




**SACA Senior Center**  
 545 Pershing Avenue  
 Lancaster, PA 17602  
 Email: [ycuevas@sacapa.org](mailto:ycuevas@sacapa.org)

**February 2019**

Activities

**Yirmares Cuevas, Manager**  
 Hours: 8:00am -4:30pm  
 Ph: 717-295-7989

MONDAY	TUESDAY	WENDSDAY	THURSDAY	FRIDAY
				<b>1</b> 9:00 Morning exercises 9:30 Spanish news updates 10:00 Music appreciation 10:30 Table Games (of your choice)
<b>4 (WLCH senior center monthly update)</b> 9:00 Morning exercises 9:30 Spanish News update 10:00 Reminiscing the old times 10:30 Table Games (checkers)	<b>5</b> 9:00 Morning exercises 10:00 Nutrition tips 10:30 Bingo Games  <b>Trip to thrift shop</b>	<b>6 Bible Studies</b> 9:00 Morning exercises 9:30 Spanish news update 10:00 Card Games  <b>Town Meeting</b>	<b>7</b> 9:00 Morning exercises 9:30 Arts and Craft 10:00 Nutrition tips 10:30 Dominoes game <b>9:00 Exercises with YWCA</b>	<b>8</b> 9:00 Morning exercises 9:30 Spanish news updates 10:00 Music appreciation 10:30 Table Games (of your choice)  <b>Fresh Fruit Distribution</b>
<b>11</b> 9:00 Morning exercises 9:30 Spanish News update 10:00 Reminiscing the old times 10:30 Table Games (checkers)	<b>12</b> 9:00 Morning exercises 10:00 Nutrition tips 10:30 Bingo Games  <b>Trip to thrift shop</b>	<b>13</b> 9:00 Morning exercises 9:30 Spanish news update 10:00 Card Games	<b>14</b> 9:00 Morning exercises 9:30 Arts and Craft 10:00 Nutrition tips 10:30 Dominoes game <b>9:00 Exercises with YWCA</b>  <b>Valentines Day Celebration</b>	<b>15</b> 9:00 Morning exercises 9:30 Spanish news updates 10:00 Music appreciation 10:30 Table Games (of your choice)  <b>Trip To C-Town</b> <b>Buying Healthy Foods</b>
<b>18</b> 9:00 Morning exercises 9:30 Spanish News update 10:00 Reminiscing the old times 10:30 Table Games (checkers)	<b>19</b> 9:00 Morning exercises 10:00 Nutrition tips 10:30 Bingo Games  <b>Trip to thrift shop</b>	<b>20</b> 9:00 Morning exercises 9:30 Spanish news update 10:00 Card Games  <b>Town Meeting</b>	<b>21</b> 9:00 Morning exercises 9:30 Arts and Craft 10:00 Nutrition tips 10:30 Dominoes game <b>9:00 Exercises with YWCA</b>  <b>9:30 Community service project @ San Juan Bautista</b>	<b>22</b> 9:00 Morning exercises 9:30 Spanish news updates 10:00 Music appreciation 10:30 Table Games (of your choice)
<b>25</b> 9:00 Morning exercises 9:30 Spanish News update 10:00 Reminiscing the old times 10:30 Table Games (checkers)	<b>26</b> 9:00 Morning exercises 10:00 Nutrition tips 10:30 Bingo Games  <b>Trip to thrift shop</b>  <b>Penn State Nutrition Education with Donna</b>	<b>27</b> 9:00 Morning exercises 9:30 Spanish news update 10:00 Card Games  <b>Regional Pharmacy Presentation</b> <b>Medical drug's and health</b>	<b>28</b> 9:00 Morning exercises 9:30 Arts and Craft 10:00 Nutrition tips 10:30 Dominoes game <b>9:00 Exercises with YWCA</b>  <b>Birthday Celebration</b>	<b>NOTE:</b> <b>Breakfast served daily at 8:30A.M.</b> <b>Lunch served daily at 11:00AM</b>

**Monthly Raffle :** Gift Card




**SACA Senior Center**  
 545 Pershing Avenue  
 Lancaster, PA 17602  
 Correo electrónico: [ycuevas@sacapa.org](mailto:ycuevas@sacapa.org)

**Febrero 2019**

**Actividades**

**Yirmares Cuevas, Manager**  
**Horario: 8:00am -4:30pm**  
**Teléfono: 717-295-7989**

LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES
				<b>1</b> 9:00 Ejercicios matutinos 9:30 Noticias en español 10:00 Apreciación de la música 10:30 Juegos de Mesa (de su preferencia)
<b>4 WLCH senior center monthly update)</b> 9:00 Ejercicios matutinos 9:30 Noticias en español 10:00 Conversación en grupo 10:30 Juegos de Mesa (Damas)	<b>5</b> 9:00 Ejercicios matutinos 10:00 Consejos de Nutrición 10:30 Juegos de Bingo  <b>Paseo a la tienda Económica</b>	<b>6 Misa del mes</b> 9:00 Ejercicios matutinos 9:30 Noticias en español 10:00 Juego de Cartas  <b>Reunión Participantes</b>	<b>7</b> 9:00 Ejercicios matutinos 9:30 Artes Manuales 10:00 Consejos de Nutrición 10:30 Juegos de Dominós  <b>9:00 Ejercicios con Terry (YWCA)</b>	<b>8</b> 9:00 Ejercicios matutinos 9:30 Noticias en español 10:00 Apreciación de la música 10:30 Juegos de Mesa (de su preferencia) <b>Distribución Frutas Frescas</b>
<b>11</b> 9:00 Ejercicios matutinos 9:30 Noticias en español 10:00 Conversación en grupo 10:30 Juegos de Mesa (Damas)	<b>12</b> 9:00 Ejercicios matutinos 10:00 Consejos de Nutrición 10:30 Juegos de Bingo  <b>Paseo a la tienda Económica</b>	<b>13</b> 9:00 Ejercicios matutinos 9:30 Noticias en español 10:00 Juego de Cartas	<b>14</b> 9:00 Ejercicios matutinos 9:30 Artes Manuales 10:00 Consejos de Nutrición 10:30 Juegos de Dominós <b>9:00 Ejercicios con Terry (YWCA)</b>  <b>10:00 Celebración del Día de la</b>	<b>15</b> 9:00 Ejercicios matutinos 9:30 Noticias en español 10:00 Apreciación de la música 10:30 Juegos de Mesa (de su preferencia) <b>Paseo a C-town / compra de alimentos saludables</b>
<b>18</b> 9:00 Ejercicios matutinos 9:30 Noticias en español 10:00 Conversación en grupo 10:30 Juegos de Mesa (Damas)	<b>19</b> 9:00 Ejercicios matutinos 10:00 Consejos de Nutrición 10:30 Juegos de Bingo  <b>Paseo a la tienda Económica</b>	<b>20</b> 9:00 Ejercicios matutinos 9:30 Noticias en español 10:00 Juego de Cartas  <b>Reunión Participantes</b>	<b>21</b> 9:00 Ejercicios matutinos 9:30 Artes Manuales 10:00 Consejos de Nutrición 10:30 Juegos de Dominós <b>9:00 Ejercicios con Terry (YWCA)</b> <b>9:30 Proyecto comunitario @ San Juan Bautista</b>	<b>22</b> 9:00 Ejercicios matutinos 9:30 Noticias en español 10:00 Apreciación de la música 10:30 Juegos de Mesa (de su preferencia)
<b>25</b> 9:00 Ejercicios matutinos 9:30 Noticias en español 10:00 Conversación en grupo 10:30 Juegos de Mesa (Damas)	<b>26</b> 9:00 Ejercicios matutinos 10:00 Consejos de Nutrición 10:30 Juegos de Bingo  <b>Paseo a la tienda Económica</b> <b>Educación de Nutrición con Donna de Pennstate</b>	<b>27</b> 9:00 Ejercicios matutinos 9:30 Noticias en español 10:00 Juego de Cartas  <b>Presentación de la Farmacia Regional, medicamentos y su salud</b>	<b>28</b> 9:00 Ejercicios matutinos 9:30 Artes Manuales 10:00 Consejos de Nutrición 10:30 Juegos de Dominós <b>9:00 Ejercicios con Terry (YWCA)</b>  <b>Celebración cumpleaños</b>	<b>NOTA:</b> <b>Desayuno diario a las 8:30A.M.</b> <b>almuerzo 11:00AM</b>

**Rifa del mes:** Tarjeta de regalo