


**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 - FEBRERO 2025

**Martes 04**

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

**Jueves 06**

**10:00 AM** Yoga  
**11:00 AM** Run Run Run Dolph  
**12:00 PM** Almuerzo  
**1:00 PM** Juegos de Mesa

**Martes 11**

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

**Jueves 13**

**10:00 AM** Baile  
**11:00 AM** Artes y manualidades Día de San Valentín  
**12:00 PM** Almuerzo  
**1:00 PM** Juegos de Memoria

**Martes 18**

**10:00 AM** ZUMBA  
**11:00 AM** Educación Financiera  
**12:00 PM** Almuerzo  
**1:00 PM** Juegos de Mesa

**Jueves 20**

**10:00 AM** Ejercicio en la silla  
**10:30** Autocontrol de la presión arterial  
**11:30 AM** Arte  
**12:00 PM** Almuerzo  
**1:00 PM** Juegos de Mesa

**Martes 25**

**10:00 AM** Yoga  
**11:00** BINGO  
**12:00 PM** Almuerzo  
**1:00 PM** Run Run Run Dolph

**Jueves 27**

**10:00 AM** Hora del café  
**11:00** Ejercicio en la silla  
**12:00 PM** Almuerzo  
**1:00 PM** Arte