



Centro de Adultos Mayores Sister Annunciata Bethell – mayo 2026

243 East 204 Street, BX NY 10458 🌸

718.365.3725, Página web: annunciata.org

Financiado, en parte, por NYC Aging & NYS Office for the Aging

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
 <p>OLDER AMERICANS MONTH</p> <p>CHAMPION YOUR HEALTH: MAY 2026</p>				
				<p>1. 10:00 Meditación Juegos de mesa de ocio a las 10:55 11:40 Ajuste de batería con Dorian 12:30 Almuerzo 12:30 Presentación de nutrición Maudene Nelson 1:30 Película y Tentempié: Song Sung Blue 1:30 Billar</p>
<p>4. 10:00 Meditación Guiada 10:30 Técnico con NYPL 11:00 Herramientas online para gestionar tu salud 11:45 Fuerza y equilibrio con Judy 12:30 Almuerzo Ejercicio de la silla a la 1:30 con Rosa</p>	<p>5. 10:00 Meditación Guiada 10:00 Hablar de Happy Feet Janilee James 10:45 Ejercicio para la artritis con Roy 11:15 Manualidades con Roy 12:30 Concienciación Nacional sobre el Ictus con Carlos Tejeda 12:30 Almuerzo 1:30 Bingo 1:30 Billar</p>	<p>6. 9:00-2:00 Presión arterial, cribado con Carrie, LPN 10:00 Meditación Guiada 11:15: Fitness mental y corporal con Hugh 12:05 Canciones culturales 12:30 Almuerzo Baile de los Zapatos de Plata a la 1:00 1:30 Tablet de aprendizaje</p>	<p>7. 10:00 Meditación Guiada 10:55 Juegos de ocio: Juegos de mesa 11:40 Aeróbic con Dorian 12:30 Presentación sobre maltrato a personas mayores con tienda del barrio 12:30 Almuerzo 1:30 Bingo 1:30 Billar</p>	<p>8. 10:00 Meditación Guiada Presentación de concienciación sobre el ictus a las 10:00 Juegos de mesa de ocio a las 10:55 11:40 Ajuste de batería con Dorian Almuerzo del Día de la Madre a las 12:30 12:30 Almuerzo 1:30 Billar 2:00 Presentación sobre prevención de caídas</p>
<p>11. 10:00 Meditación Guiada 10:30 Técnico con NYPL 11:45 Fuerza y equilibrio con Judy 12:30 Almuerzo Ejercicio de la silla a la 1:30 con Rosa</p>	<p>12. 10:00 Meditación Guiada 10:45 Ejercicio para la artritis con Roy 11:15 Manualidades con Roy 12:30 Almuerzo 1:30 Bingo 1:30 Billar</p>	<p>13. 9:00-2:00 Cribado de la presión arterial con Carrie, LPN 10:00 Meditación Guiada 11:15: Fitness mental y corporal con Hugh 12:05 Canciones culturales 12:30 Almuerzo Baile de los Zapatos de Plata a la 1:00 1:30 Tablet de aprendizaje</p>	<p>14. 10:00 Meditación Guiada Juegos de mesa de ocio a las 10:55 11:40 Ejercicio de aeróbic con Dorian 12:30 Almuerzo 1:30 Bingo 1:30 Billar</p>	<p>15. 10:00 Meditación Guiada Juegos de mesa de ocio a las 10:55 11:40 Ajuste de batería con Dorian 12:30 Almuerzo 1:30 Película y Aperitivo: El Mago de OZ 1:30 Billar</p>
<p>18. 9:45 Meditación Guiada 10:30 Técnico con NYPL 11:45 Fuerza y equilibrio con Judy 12:30 Almuerzo Ejercicio de la silla a la 1:30 con Rosa</p>	<p>19. 10:00 Meditación Guiada 10:45 Ejercicio para la artritis con Roy 11:15 Manualidades con Roy 12:30 La historia de Barbie 12:30 Almuerzo 1:30 Bingo 1:30 Billar</p>	<p>20. 9:00-2:00 Presión arterial, cribado con Carrie, LPN Evento del Día de la Tierra a las 9:30 10:00 Meditación Guiada 11:15: Fitness mental y corporal con Hugh 12:05 Canciones culturales 12:30 Almuerzo 12:00 Controla la tensión arterial con Karry Baile de los Zapatos de Plata a la 1:00 1:30 Tablet de aprendizaje</p>	<p>21. 10:00 Meditación Guiada Juegos de mesa de ocio a las 10:55 11:40 Ejercicio aeróbico con Dorian 12:30 Almuerzo Presentación de las 12:30: Directrices Avanzadas 1:30 Bingo 1:30 Billar</p>	<p>22. 10:00 Meditación Guiada Juegos de mesa de ocio a las 10:55 11:40 Ajuste de batería con Dorian 12:30 Almuerzo 1:30 Película y Aperitivo: Barbie 1:30 Billar</p>
<p>25. CENTRO CERRADO  MEMORIAL DAY REMEMBERING & HONORING ALL WHO SERVED</p>	<p>26. 10:00 Meditación Guiada 10:45 Ejercicio para la artritis con Roy 11:15 Manualidades con Roy Celebración de cumpleaños de las 12:30 12:30 Almuerzo 1:30 Bingo 1:30 Billar</p>	<p>27. 2:00 Cribado de presión arterial - Carrie, LPN 10:00 Meditación Guiada 10:30 Presentación de la Art Deco Society 11:15: Fitness mental y corporal - Hugh 12:05 Canciones culturales 12:30 Almuerzo 1:00 Zapatos de Plata</p>	<p>28. 10:00 Meditación Guiada Juegos de mesa de ocio a las 10:55 11:40 Ejercicio aeróbico con Dorian 12:30 Almuerzo 1:30 Bingo 1:30 Billar</p>	<p>29. 10:00 Meditación Guiada Juegos de mesa de ocio a las 10:55 11:40 Ajuste de batería con Dorian 12:30 Almuerzo 1:30 Película y Aperitivo: Genial 1:30 Billar</p>

		1:30 Tabletas de aprendizaje		
--	--	-------------------------------------	--	--