


**SENIOR
COMMUNITY
CENTER**




Montgomery County
Department of
Health and Human Services

¡Acompañenos!

 Cada martes y jueves de 10:00 am a 2:00 pm

 801 W. Marshall St., Norristown, PA 19401

 (610) 277-0257, opción 3



Calendario de Actividades - ENERO 2025

Jueves 02

10:00 AM Arte
11:00 AM Karaoke
12:00 PM Almuerzo
1:00 PM Juegos de mesa

Martes 07

10:00 AM Ejercicio en la silla
11:00 AM Juegos de Memoria
12:00 PM Almuerzo
1:00 PM Arte

Jueves 09

10:00 AM Ejercicio en silla
11:00 AM Senior Wellness: Big Benefits, Prioritizing Health & Prevention
12:00 PM Almuerzo
1:00 PM Juegos de mesa

Martes 14

10:00 AM ZUMBA
11:00 AM Juegos de mesa
12:00 PM Almuerzo
1:00 PM Arte

Jueves 16

10:00 AM Yoga en silla - Montgomery County
11:00 AM Arte
12:00 PM Almuerzo
1:00 PM Juegos de mesa

Martes 21

10:00 AM Ejercicio en la silla
11:00 AM Run Run Run Dolph
12:00 PM Almuerzo
1:00 PM Arte

Jueves 23

10:00 AM Run Run Run Dolph
11:00 Juegos de mesa
12:00 PM Almuerzo
1:00 PM Karaoke

Martes 28

10:00 AM Ejercicio en la silla
11:00 AM Juegos de memoria
12:00 PM Almuerzo
1:00 PM Baile

Jueves 30

10:00 AM Ejercicio en la silla
11:00 AM Hablemos
12:00 PM Almuerzo
1:00 PM Juegos de mesa