



WATERBURY SENIOR CENTER



Boletín informativo de Abril 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

Marzo 2025





~ TENGA EN CUENTA ~

CERRADO el viernes 18 de abril por Viernes Santo
Bolsa de comestibles de City Mission—>viernes 11
de abril = 11a
Bolsa de la granja—>miércoles 9 de abril = 11a
Sin Wisewoman

Artista de caricaturas Judy

Jueves 3 de abril
11 a. m. a 1 p. m.

En la sala multiusos 3

Regístrese para una cita para que le
dibujen su retrato



**En caso de mal tiempo, consulte las
noticias del Canal 3 o nuestra página
de Facebook para conocer
los cierres o
cancelaciones de actividades.**



Diamante: piedra natal de abril

Guisante de olor: flor de abril

*"Si las lluvias de abril llegan a tu casa, traerán las
flores que florecen en mayo". – Buddy DeSylva*

**¡Feliz cumpleaños a nuestros bebés de
Abril!**



**Reunión del centro para personas
mayores**

Lunes 7 de abril a las 12:00p

Invitados: *Horizon Homemaker Y Amber
Stokes / W.I.S.E.*

Curso de conducción de AARP



Viernes 16 de mayo —> 9:30 a. m. a
1:30 p. m.

\$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 ~



PATRIMONIO ITALIANO

Lunes 21 de abril —> 12:30 pm

El cumpleaños de la ciudad de Roma se
celebra el 21 de abril. Roma fue fundada en
el año 753 a. C., por lo que este año cum-
ple 2778 años. El día se llama "Natale di
Roma" en italiano.

En honor al cumpleaños de Roma, Anna
Sincavage regresará para hablar sobre la
historia de Italia y descubrir cómo este día
en el tiempo se conecta con las tradiciones
y eventos de Roma desde el pasado hasta
el presente, ¡incluso después de 2778
años!

Antipasto de Vincenzo's
~ Per favore registrati ~
(Por favor regístrese)



**Riesgo de accidente
cerebrovascular**

Almuerzo y aprendizaje

Lunes 28 de abril - 12:30 p. m.

Debbie Cram de Trinity Health estará presente
para una presentación sobre el riesgo de acci-
dente cerebrovascular. Se tratarán los siguientes
temas: Tipos de accidentes cerebrovasculares,
signos y síntomas, factores de riesgo, pre-
vención y BE FAST Habrá material impreso
Por Favor Regístrese



Tai Chi con Matt

Miércoles 13:00 a 13:45

~ Por Favor Regístrese ~



Masaje en silla con Eileen

Miércoles 2 de abril de 10am a
1:30pm

15 minutos por gratis

Regístrese en la oficina con tiempo



"Coser con Jessica"

Miércoles 2, 23, 30 de abril

12:30p a 1:45p

~ Por Favor Regístrese ~

~ Cupo limitado para la clase ~



Exposición de arte de WSC

¡Una exposición conjunta de arte y artesanía!

Tejido a crochet, tejido, pintura, acolchado, costura y manualidades

Jueves 10 de abril 11 a. m. a 1 p. m.

Las puertas abren a las 11 a. m.

Tenemos muchos miembros talentosos y queremos brindarte una vitrina para exhibir tus obras y venderlas.

Así es, ¡puedes VENDER tu trabajo!

Cada artista puede enviar hasta 3 piezas.

Consulte la Oficina para obtener un formulario de acuerdo.



Reiki con Amy

Jueves 17 de abril

\$20 por 20 minutos

Tambor con Joyce

Lunes 14 de abril —> 10:30a

~Por Favor Regístrate~



Coro: Todos pueden cantar

Jueves —> 10 a. m.

~ Por favor regístrate ~



The Cookie Jar (El tarro de galletas)

Miércoles 16 de abril —> 12:30 p. m.

¡Únase a nosotros para decorar 3 galletas con temática de primavera!

~ **Por favor regístrate** ~

\$2 al registrarse



Limitado a 20

Mesa redonda de Mandy DuPont

Temas: Ser anunciado

17 de abril - 12:30 p.m.

Por favor regístrese



Wii Bowling - ¡Último partido de la temporada!

WSC vs. Glastonbury Viernes, 4 de abril

El autobús sale del WSC a las 10:00

Reflexología con Kim

Solo por cita

martes 15 de abril -11:30 am

20 minutos por \$25

Regístrese en la oficina con tiempo



Dolce

Miércoles 30 de abril —> 10a = \$2

~Por Favor Regístrate~

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](tel:203-757-5449) EXT 134.

Jessica Dorner Nutrition

"Comida de primavera"

Lunes 14 de abril → 12:30pm

Únase a Jessica Dorner RD para una deliciosa demostración de cocina y degustación con alimentos de temporada de primavera. Jessica hablará sobre los alimentos que encontramos más abundantes en la primavera, además de demostrar 2 recetas para que los asistentes las prueben. Las recetas y los folletos también estarán disponibles para que los asistentes se los lleven a casa. ~Por Favor Regístrese~



Elara Caring Almuerzo y Aprendizaje

Miércoles 23 de abril → 11:30am

Kelley Romano, RN, BSN Enlace de Elara Caring Kelley hablará sobre la importancia de los centros con una calificación de estrellas de Medicare en atención domiciliaria y cómo usted tiene una opción y una voz al elegir la atención domiciliaria. El sistema de calificaciones de estrellas lo ayuda a comparar la calidad de los planes de salud y medicamentos de Medicare para que pueda tomar la mejor decisión en materia de atención médica.

~Por Favor Regístrese~



¡Llamamos a nuestros voluntarios!

¿Dónde estaríamos sin ellos?

Para celebrar a nuestros voluntarios, organizaremos un almuerzo de agradecimiento para voluntarios *solo* para voluntarios en San Marino.

Viernes 25 de abril → 11:30am a 1:00pm

Se entregarán invitaciones a los voluntarios



¡TRIVIA ESPECIAL!

Únase a nosotros para una trivia muy especial de BaR Rated Trivia **Jueves 24 de abril → 12:30p** BaR Rated Trivia consta de 5 rondas, con 5 preguntas por ronda. Los puntos aumentan a medida que avanzan las rondas y cada ronda es una categoría diferente. La tercera ronda es una "Ronda de audio", que es un montaje musical con temas como "Canciones temáticas de televisión", "Nombra esa maravilla de un solo éxito" y "Canciones de versiones". La ronda final, conocida como "Ronda adicional Phun Tyme", permite a los equipos ganar o perder puntos antes de que finalice el juego. Se entregarán premios a los equipos con la mayor cantidad de puntos.

~Por Favor Regístrese ~

EXENCIONES DE IMPUESTOS PARA PROPIETARIOS DE VIVIENDAS DE LA CIUDAD DE WATERBURY



Cualquier propietario de vivienda en la ciudad de Waterbury que sea mayor de 65 años o esté totalmente discapacitado puede solicitar la Exención de Impuestos para Propietarios de Viviendas de Edad Avanzada o Discapacitados que ofrece la Ciudad. Esta es una exención basada en los ingresos, por lo que se debe presentar una prueba de todos los ingresos del solicitante durante el año calendario anterior cuando se complete la solicitud. Para calificar para esta exención, el ingreso máximo para una persona soltera es de \$45,200 y el ingreso máximo para una pareja casada es de \$55,100. Si el solicitante está casado, se deben proporcionar ambos ingresos. Si el solicitante aún presenta la declaración de impuestos federales sobre la renta, se necesita una copia de su declaración federal de 2024, junto con todos los documentos utilizados para crearla. Si ya no presentan declaraciones, deben presentar declaraciones de fin de año de todas sus fuentes de ingresos, por ejemplo, un formulario 1099 que muestre el total de la Seguridad Social que cobraron durante el año anterior, una declaración de fin de año de su organización de pensiones y de cualquier fuente de interés cobrada. Las solicitudes se aceptarán en la Oficina del Tasador del 1 de febrero al 15 de mayo, de 9 a. m. a 4 p. m. Si tiene alguna pregunta, comuníquese con la Oficina del Tasador al (203) 574-6821.

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 11:00 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, regístrese 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.

DONACIONES

Si alguien desea donar al centro para personas mayores, necesitamos: Descafeinado, snacks envueltos, bolsas Ziploc de un galón oallitas Lysol y pajitas envueltas... ¡Gracias!

Gracias a todos por traernos productos horneados, papas fritas, sándwiches, bebidas, comida para mascotas, bocadillos, artículos de cocina y suministros para manualidades. ¡Somos muy afortunados de tener a tanta gente que se preocupa por nosotros!

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. **Caduca el 30/05/2025**

Anual Hogar de 1 = \$41,553 Anual Hogar de 2 = \$54,338



Mildred Herbert

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

"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. j

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

Clase de informática SBL

viernes a las 11 am

4 de abril = Crea una tarjeta de felicitación con Publisher

11 de abril = Herramientas de Google

25 de abril = Realidad virtual

~ **Por favor regístrate** ~

Ayuda técnica personalizada viernes

~ **Por favor regístrate** ~

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

Biblioteca Silas Bronson

(203) 574-8225

Bronsonlibrary.org



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.





Foxwoods Casino Viaje en autobús

Miércoles 28 de mayo

\$10/prepago, no reembolsable

~ Limitado a 53 ~

Fecha límite de inscripción: viernes 23 de mayo a las 2pm

O hasta que se llene el autobús

Estafas románticas



Como muchas personas mayores han perdido a su pareja y buscan una nueva pareja, pueden decidir unirse a una página de citas. Sin embargo, las aplicaciones de citas se han convertido en un caldo de cultivo para estafadores que se hacen pasar por personas falsas y engañan a la persona mayor para que les dé información o dinero. Una forma de detectar una estafa romántica es si se muestran angustiados o enojados para hacerte sentir culpable y que les envíes dinero.

TÁCTICAS DE ESTAFA DEL SEGURO SOCIAL



Los delincuentes utilizan tácticas sofisticadas para engañar a las víctimas potenciales y lograr que revelen información personal y financiera. Sea escéptico y esté atento a estas señales de alerta: Normalmente, utilizan las siguientes frases: Simular, Premio o Problema, Presión y Pago. Por ejemplo, los estafadores se hacen pasar por el Seguro Social en llamadas telefónicas, mensajes de texto, correos electrónicos, sitios web o mensajes directos en redes sociales y afirman que hay un problema con los beneficios o el número del Seguro Social de la persona. El identificador de llamadas del estafador puede estar falsificado para que parezca un número legítimo del gobierno. Los estafadores también pueden enviar documentos falsos para presionar a las personas a que cumplan con las demandas de información o dinero. Otras tácticas comunes incluyen citar "números de placa", usar membretes fraudulentos del Seguro Social y crear páginas falsas en redes sociales para obtener pagos o información personal.

Los empleados del Seguro Social contactan al público por teléfono con fines comerciales. Normalmente, la agencia llama a las personas que han solicitado recientemente una prestación del Seguro Social, que ya reciben pagos y necesitan actualizar su historial, o que han solicitado una llamada telefónica de la agencia. Si hay algún problema con el número o el historial del Seguro Social de una persona, el Seguro Social generalmente le enviará una carta.

Seguridad Social



Las estafas de impostores de la Seguridad Social siguen siendo generalizadas en los Estados Unidos. Los estafadores utilizan tácticas para engañarlo y lograr que proporcione información confidencial o dinero. Si recibe una carta, un mensaje de texto, un correo electrónico o una llamada sospechosa, no responda.

NUNCA: Enviaremos por mensaje de texto o correo electrónico imágenes de la identificación oficial del gobierno

de un empleado.

Suspenderemos su número de Seguridad Social.

Lo amenazaremos con arrestarlo u otra acción legal a menos que pague inmediatamente una multa o tarifa.

Exigiremos el pago con tarjeta de regalo minorista, transferencia bancaria, moneda de Internet o efectivo por correo.

Prometeremos un aumento de beneficios u otra asistencia a cambio del pago.

Enviamos por correo postal o electrónico cartas o informes "oficiales" que contengan su información personal.

Solo enviamos mensajes de texto en situaciones limitadas, que incluyen: Cuando se haya suscrito para recibir actualizaciones y notificaciones por mensaje de texto. Como parte de nuestra seguridad mejorada al acceder a su cuenta personal de my Social Security.

Si nos debe dinero, le enviaremos por correo una carta con opciones de pago y derechos de apelación. Los empleados de la Seguridad Social se comunican con el público por teléfono con fines comerciales. Por lo general, la agencia llama a las personas que han solicitado recientemente un beneficio del Seguro Social, que ya están recibiendo pagos y necesitan actualizar su registro o que han solicitado una llamada telefónica de la agencia. Si hay un problema con el número o el registro del Seguro Social de una persona, el Seguro Social normalmente enviará una carta por correo.

Le recomendamos que denuncie las estafas de impostores del Seguro Social (y otros fraudes relacionados con el Seguro Social) que sospeche al sitio web de la OIG en oig.ssa.gov/report. Puede encontrar más información sobre las estafas en www.ssa.gov/scam. Comparta esta información con sus amigos, familiares y colegas para ayudar a difundir la conciencia sobre las estafas de impostores del Seguro Social.



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 Correo: _____

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