



WATERBURY SENIOR CENTER



Happy 11th Anniversary!
2013 - 2024

September 2024 Newsletter

Address: 1985 East Main Street, Waterbury, CT 06705

Phone number: 203-574-6746 Fax number: 203-574-8636

Hours of Operation: Monday thru Friday 9:00 a.m. ~ 2:00 p.m.

seniorcenter1985



Waterbury Senior Center

August 2024 ~ Thank You, Interns!





HAPPY 11th ANNIVERSARY!

SEPT 2013 - SEPT 2024
Fri., Sept 20 - 11am to 1pm
Menu: Verona Pizza Truck
Dress: Blue & Yellow/Gold
\$5/pp
** Please Sign Up **



Senior Center Meeting

Mon, Sept 9 ~ 12pm
Guest = 84 New Mix, Clean Water
= Please Sign Up =

~ PLEASE NOTE ~

We are closed Mon, Sept 2 – Labor Day
City Mission Grocery Bag - Fri, 9/13 – 11a
Farm Bag Sept 11
No Farmers Market 9/3
No Stretch & Tone 9/4



Helen Dantino
William Flaherty

Farm to Table: Safe & Convenient Meal Prep Guide

By Cedreya Lanier
Monday, Sept 23 at 12:30pm



We want to eat healthier, but sometimes the prep work is more than we want to do. Cedreya Lanier, a nutritionist & “soon-to-be-dietitian”, will teach us how to prep & store fresh produce for *easier* meal preparation throughout the week.

++ Please Sign Up ++

B.R.A.S.S. Tai Chi

A new 12-week Tai Chi class
taught by Matt Dempsey
Sponsored by B.R.A.S.S.
Wed., Sept 4 - Nov., 20
1:00pm to 1:45pm
~ Please Sign Up ~



Foods to Beat Cholesterol

Mon, Sept 16 —>12:30p

September is National Cholesterol Awareness Month and Jessica Dorner RD will be demonstrating foods and recipes that help us fight against high cholesterol. Jess will prepare cholesterol-fighting foods and offer tasty samples to try out. Handouts and recipes will be available to take home.

-Please Sign Up-



Dealing with Aging Lunch & Learn Lutheran Home

Monday, Sept 30 —> 12:30p

We're all getting older, but how we deal with it makes a difference in our happiness & enjoyment of these years. Please join Veronica Rinaldi for this timely discussion.

== Please Sign Up ==





¡FELIZ 11 ANIVERSARIO!

SEPTIEMBRE 2013 - SEPTIEMBRE 2024

Viernes 20 de septiembre:
de 11 a. m. a 1 p. m.

Menú: Camión de pizza Verona

Vestido: Azul y Amarillo/Dorado

\$5 por persona

** Por favor regístrese **



Banco de Ahorros Thomaston

Taller sobre fraude para adultos mayores



Taller de fraude para personas mayores Thomaston Savings Bank presentará su taller de educación financiera el **jueves 26 de septiembre a las 12:30 pm**. Estos talleres le ayudarán a ser consciente de las señales de alerta y posibles ataques de fraude.

~ Por favor regístrate ~



Cortes de pelo Dolce
Miércoles 25 de septiembre ~~~

10 a.m. (\$2)

Por favor regístrese

De la granja a la mesa: guía de preparación de comidas segura y conveniente

Por Cedreya Lanier

Lunes 23 de septiembre a las 12:30 h.

Queremos comer más sano, pero a veces la preparación funciona más de lo que queremos. Cedreya Lanier, nutricionista y “futura dietista”, nos enseñará cómo preparar y almacenar productos frescos para facilitar la preparación de las comidas durante toda la semana.

++ Por favor regístrese ++



Cómo lidiar con el envejecimiento Almuerzo y aprende

Hogar Luterano

Lunes 30 de septiembre —> 12:30 p.m.

Todos estamos envejeciendo, pero la forma en que lo afrontamos marca la diferencia en nuestra felicidad y disfrute de estos años. Únase a Verónica Rinaldi para esta oportuna discusión.

== Por favor regístrate ==



~ TENGA EN CUENTA ~

Cerramos el lunes 2 de septiembre y el Día del Trabajo

Bolsa de comestibles City Mission ~ viernes 13 de septiembre a las 11 a. m.

Bolsa de productos agrícolas el 11 de septiembre

No habrá mercado de agricultores el 3 de septiembre

No Estiramiento/Tono 9/4

Reunión del centro para personas mayores

Lunes 9 de septiembre a las 12:00 h

Invitado = 84 New Mix, Clean Water

= Por favor, regístrese =



What I Need to Know About My Electric Choices
Thursday, September 19 at 12:30pm

Bring a recent copy of your electric bill

Join Art Marcelynas, AARP, a former state regulator at the Public Utilities Regulatory Authority (PURA) for a PowerPoint presentation on "What I Need to Know About My Electric Choices" With Eversource raising their rates & all of us using our ACs more with this summer's record heat, this is great information to have.

Learn how choosing an electric supplier can lower your bill. Art will explain how to choose a supplier and answer questions about the Eversource Standard Service generation supply, licensed electric suppliers, the NEW electric bill, discounts for Hardship Customers and any question you have about Connecticut's electric rates and policies.

You won't be disappointed with this presentation!!

Please Sign Up



EVERSOURCE



Lo que necesito saber sobre mis opciones de electricidad
Jueves 19 de septiembre a las 12:30 p. m.

Traiga una copia reciente de su factura de electricidad

Únase a Art Marcelynas, AARP, ex regulador estatal de la Autoridad Reguladora de Servicios Públicos (PURA) para una presentación en PowerPoint sobre "Lo que necesito saber sobre mis opciones de electricidad". Con Eversource aumentando sus tarifas y todos nosotros usando más nuestros aires acondicionados con el calor récord de este verano, esta es una gran información para tener.

Aprenda cómo elegir un proveedor de electricidad puede reducir su factura. Art explicará cómo elegir un proveedor y responderá preguntas sobre el suministro de generación del Servicio Estándar de Eversource, proveedores de electricidad autorizados, la NUEVA factura de electricidad, descuentos para clientes con dificultades y cualquier pregunta que tenga sobre las tarifas y políticas de electricidad de Connecticut.

¡No se sentirá decepcionado con esta presentación!

Por favor regístrate



EVERSOURCE





Dolce Haircuts
Wed, Sept 25 ~ 10a
(\$2)



Please Sign Up

Mandy DuPont's Roundtable

Topic: What to do to Prep for Storms



Thursday Sept 12 - 12:30p ~
Pls Sign Up



= Paint with Silvia =
Fri, Sept 6 - Sept 27
11a ~ 1p (No class Sept 20)
~ Please Sign Up ~ \$2



Silas Bronson Library
 Something for Everyone

PLEASE CONTACT THE SILAS BRONSON:

- WI-FI HOTSPOTS AT HOME
- ONE-ON-ONE COMPUTER HELP
By Appointment

203-574-8225, bronsonlibrary.org/programs

- HOME DELIVERY SERVICE
bronsonlibrary.org/homedelivery



Chorus - Everyone Can Sing
Thur, Sept 12
10a ~ Please Sign Up

SBL Computer Class

Fridays at 11am

Sept 6 = Computer Basics

Sept 13 = Online Grocery Shopping

Sept 27 = VR

~ Please Sign Up ~

One-on-One Tech Help

Fridays at 10am

~ Please Sign Up ~

2 (10a & 10:30a) Sessions Available

Massage w/Eileen

Wed, Sept 4 from 10a to 1:30p

Wed, Sept 18 from 10a to 1:30p

30 minutes = \$30

45 minutes = \$45



~Appointments Necessary~

Please Sign Up in Office with Time

Sapphire: Birthstone for September



Aster: Flower for September



"It was a lovely afternoon—such an afternoon as only September can produce when summer has stolen back for one more day of dream and glamour."

~L.M. Montgomery

Drum With Joyce

2 Classes; 2 Sessions;

Thur., Sept. 5 & Thur., Sept. 26

12:30pm & 1:15pm

= Please Sign Up =



Silas Bronson Library will be on Sept 17th at the Farmers Market with FREE books. Mike will also answer any questions you might have about the library.

Sept 17—>10am to 11am



Reflexology with Kim

By Appointment Only

Tues, Sept 17 ~ 11:30a

20 minutes for \$25

Please Sign Up in Office w/time



Reiki with Amy

20 minutes for \$20

Sept 27 ~ 11:30a to 1:30p

~ Please Sign Up in Office w/Time ~



Reiki con Amy

20 minutos por \$20 septiembre 27
11:30a a 1:30p



~ Regístrese en la oficina con tiempo ~

Reflexología con Kim



Solo por cita
Martes 18 de junio -11:30 am
20 minutos por \$25



Regístrese en la oficina con tiempo

Clase de informática SBL



viernes a las 11 am



6 de septiembre = Conceptos básicos de informática

13 de septiembre = Compras de comestibles en línea

27 de septiembre = VR

Ayuda técnica personalizada viernes

~ Por favor regístrate ~

2 (10a y 10:30a) Sesiones disponibles

~ Por favor regístrate por todos~

Masaje con Eileen

Miércoles 4 de septiembre de 10a 1:30p
Miércoles 18 de septiembre de 10a 1:30p
30 minutos = \$30
45 minutos = \$45
~Citas necesarias~ Regístrese en Office con tiempo



Zafiro: piedra natal de septiembre



Aster: Flor para septiembre



"Fue una tarde encantadora, una tarde como sólo septiembre puede producir, cuando el verano ha regresado para ofrecernos un día más de sueños y glamour". -L.M. Montgomery



Silas Bronson Library
Something for Everyone

POR FAVOR CONTACTE CON SILAS BRONSON:
PUNTOS DE ACCESO WI-FI EN CASA AYUDA INFORMÁTICA PERSONALIZADA Con cita 203-574-8225, bronsonlibrary.org/programs SERVICIO DE ENTREGA A DOMICILIO bronsonlibrary.org/homedelivery.

email bronsonlibrary@waterburyct.org

= Pintar con Silvia =



Viernes, 6 de septiembre - 27 de septiembre



(No hay clases el 20 de septiembre)

11:30 a. m. ~ 1:30 p. m. ~ \$2

[Por favor regístrate](#)

Mesa redonda de Mandy DuPont

Tema: Para prepararse ante las tormentas

Jueves 12 de septiembre - 12:30 p.m.

[Por favor regístrese](#)

Un agradecimiento especial a B.R.A.S.S. por financiar
Yoga en silla 1 y Yoga en silla 2



Coro - Todos pueden cantar

Jueves 12 de septiembre

[Por favor regístrate](#)



B.R.A.S.S. Tai Chi

Una nueva clase de Tai Chi de 12 semanas impartido por Matt Dempsey

Miércoles 4 de septiembre - 20 de noviembre

1:00p a 1:45p

~ [Por favor regístrate](#) ~

Patrocinado por B.R.A.S.S.



¡Feliz cumpleaños a nuestras bebés de septiembre !



Thomaston Savings Bank Senior Fraud Workshop



Thomaston Savings Bank will present their financial fraud workshop on **Thursday, Sept 26th at 12:30pm**. This workshop will help you be aware of red flags and prospective fraud attacks.

~ Please Sign Up ~

WISEWOMAN Workshop

Thurs, Sept 5 - 12:30p

Topic: *The Power of Now*

~ Please Sign Up ~



Happy Birthday to our September Babies!



A Special Thank You to B.R.A.S.S. for funding
Chair Yoga 1 & Chair Yoga 2



The "Farm Bag"

The Waterbury Senior Center is fortunate to collaborate with local farmers to bring farm fresh products to our seniors. The products vary monthly. Past distributions have included: butter, eggs, cheese, jam, meat, and a variety of vegetables. This is a monthly food distribution. To benefit from this food distribution, you must sign-up each month on your calendar. This event is usually held on a Wednesday from 10:00-12:00. Please bring a sturdy bag to hold your items. *Please Sign up.*



CITY MISSION

City Mission is a Waterbury based non-profit that provides non-perishable food items monthly to our seniors. We are very fortunate to have City Mission assist our seniors with food insecurity. This food distribution is held in the main room of the senior center. Bags are distributed in the order that people signed up. If you would like to benefit from this generous food distribution, *please sign-up each month.*

Incontinence Supplies

The Waterbury Senior Center is partnering with NOW Inc. to start an adult incontinence product bank here at the center. There will be a sign-up sheet in the office. There is a 2-product limit per month. We do not know what supplies we will be getting each month. Products will be distributed monthly from the sign-up list. Please see Maggie for more information. *Please sign up.*

Last call for farmer's market debit cards as the deadline to request a card or have funds added to a card is **9/30/24**. *Eligibility Guidelines:* The individual is 60 years of age or older, **OR** is a disabled individual under the age of 60 living in housing facilities occupied primarily by older individuals where congregate nutrition services are provided. The 2024 (gross) income limits for a one and two person households are : Single person = \$27,861 annually or \$2,322 monthly or Two People = \$37,814 annually or \$3,152 monthly. Proof of income and photo ID are required.

Alimentos para combatir el colesterol

Lunes, 16 de septiembre → 12:30 p.m.
Septiembre es el Mes Nacional de Concientización sobre el Colesterol y Jessica Dorner RD demostrará alimentos y recetas que nos ayudan a luchar contra el colesterol alto. Jess preparará alimentos para combatir el colesterol y ofrecerá deliciosas muestras para probar. Habrá folletos y recetas disponibles para llevar a casa.
~Por favor regístrate~



Taller MUJER MABIA

Jueves 5 de septiembre ~
12:30 pm

Tema: El poder del ahora
Por favor regístrate

Tambor con Joyce

Jueves 5 de septiembre

Jueves 26 de septiembre

12:30 y 1:15

Por favor regístrate



La “Bolsa de la granja”

El Centro para personas mayores de Waterbury tiene la suerte de colaborar con los agricultores locales para llevar productos frescos de granja a nuestros adultos mayores. Los productos varían mensualmente. Las distribuciones anteriores han incluido: mantequilla, huevos, queso, mermelada, carne y una variedad de verduras. Esta es una distribución de alimentos mensual. Para beneficiarse de esta distribución de alimentos, debe registrarse cada mes en su calendario. Este evento generalmente se lleva a cabo un miércoles de 10:00 a 12:00. Traiga una bolsa resistente para guardar sus artículos.

City Mission es una organización sin fines de lucro con sede en Waterbury que proporciona alimentos no perecederos mensualmente a nuestros adultos mayores. Somos muy afortunados de que City Mission ayude a nuestros adultos mayores con inseguridad alimentaria. Esta distribución de alimentos se lleva a cabo en la sala principal del centro para personas mayores. Las bolsas se distribuyen en el orden en que las personas se inscribieron. Si desea beneficiarse de esta generosa distribución de alimentos, regístrate cada mes.

Suministros para la incontinencia

El Centro para personas mayores de Waterbury se está asociando con NOW Inc. para iniciar un banco de productos para la incontinencia de adultos aquí en el centro. Habrá una hoja de inscripción en la oficina. Hay un límite de 2 productos por mes. No sabemos qué suministros recibiremos cada mes. Los productos se distribuirán mensualmente de la lista de inscripción. Consulte a Maggie para obtener más información.

Última convocatoria para tarjetas de débito del mercado de agricultores, ya que la fecha límite para solicitar una tarjeta o agregar fondos a una tarjeta es el **30/9/24**. **Pautas de elegibilidad:** La persona tiene 60 años de edad o más, O es una persona discapacitada menor de 60 años que vive en instalaciones de vivienda ocupadas principalmente por personas mayores donde se brindan servicios de nutrición congregados. Los límites de ingresos (brutos) de 2024 para hogares de una y dos personas son: Persona soltera = \$ 27,861 anuales o \$ 2,322 mensuales o Dos personas = \$ 37,814 anuales o \$ 3,152 mensuales. Se requiere comprobante de ingresos y una identificación con fotografía.

Free Transportation through the Waterbury Senior Shuttle Program

Do you need a ride? The Waterbury Senior Shuttle Program is open to all City of Waterbury residents aged 60 years and older. All shuttle riders are required to have a Senior Shuttle ID card which may be obtained by calling 203-346-3810 ext. 7274. To Schedule a Ride please call 1 (800) 757-7782. Non-medical rides can be scheduled up to three (3) days in advance and medical appointments can be made up to one (1) month in advance. You must call between the hours of 9:00 a.m. and 12:00 p.m. to schedule a ride.

Transporte gratuito a través del programa Waterbury Senior Shuttle

¿Necesitas que te lleven? El programa Waterbury Senior Shuttle está abierto a todos los residentes de la ciudad de Waterbury mayores de 60 años. Todos los pasajeros del servicio de transporte deben tener una tarjeta de identificación de Senior Shuttle que se puede obtener llamando al 203-346-3810 ext. 7274. Para programar un viaje, llame al 1 (800) 757-7782. Los viajes no médicos se pueden programar con hasta tres (3) días de anticipación y las citas médicas se pueden programar con hasta un (1) mes de anticipación. Deberá llamar entre las 9:00 a. m. y las 12:00 p. m. para programar un viaje.



Animeals

Looking for assistance with cat and/or dog food? Look no further. Animeals is here to help! Animeals is a program through Now Inc. that provides dog food, cat food, and cat litter at no cost to you. (Limit 2 pets per household). This is a wonderful program for our beloved pets!

Please see Maggie to sign-up



Animeals

¿Busca ayuda con la comida para perros y/o gatos? No busque más. ¡Animales está aquí para ayudarte! Animeals es un programa a través de Now Inc. que proporciona comida para perros, comida para gatos y arena para gatos sin costo alguno para usted. (Límite de 2 mascotas por grupo familiar). ¡Este es un programa maravilloso para nuestras queridas mascotas!

Por favor, consulte con Maggie para registrarse.



Waterbury Home Energy Action Campaign kicked off Round 2 of Clean Water Action and Clean Water Fund's campaign to help Waterbury residents learn about and sign up for free energy efficiency services.

Energy efficiency services help you save money on energy bills and make homes more comfortable. A contractor will review your home's energy performance, implement on-the-spot improvements, and show you how to save money and energy year-round. The visit includes a blower door test, a health and safety check, a comprehensive energy report, and instant savings measures, including air sealing and installation of water-saving devices.

This service is offered at no cost for income-eligible residents and for a \$75 co-pay for all other customers. The average value of the products and services received is \$950, and the average household saves \$180 per year after the initial visit, and even more if additional weatherization recommendations are completed. 203-292-8088

La Campaña de Acción Energética en el Hogar de Waterbury inició la Ronda 2 de la campaña Clean Water Action y Clean Water Fund para ayudar a los residentes de Waterbury a conocer e inscribirse en servicios gratuitos de eficiencia energética.

Los servicios de eficiencia energética ayudan a los residentes a ahorrar dinero en facturas de energía y hacer que los hogares sean más cómodos. Un contratista revisará el rendimiento energético de su hogar, implementará mejoras en el momento y le mostrará cómo ahorrar dinero y energía durante todo el año. La visita incluye una prueba de puerta automática, un control de salud y seguridad, un informe energético completo y medidas de ahorro instantáneo, incluido el sellado de aire y la instalación de dispositivos de ahorro de agua.

Este servicio se ofrece sin costo para residentes con ingresos elegibles y con un copago de \$75 para todos los demás clientes. El valor promedio de los productos y servicios recibidos es de \$950, y el hogar promedio ahorra \$180 por año después de la visita inicial, y aún más si se completan recomendaciones adicionales de climatización.



Waterbury Senior Center “Housekeeping”

Welcome to the City of Waterbury Senior Center. We are a social center. Please treat everyone in a kind & respectful manner. Kindness rubs off & good manners never go out of style!

*****You must sign up for all events, classes, trips, lunch & parties. *** Highlight what you want on a calendar, put it in the bin on the wall. We will enter the classes you want into the computer & put the completed calendar in the alphabetized racks in the computer hallway. *****

Sign Up Requirements: 60+ years of age & a Waterbury resident. Please bring a photo ID with you.

Newspapers can be taken home at 2pm, when we close.

If you know of any member who has passed away, please let us know.

Remember: No open cups of liquid on the floor.

You must wear sneakers or athletic shoes for the fitness room or exercise classes, unless the instructors allow other footwear.

Please be sure all of your information is up to date - if you moved, changed phone numbers, email or your emergency contact, please let us know.

With the exception of milk & bread, Café Lunch food **cannot** be removed from the senior center.

Please be considerate - During classes or presentations, turn off or silence your phone.

Please Note: If you do not attend a class, you do not receive any of the give-a-ways.

No Saving Seats ... First Come First Served ...

Pet food/litter is limited to 2 per family. For pet food/litter, please call Maggie 203-574-6746.

If class times overlap, please pick **ONE** class.

DONATIONS

If anyone would like to donate to the senior center, we are in need of: Decafe, Wrapped Snacks, Lysol Wipes, gallon Ziploc bags & disposable gloves. Also, we could use white Christmas lights for the lounge... *Thank you!*



A special Thank You to Veronica Abreu & Peter Wittko for donations to our “Snack Closet”, Beth Chmielewski for craft supplies. Thank you to everyone for bringing to us baked goods, chips, sandwiches, drinks, pet food, snacks, kitchen items & crafting supplies. We are so blessed to have so many people care about us!

All Events/Activities Subject to Change
You Must Sign Up for ALL Activities

“Limpieza” del Centro para personas mayores de Waterbury

Bienvenido al Centro para personas mayores de la ciudad de Waterbury. Somos un centro social. Trate a todos de manera amable y respetuosa. ¡La amabilidad se contagia y los buenos modales nunca pasan de moda!

***Debes inscribirte para todos los eventos, clases, viajes, almuerzos y fiestas. *** Resalte lo que quiera en un calendario, póngalo en el contenedor de la pared. Ingresaremos las clases que desee en la computadora y colocaremos el calendario completo en los estantes ordenados alfabéticamente en el pasillo de la computadora. ***

Requisitos de registro: mayor de 60 años y residente de Waterbury. Por favor traiga una identificación con fotografía.

Los periódicos se pueden llevar a casa a las 2pm, cuando cerramos.

Si conoce algún miembro que haya fallecido, háganoslo saber.

Recuerde: No se permiten vasos abiertos con líquido en el suelo.

Debes usar zapatillas o calzado deportivo para el gimnasio o las clases de ejercicios, a menos que los instructores permitan otro calzado.

Asegúrese de que toda su información esté actualizada: si se mudó, cambió de número de teléfono, correo electrónico o su contacto de emergencia, infórmenos.

Con excepción de la leche y el pan, la comida del Café Lunch no se puede retirar del centro para personas mayores.

Sea considerado: durante las clases o presentaciones, apague o silencie su teléfono.

Tenga en cuenta: si no asiste a una clase, no recibirá ninguno de los obsequios.

No se ahorran asientos... Por orden de llegada...

La comida y la arena para mascotas se limitan a 2 por familia.

Para comida o arena para mascotas, llame a Maggie al 203-574-6746.

Si los horarios de clases se superponen, elija UNA clase.

DONACIONES

Si alguien desea donar al centro para personas mayores, necesitamos: Descafeinado, snacks envueltos, bolsas Ziploc de un galón oallitas Lysol y guantes desechables ... *También podríamos utilizar luces navideñas blancas para el salón.* ¡Gracias!



Un agradecimiento especial a Verónica Abreu y Peter Wittko por las donaciones a nuestro “Snack Closet”, Beth Chmielewski para suministros de manualidades. Gracias a todos por traernos productos horneados, papas fritas, sándwiches, bebidas, comida para mascotas, refrigerios, artículos de cocina y materiales para manualidades. ¡Somos muy afortunados de que tanta gente se preocupe por nosotros!

Todos los eventos/actividades sujetos a cambios
Debes inscribirte en TODAS las actividades

MUNICIPAL AGENT PAGE

PURA/EVERSOURCE

The Connecticut Public Utilities Regulatory Authority (PURA or the Authority) today is advising Eversource Energy (Eversource) residential and business customers of changes to standard service generation rates that become effective July 1, 2024, through December 31, 2024, and changes to various other bill charges known as the Rate Adjustment Mechanism (RAM) components that become effective July 1, 2024, through April 30, 2025. On average, electricity rates starting July 1 will increase by less than 4% for typical Eversource residential customers using an average of 700 kilowatt-hours (kWh) of electricity a month. However, a customer's total bill may increase or decrease depending on individual energy usage each month.

The following electric supply rates will be in effect for residential electric standard service customers starting July 1: The Eversource standard service rate will be 8.99 cents per kWh, down from 14.71 cents in the first half of 2024.

Standard service generation rates – or the “supply” portion of a customer's bill – are adjusted twice each year in January and July, based on a competitive bidding process, and reflect regional wholesale electricity market prices. Ratepayers can compare Eversource standard service generation rates to licensed third-party electric suppliers' current offers on Connecticut's official generation rate board at www.energizect.com.

CHOICES

CHOICES is Connecticut's State Health Insurance assistance Program. Free and unbiased services are provided to Medicare-eligible individuals, families, and caregivers of all ages and income levels. One-on-one benefits counseling on all parts of Medicare, including Original Medicare (Parts A and B) Medicare Advantage (Part C), Medicare Supplement, and Prescription Drug Coverage (Part D), Enrollment assistance and plan comparisons for Medicare Advantage and standalone Part D plans, Eligibility Screening and application assistance with cost-assistance programs including Medicaid, the Medicare Savings Program, the Low-Income Subsidy/Extra Help Program. To receive assistance please contact the CHOICES Dept at the Western CT Area Agency on Aging at 203-757-5449 EXT 134.

CT Energy Assistance Program (CEAP)

The Connecticut Energy Assistance Program helps Connecticut residents afford to heat their homes. Proof of income for all household members, copies of utility bills, Renters must show copies of their rent receipts or lease, names, date of births and social security numbers for all household members. To schedule an appointment please call the Energy Division at (203) 756-8151 in Waterbury or email Energy@NewOpplnc.org.

Household of 1 = \$41,553 Annually

Household of 2 = \$54,338 Annually

RENTER'S REBATE

Renter's Rebate is a Government program where you may be eligible for a rent rebate check. The applications are open now until Sept 30, 2024. Income guidelines are a maximum of \$43,800 if you are single and \$53,400 for married couples. Rebate checks range up to a maximum of \$700. Payment checks will be processed by Nov 30.

Paperwork needed:

- Taxes, if filed
- W-2's, if worked
- All 1099's
- Social Security
- Letter from landlord stating the total amount of rent you paid in 2023

If you pay utilities (water, oil, gas, etc.) you will need a letter from the provider stating how much you paid for the year 2023

Please contact Maggie with any questions or to make an appointment. 203-574-6746 ext. 7107

PÁGINA DEL AGENTE MUNICIPAL

MiCasaCT

El programa MyHomeCT ofrecerá subvenciones de asistencia (hasta \$50,000) que pueden restablecer ("ponerse al día"), proporcionar hasta 12 meses de pagos futuros o una combinación de ambos a propietarios de viviendas elegibles de Connecticut que hayan sufrido una crisis financiera. dificultades como resultado de la pandemia de COVID-19. Los gastos calificados para cualquiera de los programas pueden incluir: impuestos sobre bienes raíces (Gran Lista de 2018 en adelante), seguro de propietarios de viviendas y seguro contra inundaciones, embargos de agua y alcantarillado, pagos de arrendamiento de terrenos o lotes, cuotas de condominios y/o asociaciones de propietarios, cuotas de condominios y/o propietarios de viviendas. 'evaluaciones especiales de la asociación, honorarios que fueron adelantados por el administrador de préstamos/la compañía hipotecaria en nombre de un solicitante con una hipoteca inversa. Si tiene alguna pregunta o para presentar una solicitud, comuníquese con el centro de llamadas de MyHomeCT al 1- (877) 894-4111 (de lunes a viernes, de 10 a. m. a 8 p. m. EST)

OPCIONES

¿Qué son las OPCIONES? CHOICES es el programa de asistencia de seguro médico estatal de Connecticut. Se brindan servicios gratuitos e imparciales a personas, familias y cuidadores elegibles para Medicare de todas las edades y niveles de ingresos. Asesoramiento personalizado sobre beneficios en todas las partes de Medicare, incluido Medicare Original (Partes A y B), Medicare Advantage (Parte C), Suplemento de Medicare y cobertura de medicamentos recetados (Parte D), asistencia con la inscripción y comparaciones de planes para Medicare Advantage y planes independientes de la Parte D, evaluación de elegibilidad y asistencia con la solicitud con programas de asistencia de costos que incluyen Medicaid, el Programa de Ahorros de Medicare y el Programa de Ayuda Adicional/Subsidio para Bajos Ingresos. Para recibir asistencia, comuníquese con el Departamento de CHOICES de la Agencia sobre Envejecimiento del Área Occidental de CT al 203-757-5449 EXT 134.

Programa de asistencia energética de CT (CEAP)

El Programa de Asistencia Energética de Connecticut ayuda a los residentes de Connecticut a permitirse el lujo de calentar sus hogares. Comprobante de ingresos de todos los miembros del hogar, copias de facturas de servicios públicos. Los inquilinos deben mostrar copias de sus recibos de alquiler o contrato de arrendamiento, nombres, fechas de nacimiento y números de seguro social de todos los miembros del hogar. Para programar una cita, llame a la División de Energía al (203) 756-8151 en Waterbury o envíe un correo electrónico a Energy@NewOpplnc.org. Hogar de 1 = \$41,553 Anual Hogar de 2 = \$54,338 Anual

REEMBOLSO DEL INQUILINO

El reembolso para inquilinos es un programa gubernamental en el que usted puede ser elegible para recibir un cheque de reembolso de alquiler. Las solicitudes están abiertas ahora hasta el 30 de septiembre de 2024. Las pautas de ingresos son un máximo de \$43,800 si es soltero y \$53,400 para parejas casadas. Los cheques de reembolso varían hasta un máximo de \$700. Los cheques de pago se procesarán antes del 30 de noviembre. Papeleo necesario: Impuestos, si se presentan W-2, si funcionó Todos los 1099 Seguridad Social Carta del propietario indicando el monto total del alquiler que pagó en 2023 Si paga servicios públicos (agua, petróleo, gas, etc.) necesitará una carta del proveedor indicando cuánto pagó para el año 2023.

Comuníquese con Maggie si tiene alguna pregunta o para programar una cita. 203-574-6746 extensión. 7107



August 2024





September 2024 Calendar




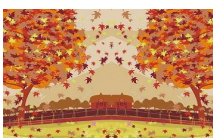


MONDAY	TUESDAY	WEDNESDAY	THURSDAY	FRIDAY
 HAPPY LABOR DAY CLOSED	10a=B/P 9:30a=Health Worker 9:30a=Chair Yoga I 10:30a=Chair Yoga II 11:30a=Café Lunch 12:30p=Bingo No Farmers Market	10a=Massage 10a=BCH Nutrition 11a=BRASS Crochet 1p-1:45p=BRASS Tai Chi No Stretch & Tone	10a-11:30a=BRASS Quilting 11a=Poker 11:30a=Café Lunch 12:30p=Wisewoman 12:30p=Drum 1 1:15p=Drum 2	9:30a=BRASS Chair Strength 11a=Computer Class 10a=Tech Help 11a=Paint w/Silvia \$2
10a=BRASS Paint \$2 11a=BRASS Zumba 11a=Setback 12p=Sr. Ctr. Meeting	10a=B/P 9:30a=Health Worker 9:30a=Chair Yoga I 10:30a=Chair Yoga II 10a=Farmers Mkt 11:30a=Café Lunch 12:30p=Bingo	9:30a=Stretch/Tone 10a=BCH Nutrition 10a=Farm Bag 11a=BRASS Crochet 1p-1:45p=BRASS Tai Chi	10a-11:30a=BRASS Quilting 10a=Chorus 11a=Poker 11:30a=Café Lunch 12:30p=Mandy Dupont Roundtable	9:30a=BRASS Chair Strength 10a=Tech Help 11a=Computer Class 11a=City Mission Grocery Bag 11a=Paint w/Silvia \$2
10a=BRASS Paint \$2 11a=BRASS Zumba 11a=Setback 12:30p=Jessica Dorner Nutrition	10a=B/P 9:30a=Health Worker 9:30a=Chair Yoga I 10a=Farmers Mkt 10a=SBL Books 10:30a=Chair Yoga II 11:30a=Café Lunch 11:30a=Reflexology 12:30p=Bingo	9:30a=Stretch/Tone 10a=BCH Nutrition 10a=Massage 11a=BRASS Crochet 1p-1:45p=BRASS Tai Chi	10a-11:30a=BRASS Quilting 10a=Chorus 11a=Poker 11:30a=Café Lunch 12:30p=AARP-Electric Choices 12:30p=New Opp/Sr. Dine	NO ACTIVITIES 11a to 1p Please Sign Up \$5/pp 
10a=BRASS Paint \$2 11a=BRASS Zumba 11a=Setback 12:30p=Cedreya Lanier Nutrition	10a=B/P 9:30a=Health Worker 9:30a=Chair Yoga I 10a=Farmers Mkt 10:30a=Chair Yoga II 11:30a=Café Lunch 12:30p=Bingo	9:30a=Stretch/Tone 10a=BCH Nutrition 10a=Dolce 11a=BRASS Crochet 12:30p=Cards & Crafts 1p-1:45p=BRASS Tai Chi	10a-11:30a=BRASS Quilting 10a=Chorus 11a=Poker 11:30a=Café Lunch 12:30p=Thomaston Sav Bank-Fraud 12:30p=Drum 1 1:15p=Drum 2	9:30a=BRASS Chair Strength 10a=Tech Help 11a=Virtual Reality 11a=Paint w/Silvia 11:30a=Reiki
10a=BRASS Paint \$2 11a=BRASS Zumba 11a=Setback 12:30p=Dealing with Aging Lunch & Learn by Lutheran Home	Pool Room & Computer room open 9a-2p Dominoes 9a-2p Wii Bowling Daily-9a		New Opp will be here on the 3rd Thursday of the month from 12:30pm to 1pm to register or renew your Senior Dine cards.	



Calendario Septiembre 2024



LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
<p>2</p> <p>CERRADA</p> 	<p>3</p> <p>10a=B/P 9:30a=Trabajador de la salud 9:30a=Yoga I No Mercado de agricultores 10:30a=Yoga II 11:30a=Almuerzo 12:30p=Bingo</p>	<p>4</p> <p>10a=Masaje 10a=Nutrición BCH 11a= BRASS Ganchillo 1p-1:45p=BRASS TaiChi No Estiramiento/Tono</p>	<p>5</p> <p>10a-11:30a=BRASS Acolchado 11a=póquer 11:30a=Almuerzo Café 12:30p=Mujer Sabia 12:30p=Tambor 1 1:15p=Tambor 2</p>	<p>6</p> <p>9:30a=BRASS Fuerza de la silla 11a=Clase de Computación 10a=Ayuda técnica 11a=Pintar con Silvia \$2</p>
<p>9</p> <p>10a=BRASS Pintura \$2 11a=BRASS Zumba 11a=Retroceso 12p=Reunión del centro sénior</p>	<p>10</p> <p>10a=B/P 9:30a=Trabajador de la salud 9:30a=Yoga I 10a=Mercado de agricultores 10:30a=Yoga II 11:30a=Almuerzo 12:30p=Bingo</p>	<p>11</p> <p>9:30a=Estiramiento/Tono 10a=Nutrición BCH 10a=Bolsa de granja 11a= BRASS Ganchillo 1p-1:45p=BRASS TaiChi</p>	<p>12</p> <p>10a-11:30a=BRASS Acolchado 10a=Coro 11a=póquer 11:30a=Almuerzo Café</p>	<p>13</p> <p>9:30a=BRASS Fuerza de la silla 10a=Ayuda técnica 11a=Clase de Computación 11a=City Mission Bolsa de la compra 11a=Pintar con Silvia \$2</p>
<p>16</p> <p>10a=BRASS Pintura \$2 11a=BRASS Zumba 11a=Retroceso 12:30p=Jessica Dornier. Batidos</p>	<p>17</p> <p>10a=B/P 9:30a=Trabajador de la salud 9:30a=Yoga I 10a=Mercado de agricultores 10a=SBL libros 10:30a=Yoga II 11:30a=Almuerzo 11:30a=Reflexología 12:30p=Bingo</p>	<p>18</p> <p>9:30a=Estiramiento/Tono 10a=Masaje 10a=Nutrición BCH 11a= BRASS Ganchillo 1p-1:45p=BRASS TaiChi</p>	<p>19</p> <p>10a-11:30a=BRASS Acolchado 10a=Coro 11a=póquer 11:30a=Almuerzo Café 12:30p=AARP-Opciones eléctricas 12:30p=Nuevo/Sr. Tuyo</p>	<p>20</p> <p>SIN ACTIVIDADES 11a a 1p Por favor registre \$5 por persona</p> 
<p>23</p> <p>10a=BRASS Pintura \$2 11a=BRASS Zumba 11a=Retroceso 12:30p=Cedreya Lanier Nutrición</p>	<p>24</p> <p>10a=B/P 9:30a=Trabajador de la salud 9:30a=Yoga I 10a=Mercado de agricultores 10:30a=Yoga II 11:30a=Almuerzo 12:30p=Bingo</p>	<p>25</p> <p>9:30a=Estiramiento/Tono 10a=Dolce 10a=Nutrición BCH 11a= BRASS Ganchillo 12:30p= Tarjetas y manualidades 1p-1:45p=BRASS TaiChi</p>	<p>26</p> <p>10a-11:30a=BRASS Acolchado 10a=Coro 11a=póquer 11:30a=Almuerzo Café 12:30pm=Thomaston Savings Bank: fraude</p>	<p>27</p> <p>9:30a=BRASS Fuerza de la silla 10a=Ayuda técnica 11a=Realidad virtual 11a=Pintar con Silvia \$2 11:30a=Reiki</p>
<p>30</p> <p>10a=BRASS Pintura \$2 11a=BRASS Zumba 11a=Retroceso 12:30p:Almuerzo y aprendizaje sobre cómo afrontar el envejecimiento a cargo de Lutheran Home</p>			<p>New Opp estará aquí el tercer jueves de cada mes desde las 12:30 p. m. hasta la 1:00 p. m. para registrar o renovar sus tarjetas Senior Dine.</p> 	



September 2024 Menu



MONDAY	TUESDAY	WEDNESDAY	THURSDAY	FRIDAY
<p>Café Lunch served 11:30a to 12:30p Tuesday & Thursday</p> <p>All menus are subject to change</p>	<p>3</p> <p>Swiss steak Brown Rice Dinner roll Mandarin oranges</p>		<p>5</p> <p>Cream of Broccoli soup Tossed salad Turkey salad Chopped egg Shredded cheese English pea salad</p>	<p><u>Salad bar cont.</u></p> <p>Black bean & corn salad Rye bread Pineapple tidbits Cookie</p>
<p><u>SALAD BAR</u> Thurs, Sept 5</p>	<p>10</p> <p>BBQ chicken leg Mac & cheese Coleslaw Rye bread Fruit juice Vanilla pudding</p>		<p>12</p> <p>Split pea soup Chef Salad (lettuce, tomatoes, carrots, tur- key, ham, egg, cheese, Ranch dressing) Dinner roll Mandarin oranges</p>	<p>PLEASE NOTE Aids & Guests are asked to pay \$8.40 for lunch. That is what the WSC pays New Opp for lunch.</p>
	<p>17</p> <p>Potato-cruste Pollock Roasted potatoes Coleslaw White bread Applesauce</p>		<p>19</p> <p>Cream of Mushroom soup Apricot mustard pork Whipped potatoes Vanilla pudding Fruit juice</p>	<p>We are unable to use our funding to pay for lunch- es of individuals under the age of 60</p>
	<p>24</p> <p>Chicken Stir fry Brown rice Green beans Rye bread Applesauce</p>		<p>26</p> <p>Corn chowder Bourbon chicken thigh Broccoli Wheat bread Cookie Fruit juice</p>	<p>Suggested Donation for Seniors \$4.00</p>

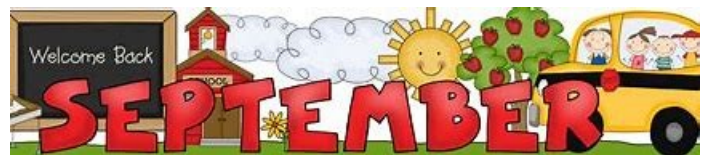




Menú Septiembre 2024



LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
<p>Café Almuerzo servido 11:30 a 12:30 Martes & Jueves Todos los menús son sujeto a cambios</p>	<p>3 Bistec suizo Arroz integral Panecillo Mandarinas</p>		<p>5 Crema de broccoli Ensalada mixta Ensalada de pavo Huevo picado Queso rallado Ensalada de guisantes inglesa</p>	<p>Barra de ensaladas (continuación) Ensalada de frijoles negros y maíz Pan de centeno Trozos de piña Galleta</p>
<p>BARRA DE ENSALADAS Jueves 5 de septiembre</p>	<p>10 Muslo de pollo a la barbacoa Macarrones con queso Ensalada de col Pan de centeno Jugo de frutas Pudín de vainilla</p>		<p>12 Sopa de guisantes partidos Ensalada del chef (lechuga, tomates, zanahorias, pavo, jamón, huevo, queso, aderezo ranch) Panecillo para la cena Mandarinas</p>	<p>TENGA EN CUENTA Se pide a los asistentes e invitados que paguen \$8.40 por el almuerzo. Eso es lo que el WSC le paga a New Opp por el almuerzo.</p>
	<p>17 Papas con costra Abadejo Salsa tártara Patatas asadas Ensalada de col Pan blanco Compota de manzana</p>		<p>19 Crema de champiñones Cerdo con albaricoque y mostaza Papas batidas Pudín de vainilla Jugo de frutas</p>	<p>No podemos utilizar nuestros fondos para pagar los almuerzos de personas menores de 60 años.</p>
	<p>24 Pollo salteado Arroz integral Judías verdes Pan de centeno Compota de manzana</p>		<p>26 Sopa de maíz Muslo de pollo al bourbon Brócoli Pan de trigo Galleta Jugo de frutas</p>	<p>Sugirió Donación para personas mayores \$4.00</p>





Membership Registration

Mail to: Waterbury Senior Center, 1985 East Main Street, Waterbury, CT 06705
Phone = (203) 574-6746 -- Fax = (203) 574-8636

Waterburyct.org, Facebook=Waterbury Senior Center, Instagram = seniorcenter1985

Name/Nombre: _____

Address/Direccion: _____

Town, Zip Code/Pueblo, Codigo de Correro: _____

Home Phone: _____ **DOB/FED:** _____ **Gender/Genero** _____

Cell Phone/Numero de Telefono: _____

Email/Correo Electronico: _____

Are you a Veteran or Spouse of a Veteran? / Eres un Veterano o la esposa de un veteran?

Yes No

Race/Raza: Caucasian African-American/Black Asian/Pacific Islander

Hispanic/Latino **Other** **Native American**

Marital Status _____

Emergency Contact & Relation _____

(Contacto de emergencia y la relacion)

Phone Number/Numero de Telefono: _____

PHOTO CONSENT AND RELEASE/ Consentimiento De Fotos

The undersigned does hereby promise, consent and agree that the City of Waterbury or its employees, agents or representatives, may photograph the undersigned with television, video, movie or still camera. The pictures & any statements or voice recordings made at the time of photography or in connection with the photography may be processed in any manner and by whatever method or combination of methods that WSC elects, unless restrictions on use are specified herein. Furthermore, the undersigned agree(s) to waive any right or claim they might have to any compensation, fees or other benefits by use or reuse of the video/photograph and the undersigned hereby releases the City from any claim or demands for compensation or liability arising from said use of or publication of said pictures anywhere and in perpetuity. Restrictions: None. **A copy of your photo id is required for proof of residency & age.**

Name/Nombre

Signature/Firma (client/responsible party)

Date/Fecha