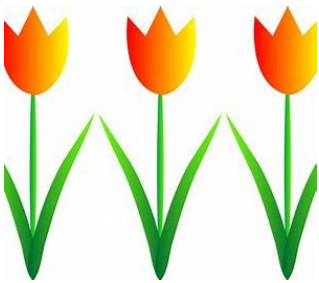


NOMBRE:



Calendar de Marzo 2026



LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
2 9a = Impuestos de AARP 10a = Pintura BRASS \$2 11a = Zumba BRASS 11a=Retroceso 12p=Reunión personas mayores Invitados: Essential Homecare, HOME programa, crédito fiscal para vivienda	3 9:30a=Yoga 1 9:30a=Trabajadora de salud 10a=B/P 10:30a=Yoga 2 11:30a=Almuerzo Café 11:30a=Yoga 3 12:30a=Bingo	4 9:30a=Estirar y Tonificar 9:30a-11:30a= Scrap-booking en el Museo Matt \$3 10a=Nutrición BCH 11a=BRASS Ganchillo 12:30p-2= Monitoreo de mi salud (1)	5 10a=BRASS Acolchado 10:30a=Ukulele 11a=Póker 11:30a=Almuerzo Café <i>Sin los años de la sabiduría</i>	6 11a-2p= Celebración del Mes de la Historia Afroamericana Sin actividades \$20 por persona 
9 9a = Impuestos de AARP 10a=Pintura BRASS \$2 11a=Zumba BRASS 11a=Retroceso 12:30p= Ortopédico	10 9:30a=Yoga 1 10a=B/P 10:30a=Yoga 2 11:30a=Almuerzo Café 11:30a=Yoga 3 12:30p=Bingo	11 9:30a=Estirar y Tonificar 10a=Nutrición BCH 11a=BRASS Ganchillo 11a=Tamborileo con Debra 12:30p-2= Monitoreo de mi salud (2)	12 10a=BRASS Acolchado 10:30a=Ukulele 11a=Póker 11:30a=Almuerzo Café 12:30p=Mandy Dupont	13 9:30a=BRASS Fuerza de la silla 10a=Ayuda técnica 11a=Clase de computación 11a=Pintura con Silvia \$2 11a=City Mission <i>Sin Costura</i>
16 9a = Impuestos de AARP 10a=Pintura BRASS \$2 11a=Zumba BRASS 11a=Retroceso	17 Fiesta del Día de San Patricio 10am a 12pm \$5 por persona SIN ACTIVIDADES 	18 9:30a=Estirar y Tonificar 10a=Nutrición BCH 11a=BRASS Ganchillo 11a=Servicios de Ingresos 12:30p-2= Monitoreo de mi salud (3)	19 10a=BRASS Acolchado 10:30a=Ukulele 11a=Póker 11:30a=Almuerzo Café 12:30p=Inscripción para la comida para personas mayores	20 9:30a=AARP Conductor seguro 9:30a=BRASS Fuerza de la silla 10a=Hora del café para veteranos 10a=Ayuda técnica 11a=Clase de computación 11a=Pintura con Silvia \$2 11:30a=Reflexología 12:30p-2p=Costura
23 9a = Impuestos de AARP 10a=Pintura BRASS \$2 11a=Zumba BRASS 11a=Retroceso 12:30p=WCAAA Navegación de servicio	24 9:30a=Yoga 1 10a=B/P 10:30a=Yoga 2 11:30a=Almuerzo Café 11:30a=Yoga 3 12:30p=Bingo	25 9:30a=Estirar y Tonificar 10a=Nutrición BCH 11a=BRASS Ganchillo 11a=Sanación con sonido 12:30p-2= Monitoreo de mi salud (4)	26 10a=BRASS Acolchado 10:30a=Ukulele 11a=Póker 11:30a=Almuerzo Café 12:30p=Jessica Dornier Pruébalo el Jueves	27 9:30a=BRASS Fuerza de la silla 9:30a-1:30p=Exámenes de salud bucal 10a=Ayuda técnica 11a=Realidad Virtual 11a=Pintura con Silvia \$2 12:30p-2p=Costura
30 9a = Impuestos de AARP 10a=Pintura BRASS \$2 11a=Zumba BRASS 11a=Retroceso 12:30p=84 New Mix	31 9:30a=Yoga 1 10a=B/P 10:30a=Yoga 2 11:30a=Almuerzo Café 11:30a=Yoga 3 12:30p=Bingo			



Menú Marzo 2026



LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
Café Almuerzo servido 11:30 a 12:30 Martes & Jueves Todos los menús son sujeto a cambios	3 Filete suizo Papas rojas Verduras Capri Pan de centeno Melocotones en cubos		5 Sopa de maíz Carne de tacos Verduras para fajitas Tortilla de harina Fruta de temporada Salsa para tacos/ crema agria	Sugirió Donación para personas mayores \$4.00
	10 Pollo con hierbas Arroz integral confeti Verduras Capri Pan de centeno Peras en cubos		12 Carne en conserva Repollo Papas rojas bliss Zanahorias glaseadas Pan de centeno Gelatina de lima con frutas Zumo de frutas	TENGA EN CUENTA Se pide a los asistentes e invitados que paguen \$9.73 por el almuerzo. Eso es lo que el WSC le paga a New Opp por el almuerzo
	17 Fiesta del día de San Patricio 		19 Sopa de frijoles ne- gros/crx Pollo picante Plátanos machos Tortilla de harina Duraznos picados	No podemos utilizar nuestros fondos para pagar los almuerzos de personas menores de 60 años
	24 Hamburguesa con pan Queso americano Patatas fritas Ensalada de col Kéetchup Fruta de temporada		26 Cerdo con miel y jengi- bre Arroz integral Brócoli Pan integral Galleta Zumo de frutas	
	31 Ser anunciado	