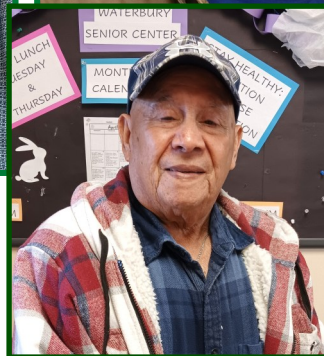
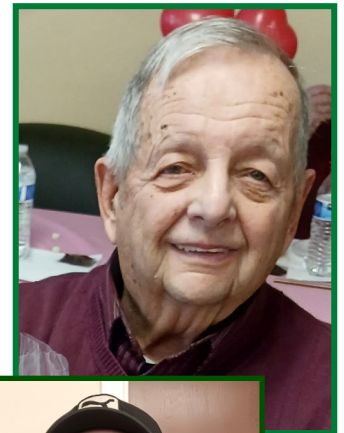
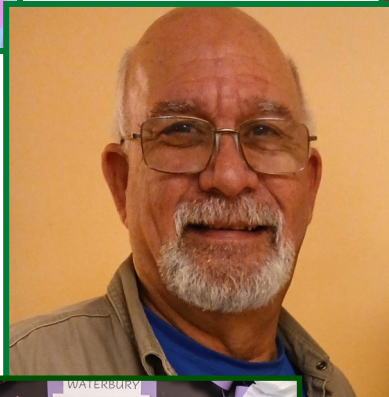
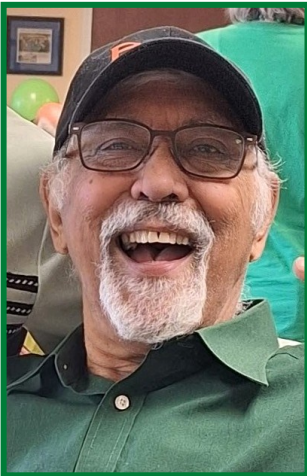




WATERBURY SENIOR CENTER



Boletín informativo de Junio de 2025

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.

seniorcenter1985



Waterbury Senior Center

Recordatorio de cancelación de clases...

Si no puede asistir a una clase en la que se inscribió, recuerde llamar o enviar un correo electrónico al Centro para Personas Mayores para cancelar su plaza lo antes posible. Muchas de nuestras clases tienen cupo limitado, y avisarnos de que no asistirá le permite a otro miembro participar. Tenga en cuenta que los miembros que no notifiquen al centro su imposibilidad de asistir podrían no poder inscribirse en esa clase el mes siguiente. Su cooperación nos ayuda a garantizar que nuestros programas sigan siendo justos y accesibles para todos. ¡Gracias por su comprensión y apoyo!

¡PARTICIPA PARA GANAR UNA HERMOSA COLCHA HECHA A MANO CREADA POR NUESTRA TALENTOSA CLASE DE QUILT DEL CENTRO DE PERSONAS MAYORES!

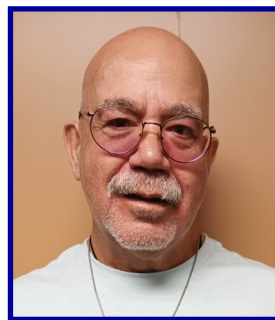
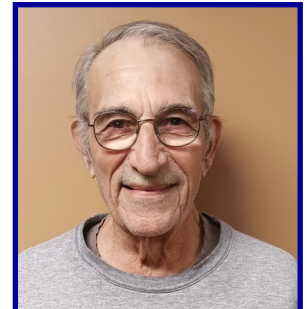
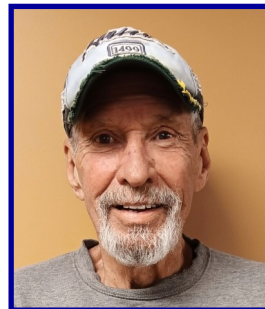
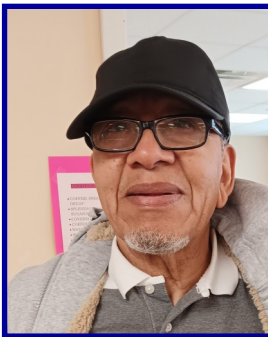
Los boletos de la rifa cuestan solo \$1 cada uno



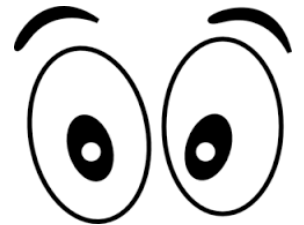
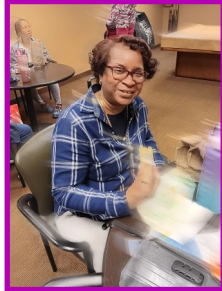
El boleto ganador se sorteará en la Celebración del 13° Aniversario del Centro de Mayores de Waterbury el viernes 11 de septiembre de 2026

¡No pierdas la oportunidad de llevar a casa esta pieza única!

POR FAVOR, VEA AL PERSONAL EN LA OFICINA PARA BOLETOS



FERIA DE SALUD OCULAR VIERNES, 24 DE ABRIL DE 2026



Información y Almuerzo

MERCADO DE AGRICULTORES 2026

Una vez más, esta temporada, nos complace dar la bienvenida al Mercado de Agricultores de Brass City Harvest, que comienza el martes 7 de julio de 2026, de 10:00 a 12:00. El mercado continuará hasta el martes 29 de septiembre de 2026.

Volvemos a usar la tarjeta de débito del mercado de agricultores. Si tiene la del año pasado, se le cargará con \$40. La carga se realizará en el Centro para Adultos Mayores. Si no tiene la tarjeta del año pasado, se le entregará una nueva en el Centro para Adultos Mayores. Una tarjeta por persona, por temporada. Cada pareja casada recibirá una tarjeta.

Los requisitos de ingresos son: \$2,461 mensuales para un hogar de una persona y \$3,337 mensuales para un hogar de dos personas. Por favor, traiga un comprobante de ingresos cuando venga a recargar su tarjeta. Brass City Harvest también acepta efectivo, cheques, tarjetas de crédito, tarjetas de débito y SNAP.



BIG NEWS: Medicare Savings Program Updates

New Monthly Income Limits

Effective March 1, 2026

Eligibility is based on your gross monthly income.

Medicare Saving Program	Single	Married	What it Pays For
QMB	\$2,807	\$3,806	Part B premiums, deductibles, & co-insurance
SLMB	\$3,073	\$4,166	Medicare Part B premiums
ALMB	\$3,272	\$4,437	Medicare Part B premiums

This publication is supported by the Administration for Community Living (ACL), U.S. Department of Health and Human Services (HHS) as part of a financial assistance award totaling \$577,233 with 100 percent funding by ACL/HHS. The contents are those of the author(s) and do not necessarily represent the official views of, nor an endorsement, by ACL/HHS, or the U.S. Government.



Any Question?
Call: 203-757-5449 option 4
Email us info@wcaaa.org



Revisión de Beneficios para el Programa de Ahorros de Medicare (MSP) Por favor, regístrese para una cita individual

¿Se pregunta si califica para recibir ayuda adicional con sus costos de Medicare? Una revisión de beneficios puede ayudarle a determinar su elegibilidad para el Programa de Ahorros de Medicare (MSP), que puede ayudarle con las primas y otros gastos de atención médica. Para obtener más información o programar una evaluación confidencial, comuníquese con un asesor de CHOICES a través de la Agencia del Área de Envejecimiento del Oeste de Connecticut (WCAAA) al 203-757-5449. ¡Aproveche este servicio gratuito para asegurarse de recibir todos los beneficios que le corresponden!



CELEBRACIÓN DEL JUNETEENTH

Almuerzo Educativo

Miércoles, 17 de junio, 12p == \$5/pp

“Cuentacuentos con Tela”

Juneteenth es un día festivo federal que se celebra el 19 de junio. Conmemora el día de 1865 en que la noticia de la libertad llegó finalmente a las personas esclavizadas en Galveston, Texas, más de dos años después de la Proclamación de Emancipación. Juneteenth honra la historia y la cultura afroamericana. Este año, tenemos el honor de contar con la Dra. Pamela Jones, una maestra del arte del acolchado. A través del acolchado, la Dra. Jones comparte tradiciones transmitidas de generación en generación en las comunidades afroamericanas, donde la tela, la costura y los patrones cuentan historias de memoria y ascendencia. Ella abordará la historia del acolchado afroamericano para uso cotidiano, en la literatura, los mensajes ocultos, las quilts de Gee's Bend y las técnicas modernas de acolchado.

~Inscríbese~

Patrocinado por el Club de Mujeres de Waterbury
Servicio de catering Southern Tree



¡Natación en Hamilton Park!

¡Únete a nosotros para una refrescante y divertida jornada de natación en la piscina de Hamilton Park! Disfruta de una relajante mañana en el agua con amigos. Se incluye transporte y un delicioso almuerzo para llevar. ¡Las plazas son limitadas, así que inscríbete pronto! El autobús sale a las 8:30am



~Inscríbete~

Viernes, 26 de junio, de 9:00a-10:30am
Almuerzo cortesía de Cheshire House

Opciones Eléctricas

Art Marcellinas regresa a WSC con información sobre cómo elegir un proveedor de energía. Traiga una copia de su factura de luz y aprenda sobre las tarifas de suministro y cómo elegir un proveedor puede reducir su factura. Art explicará el proceso, revisará su factura, responderá preguntas sobre las tarifas de suministro estándar, los proveedores de energía, su factura y mucho más. Visite <https://www.mysupplymanager.com> antes de la presentación para obtener información sobre un servicio que gestiona el costo del proveedor en su factura.



Jueves, 11 de junio, 12:30 p. m.

~ Inscríbese ~

~ NOTA IMPORTANTE ~

CERRADO el lunes 19 de junio en conmemoración del Juneteenth
Misión de la Ciudad: 12 de junio
El centro cerrará 12:00p del lunes 15 de junio

Reunión del Centro para Personas Mayores

Lunes 1 de junio a las 12p

Invitados: New Britain Elder Care, Always Best Care

Clases de percusión con Debra

Miércoles 3, 10 y 24 de junio, 11:00a ¡Diversión y ejercicio al ritmo de la música! Cupo limitado a 6 personas. **¡Inscríbete!**



Coro con Anna

Jueves 4, 11, 18 y 25 de junio
9:30a~10:30a ~ **Inscríbete ~**



Ukelele con Ted

Jueves 4, 11, 18 y 25 de junio
10:30a - 11:30a ~ **Inscríbete ~**



Años de Sabiduría

Jueves 4 de junio... 12:30 p. m.

Tema: Experiencias cercanas a la muerte
Inscríbese



Inscripción al programa de comidas para personas mayores

Jueves 18 de junio - 12:30pm
Comidas para Adultos Mayores es un programa de comidas en restaurantes operado por Senior Nutrition Services de New Opportunities, Inc. El programa está abierto a residentes del área mayores de 60 años. No hay requisitos de ingresos para participar.
~ **Inscríbese ~**



Ríete con la enfermera Nancy

Jueves 25 de junio — 12:30p

La risa mejora el ánimo, reduce el estrés y une a las personas. Ven a disfrutar de chistes, historias divertidas y muchas sonrisas con tus amigos.

~ **¡Inscríbete!** ~



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

“Costura con Jessica”

~ ¡Inscríbete! ~

Viernes, 5 y 26 de junio
11a-12:30p



Jessica Dorner Nutrición

No Estará Presente en Junio



Reflexología con Kim

16 de junio 11:30am

20 minutos por \$25

La reflexología podal consiste en aplicar presión en los pies para promover la relajación y la salud en general.

Regístrese en la oficina con tiempo



Reiki con Amy

El Reiki es una forma de sanación energética que transfiere energía vital para promover la relajación, la curación y el equilibrio.

Viernes 26 de Junio ~ 11:30a~~ Inscríbete ~



BRASS Crochet y Tejido con Lindsey

11a-12p

Miércoles 3, 10, 24 de junio

Esta clase introduce a las personas mayores a las divertidas manualidades del crochet y el tejido. No se necesita experiencia previa.

~ Inscríbete ~



Mesa redonda de Mandy DuPont

Tema: Límites

Inscríbese ~ Jueves 18 de junio - 12:30p

Por favor regístrese



American Senior Benefits

Planificación de la Jubilación y Gestión Patrimonial
al Almuerzo y Taller Informativo
Lunes, 29 de junio — 12:30 p. m.

La planificación de la jubilación y la gestión patrimonial ayudan a las personas a comprender sus opciones de pensión y Seguridad Social, a la vez que crean un plan de ingresos integral para garantizar su estabilidad financiera a largo plazo.

También les prepara para las necesidades de cuidados a largo plazo, analiza los posibles cambios en Medicare y Medicaid para 2026 y aborda la planificación de gastos funerarios para asegurar que los costos estén cubiertos cuando llegue el momento.

Regístrese



La organización United Way of Greater Waterbury facilitó recientemente la donación de productos para la incontinencia en adultos, a petición del Centro para Adultos Mayores de Waterbury. El Hospital UConn Health Waterbury respondió rápidamente al llamado para apoyar a los adultos mayores de la comunidad, mientras que United Way ayudó a coordinar soluciones a largo plazo.

En la foto aparecen Yarixa Lopez, miembro de la junta directiva de United Way del Hospital UCONN Health Waterbury, y Mira Levasseur, directora del Centro para Adultos Mayores de Waterbury. Demasiados adultos mayores en nuestra comunidad luchan por llegar a fin de mes mientras enfrentan el aumento de los costos de vivienda, servicios públicos, alimentos, transporte y medicamentos. Los productos para la incontinencia no son un lujo; son una necesidad esencial de salud y bienestar que a menudo no está cubierta por el seguro. Las sólidas alianzas comunitarias y un liderazgo comprometido siguen marcando una diferencia significativa para nuestros adultos mayores y sus familias. ¡Gracias a todos los que hicieron posible esta donación!

Piedra de nacimiento: Alejandrita

Flor: Rosa

“Junio, la época del verano joven y perfecto...”

– Gertrude Jekyll

¡Feliz cumpleaños a los nacidos en junio!



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!

¿Necesitas asesoramiento sobre beneficios?

Llama a WCAAA 203-757-5449
¡Se requiere cita!



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

5 de junio = Compras en línea

12 de junio = Presentación de PowerPoint

26 de junio = Realidad virtual

~ Insíbete ~

Ayuda técnica personalizada ~ Insíbete

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

(Límite de 2 sesiones por mes por persona)

Estevan Miranda - Asesor de Salud de la Ciudad

Cómo Leer Las Etiquetas

Lunes, 22 de junio —> 12:30p

Las etiquetas de los alimentos proporcionan información esencial sobre nutrientes, ingredientes y porciones recomendadas para ayudarte a tomar decisiones alimentarias más informadas y saludables.

~ Por Favor Regístrese ~



¿Necesitas asesoramiento sobre beneficios?

Llama a WCAAA 203-757-5449
¡Se requiere cita!

Hora del Café para Veteranos

¡Nos vemos en septiembre!



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 x7274.

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.

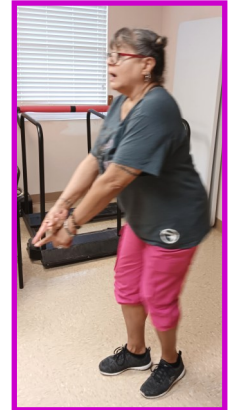
CHOICES

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, insíbrase cada mes.

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

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



“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 adulte 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.

NO SE PERMITE COMIDA NI BEBIDA EN LA SALA DE COMPUTADORAS

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. El martes 2 de junio, 10a a 12p. Amanda Mihaly estará aquí para realizar encuestas a través de la línea directa nacional de prevención del suicidio 988. Los participantes recibirán una tarjeta de regalo de \$10 como agradecimiento. Regístrese

El reembolso para inquilinos está vigente del 1 de abril de 2026 al 30 de septiembre de 2026. Debe ser residente de Waterbury y tener 65 años o más.

Requisitos de ingresos: Soltero: \$46,300, Casado: \$56,500.

Debe presentar comprobante de TODOS sus ingresos de 2025, nombre y dirección del arrendador, recibos de alquiler y una carta de concesión del Seguro Social de 2025. Si recibe una pensión, debe presentar una carta de la compañía de pensiones que indique el monto recibido en 2025. También debe proporcionar los pagos de servicios públicos de 2025. Las personas menores de 65 años que la Administración del Seguro Social considere discapacitadas son elegibles (se requiere comprobante). También se requiere una declaración de impuestos de 2025.



¡ÚLTIMAS NOTICIAS!



ASISTENCIA DE SERVICIOS DE WCAAA

Un asesor de servicios de WCAAA estará presente el segundo miércoles de cada mes para brindar asesoramiento sobre beneficios, ayuda con las solicitudes y planificación personalizada. No es necesario desplazarse ni llamar; estaremos disponibles para consultas individuales de 9:00 a 13:30.

Comuníquese con la oficina de WSC para programar una cita: 203-574-6746.

La primera sesión es el miércoles 10 de junio a las 9:00 en la Sala Multiusos 2.

Academia de Peluquería Dolce 91 Schraffts Dr, Waterbury, CT 06705~~ Segundo piso

Dolce ya no vendrá al Centro para Adultos Mayores de Waterbury, por lo que hemos organizado que vayan a Dolce el 24 de junio a las 10:00 a. m. El corte de cabello tendrá un costo de \$5.00 en efectivo. Se proporcionará transporte para quienes lo necesiten desde el centro para adultos mayores hasta Dolce y de regreso. Recomendamos a los adultos mayores que puedan conducir que lo hagan. Si prefieren usar el servicio de transporte, pueden recogerlos en su casa, llevarlos a Dolce y luego traerlos de regreso a casa. El servicio de transporte NO los llevará de su casa a Dolce, luego al centro para adultos mayores y luego los traerá de regreso a casa. ~Por favor, inscribese~

CLÍNICA MÓVIL GRATUITA Por Monitor My Health Martes, 16 de junio — 10:00 a 13:00

La clínica ofrece exámenes de salud a domicilio, incluyendo pruebas de hemoglobina glicosilada (A1c), control de la presión arterial, evaluación del riesgo de caídas y detección y derivación de determinantes sociales de la salud. El objetivo es reducir las barreras de acceso a la atención médica, llegando a las personas donde se encuentren y conectándolas con los recursos adecuados y el apoyo de seguimiento.

~Regístrese~

Almuerzo y Charla Informativa Sobre Salud Ocular del Club de Leones

Asistencia Gratuita para Personas con Baja Visión

Lunes, 8 de junio —> 12:30 p. m.

Rosanna y Mary Lou estarán presentes para dar una presentación sobre el programa de baja visión del Club de Leones y el tipo de asistencia disponible para adultos mayores y sus familias.

Almuerzo cortesía de The Village at East Farms

~Regístrese~



LUCHANDO POR CUBRIR

¿COSTOS DE SALUD O DE ALIMENTACIÓN?

¡PODEMOS AYUDAR!

¡Tu puerta de entrada a los beneficios estatales, federales y locales comienza aquí!



SNAP (cupones de alimentos)

Te ayuda a costear la compra de alimentos cada mes.



FORNIDO (SEGURO DE ENFERMEDAD)

Cobertura de seguro médico de bajo costo para individuos y familias,



MSP (Programa de Ahorro de Medicare)

Ayuda a pagar las primas, los deducibles y los copagos de Medicare.



LIS (AYUDA ADICIONAL PARA MEDICARE)

Reduce el costo de sus medicamentos recetados y las primas de su plan.

¡Llámenos hoy! Asistencia gratuita, confidencial e imparcial.

Obtén ayuda personalizada para solicitar beneficios con nuestros asesores y equipo de apoyo certificados por SHIP.

1-800-994-9422 | 203-757-5449 opción 4

84 Progress Lane, Waterbury, CT, 2.º piso | www.wcaaa.org |



Esta publicación cuenta con el apoyo de la Administración para la Vida Comunitaria (ACL) de los Estados Unidos. El Departamento de Salud y Servicios Humanos (HHS) otorgó esta subvención como parte de un programa de asistencia financiera por un total de \$577,233, financiado en su totalidad por ACL/HHS. El contenido es responsabilidad de los autores y no representa necesariamente la opinión oficial ni constituye un respaldo por parte de ACL/HHS ni del Gobierno de los Estados Unidos.

