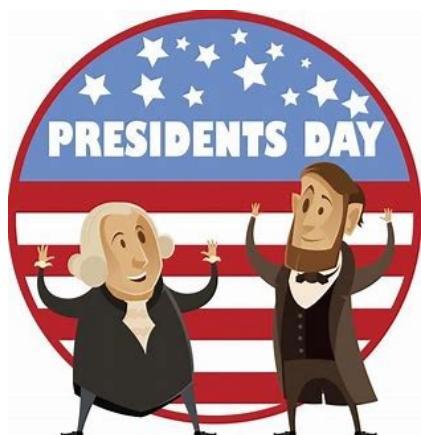
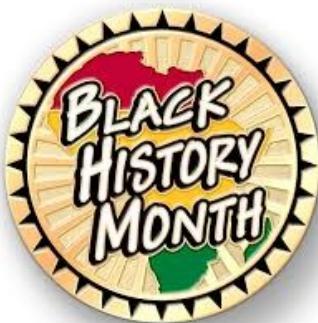




WATERBURY SENIOR CENTER



Boletín informativo de Febrero de 2025

seniorcenter1985



Instagram



Waterbury Senior Center

DIRECCIÓN: 1985 East Main Street, Waterbury, CT 06705

Teléfono: 203-574-6746 Fax: 203-574-8636

Horario: Lunes a viernes 9:00 a.m. ~ 2:00 p.m.

Bienvenidos al Centro para Personas Mayores de la Ciudad de Waterbury. Somos un centro social. Por favor, traten a todos con amabilidad, respeto y cordialidad. ¡La amabilidad se contagia y los buenos modales nunca pasan de moda! No se tolerará ningún comportamiento ofensivo hacia otros miembros o el personal. No se permite el uso indebido ni el abuso de los recursos del centro, como alimentos, material de oficina, fotocopiadora y otros materiales. (Agradecimientos a FASC - septiembre de 2025)



Gracias a las siguientes personas y organizaciones que donaron para Navidad:

Rosa Cruz LaRosa

Hijos e Hijas de Italia, Capítulo de Waterbury

Escuela Secundaria Westside
Frankie's ~ Reidville Dr.

Beth Chmielewski

Kathy Brunetti

Grace Rinaldi



Recordatorio importante:

Por favor, lleve consigo sus pertenencias personales en todo momento. Por la seguridad de todos, no deje objetos desatendidos en las zonas comunes. ¡Gracias por su colaboración!





~ TENGA EN CUENTA ~

Estaremos CERRADOS el lunes 16 y el martes 17 de febrero con motivo del cumpleaños de Lincoln y el Día de los Presidentes.

En caso de mal tiempo, sintonice el Canal 3 o consulte la página de Facebook de WSC. "Wisewoman" ahora se llama "Wisdom Years". ¡Todos son bienvenidos!

Fiesta de San Valentín

Viernes, 13 de febrero

11a-1p

Menú: Conchas rellenas

Entretenimiento: Timmy Maia

Vestimenta: Rojo o rosa

\$5.00 por persona (no reembolsable)

Su inscripción no estará confirmada hasta que pague los \$5 ~ 2 de febrero

~Sin actividades~



Inscripción al Programa de Comidas para Personas Mayores

Jueves, 19 de febrero, 12:30 p. m. Comidas para Personas Mayores es un programa de comidas en restaurantes operado por Senior Nutrition Services de New Opportunities, Inc. El programa está disponible para residentes de la zona mayores de 60 años. No se requiere un requisito de ingresos para participar.

~ Inscríbase ~

Patty Griffin, Médium

**Viernes, 27 de febrero, de 12a-2p
\$5 por persona**



Acompáñenos en una tarde de lecturas psíquicas y de mediumnidad con Patty Griffin. Patty se dedica profesionalmente a las lecturas desde 2014, aunque posee este don desde siempre.

Cupo limitado a 30 personas

Su pago anticipado de \$5 garantiza su lugar.
Inscríbase

DOLCE LLC
The Academy

Febrero Fecha por anunciar

\$2/ Por favor, regístrese

Cholesterol

Con Estevan

Lunes, 9 de febrero → 12:30p

Estevan Miranda, asesor de salud de la ciudad de Waterbury, estará presente para explicar la diferencia entre el colesterol bueno y el malo, y cómo reducirlo de forma natural. También hablará sobre los tipos de evaluaciones que se deben considerar si se tiene un alto riesgo.

~ Regístrate ~

¡Es temporada de impuestos!



AARP estará aquí solo los **lunes**, a partir del lunes 2 de febrero.

Por favor, llame para programar su cita de 45 minutos. → 203-574-6746

Manualidades con Lindsey

¡Crea un paño de cocina con temática primaveral!



**Miércoles, 11 de febrero, 12:00p
iTodos los materiales están incluidos!**

\$2.00 (pago por adelantado)

20 plazas disponibles

**Inscríbete. \$2 confirman tu inscripción
2 de febrero**

Reunión del Centro para Personas Mayores

Lunes 2 de febrero, 12:00p

Invitada: Angel Care, Caption Call

Todos los eventos/actividades sujetos a cambios

Debes inscribirte en TODAS las actividades

Reiki con Amy

Viernes 20 de febrero
\$20 por 20 minutos



El Reiki es una forma de sanación energética originaria de Japón, que se centra en la transferencia de energía vital para promover la relajación, la sanación y el equilibrio. Durante una sesión, el maestro de Reiki coloca sus manos justo encima del cuerpo, actuando como un canal para la energía, que fluye hacia donde más se necesita.

Por favor, regístrese



Reflexología con Kim

Solo por cita
27 de febrero 11:30am
20 minutos por \$25



La reflexología podal es una práctica terapéutica que consiste en aplicar presión en puntos específicos de los pies, que corresponden a diferentes órganos y sistemas del cuerpo, promoviendo la relajación y la salud en general.

Regístrese en la oficina con tiempo



Planificando el próximo capítulo



Almuerzo y charla informativa en The Village at East Farms
Viernes, 6 de febrero, de 12p a 1:30p
Únase a Randi Bellemare de The Village y a otros 4 expertos... Tracey Fiasconaro: Preparando su casa para la venta y garantizando la seguridad en su hogar
Matt Fortney, MBA: Finanzas en la jubilación
Michael Trella: Abogado
Tracy Weiss: Cuidado a domicilio
~ Regístrese ~



Jessica Dorner Nutrición

Jueves, 26 de febrero —> 12:30 p. m.
Salud cardiovascular Únase a Jessica

Dorner, dietista registrada, para una deliciosa demostración de cocina con alimentos saludables para el corazón. Inscríbase para obtener más información y probar dos recetas que Jessica preparará. Los asistentes también recibirán folletos con información nutricional y recetas para llevar a casa.

¡Regístrate!

Mesa redonda de Mandy DuPont

Tema: *¿Quién fue tu primer amor?*



18 de febrero - 12:30 p. m.

Por favor regístrese

Curso de conducción de AARP

Viernes, 20 de marzo —> 9:30a a 1:30p

\$20 para miembros de AARP

\$25 para no miembros de AARP

Escriba el cheque a nombre de AARP y délo al instructor el día de la clase

~ Regístrese ~

“Coser con Jessica”

La nueva sesión comienza el viernes 6, 20 y 27 de marzo; de 11:00 a 12:00.

~ Inscríbete ~

Coro: Todos Cantan

Jueves 5, 12, 19, 26 de febrero
10:00am a 11:00am



Nuevos miembros: Por favor, inscríbanse para empezar el primer jueves de cada mes.

~ Por favor, Inscríbete ~

Ukelele con Ted

Clases de Ukelele!
Jueves 5, 12, 19, 26 de febrero ...11:00a
~ Inscríbete ~

Clase de percusión con Deb

Miércoles, 4 de febrero 12p a 1p

Cupo limitado a 6 personas

~ Inscríbete ~

Años de Sabiduría

(anteriormente “Mujer Sabia”)

Jueves, 5 de febrero, 12:30p

Tema: “El regreso de la luz”

¡Todos son bienvenidos!

~ Inscríbete ~



TENGA EN CUENTA:

Gracias a todos por pensar en nosotros y querer donarnos. Sin embargo, no podemos aceptar prendas de vestir, zapatos, ropa de cama, velas usadas, fragancias abiertas o artículos rotos o muy usados.

Si tiene artículos que le gustaría donar, aquí hay algunas organizaciones:

Recoger Por Favor (Los Veteranos) (ellos recogerán)=1-800-775-8387

San Vicente de Paúl=203-573-9018

El Ejército de Salvación=203-754-7056

Hechos 4 Ministerio=203-574-2287

Buena voluntad=203-633-2769

Guardián canino de Waterbury = 203-574-6909

DONACIONES

Si alguien desea donar al centro para personas mayores, necesitamos: Descafeinado, refrigerios envueltos, toallitas desinfectantes Lysol, bolsas Ziploc de un galón, polvo para bebida en polvo, popotes envueltos, refrigerios envueltos y detergente para platos. ¡Gracias!

Gracias a todos por traernos productos horneados, papas fritas, sándwiches, bebidas, alimento para mascotas, refrigerios, artículos de cocina y materiales para manualidades. ¡Nos sentimos muy afortunados de que tanta gente se preocupe por nosotros!

En caso de mal tiempo, consulte las noticias del Canal 3 o nuestra página de Facebook para obtener información sobre cierres o cancelaciones de actividades.



Línea de Crisis para la Prevención del Suicidio →988

Esta línea ofrece ayuda, apoyo y recursos a residentes que puedan estar lidiando con pensamientos suicidas.

Hora del Café para Veteranos

Viernes, 20 de febrero de 2026, 10a
Todas las ramas de las Fuerzas Armadas y sus cónyuges son bienvenidos.

¡Gracias por su servicio!

~ Inscríbase ~



Silas Bronson Library
Something for Everyone

CONTACTE A SILAS BRONSON: ZONA WI-FI EN CASA

Ayuda individual con la computadora

Con cita previa 203-574-8225,
bronsonlibrary.org/programs

SERVICIO de ENTREGA a DOMICILIO
bronsonlibrary.org/homedelivery

Correo electrónico: bronsonlibrary@waterburyct.org

Clase de informática de SBL Viernes a las 11a

6 de febrero = Conceptos básicos de Internet

20 de febrero = Introducción a la IA

26 de febrero = Realidad virtual

~ Inscríbete ~

**Ayuda técnica personalizada ~ Inscríbete
2 sesiones disponibles (10a y 10:30a)**

**¿Necesitas asesoramiento
sobre beneficios?**

**Llama a WCAA 203-757-5449
¡Se requiere cita!**



Piedra de nacimiento: amatista

Flor: violetas

“Febrero, dulce y pequeño, el mejor mes de todos.”

– Eric Lies

¡Feliz cumpleaños a nuestros bebés de febrero!



Cardiología Estructural "Dispositivo WATCHMAN"

Almuerzo informativo Jueves, 19 de febrero ~ 11:30 a. m.

Vivir con fibrilación auricular puede significar tomar anticoagulantes de por vida. Y si le preocupan las caídas y las hemorragias, la preocupación lo acompaña a todas partes. Para más de 400,000 personas, esa preocupación ha desaparecido gracias al implante WATCHMAN. El implante WATCHMAN es un implante seguro, mínimamente invasivo y de una sola vez que reduce el riesgo de accidente cerebrovascular sin necesidad de tomar anticoagulantes de por vida. Tiene una alta tasa de éxito del 99 % y una baja tasa de complicaciones graves del 0.5 %.

~ Inscríbase ~



MES DE LA HISTORIA AFROAMERICANA CELEBRACIÓN

Únase a nosotros para la celebración del centenario del Mes de la Historia Afroamericana
Presentado por el Comité de Historia Afroamericana del WSC

Gladys Douglas, Presidenta;

Evelyn Brothers, Copresidenta

Viernes, 6 de marzo, de 11:00 a 2:00

\$20 al inscribirse (no reembolsable)

Venta de entradas a partir del lunes 2 de febrero

Lunes: 9:30 a 10:00

Martes: 9:30 a 11:00

Jueves/Viernes: 10:00 a 13:00

Fecha límite de inscripción: miércoles 25 de febrero

Menú: Pollo, jamón, col rizada, repollo, batatas, macarrones con queso, arroz con frijoles, panecillos y pastel

Rifa de \$10: ¡20 oportunidades de ganar!



"Limpieza" del Centro para personas mayores de Waterbury

***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 del pan, la comida del Café Lunch no se puede retirar del centro para personas mayores. Le balene beluga adulto sono bianche.

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.

CHOICES

CHOICES es el Programa de asistencia de seguros de salud del estado 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), Medicare Supplement y Cobertura de medicamentos recetados (Parte D), asistencia para la inscripción y comparaciones de planes para Medicare Advantage y planes independientes de la Parte D, evaluación de elegibilidad y asistencia para la solicitud con programas de asistencia de costos que incluyen Medicaid, el Programa de ahorros de Medicare, el Programa de subsidio para bajos ingresos/Programa de ayuda adicional. Para recibir asistencia, comuníquese con el Departamento de CHOICES en la Agencia del Área Occidental de Connecticut sobre el Envejecimiento al [203-757-5449 EXT 134](tel:203-757-5449).

City Mission. Las bolsas de alimentos de City Mission se distribuyen mensualmente a nuestros adultos mayores con inseguridad alimentaria. Si desea beneficiarse de esta generosa distribución de alimentos, inscríbase cada mes.

Suministros para la incontinencia. Se distribuyen productos para la incontinencia mensualmente. Límite de un (1) producto por mes. Consulte con Maggie.

Animals. Se distribuye comida para mascotas mensualmente. Límite de 2 mascotas por hogar. Consulte con Maggie para inscribirse.

CEAP. El programa de asistencia energética de Connecticut comienza el 2 de septiembre. Documentos requeridos: carta de concesión del Seguro Social de 2026, facturas de servicios públicos más recientes, comprobante de todos los ingresos. El estado aún no ha publicado las pautas de ingresos. Consulte con Maggie para solicitar la ayuda.

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.

Para programar un viaje, llame al (203) 275-0124. 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.

EXENCIONES FISCALES PARA PROPIETARIOS DE VIVIENDAS EN LA CIUDAD DE WATERBURY

Todo propietario de vivienda en la ciudad de Waterbury mayor de 65 años puede solicitar la Exención para Propietarios de Viviendas de la Tercera Edad/Discapacitados. Esta exención se basa en los ingresos; el ingreso máximo para una persona soltera es de \$46,300 y para una pareja casada es de \$56,500. Se debe presentar comprobante de todos los ingresos del año calendario anterior al completar la solicitud. Si el solicitante está casado, se deben proporcionar los ingresos de ambos cónyuges. Si el solicitante o los solicitantes aún presentan la declaración de impuestos federales, se requiere una copia de su declaración federal de 2025, junto con todos los documentos utilizados para elaborarla. Si ya no presentan la declaración, deben proporcionar los estados de cuenta de fin de año de todas sus fuentes de ingresos, por ejemplo, un formulario 1099 que muestre el total de la Seguridad Social recibida durante el año anterior, un estado de cuenta de fin de año de su organización de pensiones y de cualquier otra fuente de intereses percibidos. Se aceptarán solicitudes del 1 de febrero al 15 de mayo de 2026. Llame a Maggie para programar una cita al 203-574-6746. Las solicitudes se aceptarán en la Oficina del Tasador del 1 de febrero al 15 de mayo, de 9:00am a 4:00pm. Si tiene alguna pregunta, comuníquese con la Oficina del Tasador al (203) 574-6821.