercise on Zoom (VNS) 11am Baile Latino 12pm The Movie Hours 2pm Game & Community Building 2pm Tablet Library</p>	<p>9:30am Tea and Conversation 10:30am Smart Phone Class 1pm-3pm Crafts w/ YELITZA 3pm Game and Community Building 3pm Tablet Library</p>	<p>10am Chair Yoga on Zoom (VNS) 11am ELDER ABUSE Presentation w/ NYC District Attorney's Office 1pm Color with US 2pm Bingo 3pm Game and Community Building 3pm Tablet Library</p>	<p>9am-1pm Blood Pressure Screening w/Hunter School of Nursing 10am Tai Chi on Zoom (VNS) 11:30am Zumba W/Dawn 1pm Fridays with US: Identifying Theft Presentation w/ Chase Bank 2pm Game and Community Building 2pm Tablet Library</p>
<p>9am-12pm FOOD PANTRY (NO MORNING ACTIVITES) 1pm Fitness Class W/ KIT 2pm Game and Community Building 2pm Tablet Library</p>	<p>9:30am Tea and Conversation 10am Chair Exercise on Zoom (VNS) 11am Baile Latino 12pm The Movie Hours 2pm Game and Community Building 2pm Tablet Library 3:15pm - 4:15pm February Birthday Celebration</p>			

星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
		1 9:30am 早茶時光 10:30am 智能手機輔導 1pm-3pm 創意手工 - Yelitza 老師 3pm 遊戲與社群建立 3pm 平板電腦庫	2 10am Zoom網上瑜伽 (富康醫療) 11am 非裔美國人及西印度音樂之聲 1pm 快樂塗色 2pm 賓果遊戲 3pm 遊戲與社群建立 3pm 平板電腦庫	3 9am-1pm 血壓測量 - 亨特學院護士學生 11:30am 尊巴健身舞 - Dawn老師 2pm 遊戲與社群建立 2pm 平板電腦庫
6 10am 快樂塗色 11am 俄羅斯音樂之聲 1pm 運動課—Kit老師 2pm 遊戲與社群建立 2pm 平板電腦庫	7 9:30am 早茶時光 10am Zoom網上椅子運動 (富康醫療) 11am 百樂門拉丁舞會 12pm 電影時光 2pm 遊戲與社群建立 2pm 平板電腦庫	8 9:30am 早茶時光 10:30am 智能手機輔導 1pm-3pm 創意手工 - Yelitza 老師 3pm 遊戲與社群建立 3pm 平板電腦庫	9 10am Zoom網上瑜伽 (富康醫療) 11am 非裔美國人及西印度音樂之聲 1pm 快樂塗色 2pm 賓果遊戲 3pm 遊戲與社群建立 3pm 平板電腦庫	10 9am-1pm 血壓測量 - 亨特學院護士學生 11:30am 尊巴健身舞 - Dawn老師 2pm 遊戲與社群建立 2pm 平板電腦庫
13 10am 快樂塗色 11am 俄羅斯音樂之聲 1pm 運動課—Kit老師 2pm 遊戲與社群建立 2pm 平板電腦庫	14 9:30am 早茶時光 10am Zoom網上椅子運動 (富康醫療) 11:30am Rosemarie 聊天室 (早茶/咖啡) 12pm 情人節電影時光 (提供小吃) 2pm 遊戲與社群建立 2pm 平板電腦庫	15 9:30am 早茶時光 10:30am 智能手機輔導 1pm-3pm 創意手工 - Yelitza 老師 3pm 遊戲與社群建立 3pm 平板電腦庫	16 10am Zoom網上瑜伽 (富康醫療) 11am 非裔美國人及西印度音樂之聲 1pm 快樂塗色 2pm 賓果遊戲 3pm 遊戲與社群建立 3pm 平板電腦庫	17 9am-1pm 血壓測量 - 亨特學院護士學生 11:30am 尊巴健身舞 - Dawn老師 2pm 遊戲與社群建立 2pm 平板電腦庫
20  總統日假期 中心暫停開放	21 9:30am 早茶時光 10am Zoom網上椅子運動 (富康醫療) 11am 百樂門拉丁舞會 12pm 電影時光 2pm 遊戲與社群建立 2pm 平板電腦庫	22 9:30am 早茶時光 10:30am 智能手機輔導 1pm-3pm 創意手工 - Yelitza 老師 3pm 遊戲與社群建立 3pm 平板電腦庫	23 10am Zoom網上瑜伽 (富康醫療) 11am 預防老人虐待講座 - 紐約市地區檢察官辦公室 1pm 快樂塗色 2pm 賓果遊戲 3pm 遊戲與社群建立 3pm 平板電腦庫	24 9am-1pm 血壓測量 - 亨特學院護士學生 11:30am 尊巴健身舞 - Dawn老師 1pm 周五同樂日: 預防及識別身份盜用講座 - 大通銀行 2pm 遊戲與社群建立 2pm 平板電腦庫
27 9am-1pm 食物派發 (早上課程暫停) 1pm 運動課—Kit老師 2pm 遊戲與社群建立 2pm 平板電腦庫	28 9:30am 早茶時光 10am Zoom網上椅子運動 (富康醫療) 11am 百樂門拉丁舞會 12pm 電影時光 2pm 遊戲與社群建立 2pm 平板電腦庫 3:15pm - 4:15pm 二月生日派對			

CENTRO DE MELTZER

📍 94 E 1st St 📞 212-253-5624

Financiado por NYC DFTA

Síguenos en Facebook

🌐 www.facebook.com/USOlderAdults

UNIVERSITY SETTLEMENT LEARN— OLDER ADULTS PROGRAMS

Febrero 2023

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
		1 9:30am Te y Conversacion 10:30am Clase de Celular 1pm-3pm Manualidades con Yelitza 3pm Juegos y Creando Comunidad 3pm Biblioteca de Tabletas	2 10am Yoga Sentado en Zoom (VNS) 11am Música Afro Americana y de las Islas 1pm Coloreamos Juntos 2pm Bingo 3pm Juegos y Creando Comunidad 3pm Biblioteca de Tabletas	3 9am-1pm Tomese la Presion con el programa de Enfermeria de la Universidad de Hunter 10am Tai Chi en Zoom (VNS) 11:30am ZUMBA con Dawn 2pm Juegos y Creando Comunidad 2pm Biblioteca de Tabletas
6 10am Coloreamos Juntos 11am Hora de la Música Rusa 1pm Entrenamiento Físico con Kit 2pm Juegos y Creando Comunidad 2pm Biblioteca de Tabletas	7 9am-1pm Tomese la Presion con el programa de Enfermeria de la Universidad de Hunter 9:30am Te y Conversacion 10am Ejercicio Sentado en Zoom 11am Baile Latino 12pm Horas de Cine 2pm Juegos y Creando Comunidad Bibli- 2pm oteca de Tabletas	8 9:30am Te y Conversacion 10:30am Clase de Celular 1pm-3pm Manualidades con Yelitza 3pm Juegos y Creando Comunidad 3pm Biblioteca de Tabletas	9 10am Yoga Sentado en Zoom (VNS) 11am Música Afro Americana y de las Islas 1pm Coloreamos Juntos 2pm Bingo 3pm Juegos y Creando Comunidad 3pm Biblioteca de Tabletas	10 9am-1pm Tomese la Presion con el programa de Enfermeria de la Universidad de Hunter 10am Tai Chi en Zoom (VNS) 11:30am ZUMBA con Dawn 2pm Juegos y Creando Comunidad 2pm Biblioteca de Tabletas
13 10am Coloreamos Juntos 11am Hora de la Música Rusa 1pm Entrenamiento Físico con Kit 2pm Juegos y Creando Comunidad 2pm Biblioteca de Tabletas	14 9am-1pm Tomese la Presion con el programa de Enfermeria de la Universidad de Hunter 9:30am Te y Conversacion 10am Ejercicio Sentado en Zoom 11:30am Café y Te con Rosemarie 12pm Cine Para El Dia de San Valentin con 2pm Refrescos y Charla 2pm Juegos y Creando Comunidad 2pm Biblioteca de Tabletas	15 9:30am Te y Conversacion 10:30am Clase de Celular 1pm-3pm Manualidades con Yelitza 3pm Juegos y Creando Comunidad 3pm Biblioteca de Tabletas	16 10am Yoga Sentado en Zoom (VNS) 11am Música Afro Americana y de las Islas 1pm Coloreamos Juntos 2pm Bingo 3pm Juegos y Creando Comunidad 3pm Biblioteca de Tabletas	17 9am-1pm Tomese la Presion con el programa de Enfermeria de la Universidad de Hunter 10am Tai Chi en Zoom (VNS) 11:30am ZUMBA con Dawn 2pm Juegos y Creando Comunidad 2pm Biblioteca de Tabletas
20  Centro Cerrado	21 9am-1pm Tomese la Presion con el programa de Enfermeria de la Universidad de Hunter 9:30am Te y Conversacion 10am Ejercicio Sentado en Zoom 1pm Baile Latino 12pm Horas de Cine 2pm Juegos y Creando Comunidad 2pm Biblioteca de Tabletas	22 9:30am Te y Conversacion 10:30am Clase de Celular 1pm-3pm Manualidades con Yelitza 3pm Juegos y Creando Comunidad 3pm Biblioteca de Tabletas	23 10am Yoga Sentado en Zoom (VNS) 11am Presentacion Sobre Abusos Contra Las Personas de Mayor Edad presentado por la Oficina del Fiscal del Distrito de Manhattan 1pm Coloreamos Juntos 2pm Bingo 3pm Juegos y Creando Comunidad 3pm Biblioteca de Tabletas	24 9am-1pm Tomese la Presion con el programa de Enfermeria de la Universidad de Hunter 10am Tai Chi en Zoom (VNS) 11:30am ZUMBA con Dawn 1pm Viernes Con Nosotros Presenta : Identificando Robo presentado por el banco Chase 2pm Juegos y Creando Comunidad 2pm Biblioteca de Tabletas
27 9am-12pm Entrega de la Compra No hay actividades en la mañana 1pm Entrenamiento Físico con Kit 2pm Juegos y Creando Comunidad 2pm Biblioteca de Tabletas	28 9:30am Te y Conversacion 10am Ejercicio Sentado en Zoom 11am Baile Latino 12pm Horas de Cine 2pm Juegos y Creando Comunidad Bibli- 2pm oteca de Tabletas 3:15pm - 4:15pm Celebración de los Cumpleaños de Febrero!			