



# WATERBURY SENIOR CENTER



## Boletín informativo de Mayo 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.

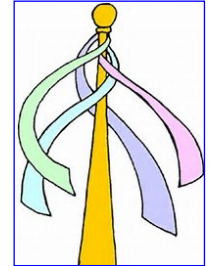
seniorcenter1985



Waterbury Senior Center

## **Recordatorio de cancelación de clases...**

Si no puede asistir a una clase en la que se inscribió, recuerde llamar o enviar un correo electrónico al Centro para Personas Mayores para cancelar su plaza lo antes posible. Muchas de nuestras clases tienen cupo limitado, y avisarnos de que no asistirá le permite a otro miembro participar. Tenga en cuenta que los miembros que no notifiquen al centro su imposibilidad de asistir podrían no poder inscribirse en esa clase el mes siguiente. Su cooperación nos ayuda a garantizar que nuestros programas sigan siendo justos y accesibles para todos. ¡Gracias por su comprensión y apoyo!



Joe Piacentino recibe un premio de manos de Joe Geary en nombre del alcalde Pernerewski al retirarse como Comandante del Capítulo 11 de la DAV



*¡Feliz Día de la Madre a Todas  
Nuestras Madres!*





## Señales de Alerta de Fraude

Presentado por Thomaston Savings Bank  
Lunes, 11 de mayo – 12:30p

Señales de alerta comunes de fraude: indicios de que una transacción, actividad o comportamiento podría implicar engaño o actividad financiera ilegal:

1. Transacciones financieras inusuales
2. Documentación incompleta o sospechosa
3. Presión o urgencia
4. Conflictos de intereses
5. Irregularidades en el sistema o los registros
6. Solicitudes de información confidencial

En general: El fraude suele implicar secretismo, inconsistencia, urgencia o actividad financiera inexplicable.

Refrigerios  
Inscríbese



## Torneo de bolos de Wii

Los Brass City Strikers, nuestro equipo de bolos de Wii, viajarán a Bristol el 15 de mayo para participar en el Torneo de fin de temporada.

¡Les deseamos mucha suerte!

Gracias a Autumn Lake por su patrocinio



## Años de Sabiduría

Jueves, 7 de mayo, 12:30 p. m.

Tema: "Sostenibilidad espiritual"

Inscríbese



## Inscripción al programa de comidas para personas mayores

Jueves, 21 de mayo - 12:30 p. m.

Comidas para Adultos Mayores es un programa de comidas en restaurantes operado por Senior Nutrition Services de New Opportunities, Inc. El programa está abierto a residentes del área mayores de 60 años. No hay requisitos de ingresos para participar.

~ Inscríbese ~



## ~ NOTA IMPORTANTE ~

**CERRADO** el lunes 25 de mayo en conmemoración del Día de los Caídos.  
No habrá costura el 8 ni el 22 de mayo.  
Misión de la Ciudad: 8 de mayo.

## Batería con Debra

Miércoles 6, 20 y 27 de mayo ~ 11:00 h  
¡Diviértete con un ejercicio ligero mientras tocas el ritmo de la música!  
Cupo limitado a 6 personas  
¡Inscríbete!



## Reunión del Centro para Personas Mayores

Lunes 4 de mayo a las 12:00 h  
Invitados: Kiwanis Club, There for You

## Ukelele con Ted

Jueves, 7, 14, 21 y 28 de mayo  
10:30 a. m. - 11:30 a. m.  
Se proporcionarán ukeleles.  
~ Inscríbete ~



## Coro con Anna

Jueves, 7, 14, 21 y 28 de mayo  
9:30a~10:30 a  
~ Inscríbete ~



## Cómo acceder a nuestro boletín mensual...

1. waterburyct.org
2. BUSCAR → Departamentos y servicios
3. Desplácese hasta "Agente municipal para personas mayores"
4. WiFi = seniorcenter1985

## Sanación con Sonido



Zaida regresa el 27 de mayo  
12:00p



Un tipo de bienestar diferente:  
La sanación con sonido es una práctica terapéutica que utiliza las vibraciones de instrumentos como cuencos tibetanos, gongs o diapasones para promover la relajación, reducir el estrés y favorecer la sanación. Al sumergirte en sonidos relajantes, recuperarás tu equilibrio y armonía. Si lo hiciste en marzo, no puedes volver a hacerlo.

¡Inscríbete!

## "Costura con Jessica"

~ ¡Inscríbete! ~  
Viernes, 1, 15 y 29 de mayo  
11a-12:30p



## Jessica Dorner Nutrición

Jueves, 28 de mayo  
"Comidas para picnic"  
12:30p  
Inscríbese



## BRASS Crochet y Tejido Con Lindsey

11a-12p  
May 6, 13, 20 & 27  
No se necesita experiencia previa.  
~ Inscríbete ~

## Mesa redonda de Mandy DuPont

Tema: Ser asertivo  
Inscríbese ~ 14 de Mayo - 12:30p  
Por favor regístrese



## Campaña de Donación de Sangre

Estamos en la fase inicial de planificación de una campaña de donación de sangre en el Centro para Adultos Mayores de Waterbury. Si le interesa donar sangre, por favor acérquese a la oficina para inscribirse o anótelo en su calendario. Sin compromiso  
Gracias

## Piedra de nacimiento: Esmeralda.

### Flor: Lirio del valle

"Solo deseo ir a pescar; para eso se creó el mes de mayo" Henry Van Dyke

¡Feliz cumpleaños a los nacidos en mayo!



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

## Reflexología con Kim

Solo por cita  
19 de mayo 11:30am  
20 minutos por \$25



La reflexología podal es una práctica terapéutica que consiste en aplicar presión en puntos específicos de los pies, que corresponden a diferentes órganos y sistemas del cuerpo, promoviendo la relajación y la salud en general.

Regístrese en la oficina con tiempo

## Reiki con Amy

El Reiki es una forma de sanación energética originaria de Japón, centrada en la transferencia de energía vital para promover la relajación, la sanación y el equilibrio. Durante la sesión, el maestro de Reiki coloca las manos justo por encima del cuerpo, actuando como un conducto para la energía, que fluye donde más se necesita.



Viernes 29 de Mayo ~ 11:30a

~ Inscríbete ~

## Hora del Café para Veteranos

No habrá hora del café para veteranos en mayo

## ¡La primavera está en el aire!

Miércoles 6 de mayo a las 12:00p  
¡Deja volar tu creatividad! Únete a nuestra divertida y relajante clase de coronas de flores primaverales, donde diseñarás tu propia y hermosa corona para alegrar tu hogar. No necesitas experiencia: ¡solo trae tu creatividad y nosotros nos encargamos del resto!

Cupos limitados a 10 personas.  
\$3 para reservar tu lugar.

¡Inscríbete ya!



Dwight Gregory

Marie Orsillo

## Curso de conducción de AARP

Viernes, 15 de Mayo → 9:30a a 1:30p  
\$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 ~

## TENGA EN CUENTA:

Gracias a todos por pensar en nosotros y querer donarnos. Sin embargo, no podemos aceptar prendas de vestir, zapatos, ropa de cama, velas usadas, fragancias abiertas o artículos rotos o muy usados.

Si tiene artículos que le gustaría donar, aquí hay algunas organizaciones:

Recoger Por Favor (Los Veteranos) (ellos recogerán)=1-800-775-8387

San Vicente de Paúl=203-573-9018

El Ejército de Salvación=203-754-7056

Hechos 4 Ministerio=203-574-2287

Buena voluntad=203-633-2769

Guardián canino de Waterbury = 203-574-6909

## DONACIONES

Si alguien desea donar al centro para personas mayores, necesitamos: Descafeinado, refrigerios envueltos, toallitas desinfectantes Lysol, bolsas Ziploc de un galón, polvo para bebida en polvo, popotes envueltos, refrigerios envueltos y detergente para platos. ¡Gracias!

Gracias a todos por traernos productos horneados, papas fritas, sándwiches, bebidas, alimento para mascotas, refrigerios, artículos de cocina y materiales para manualidades. ¡Nos sentimos muy afortunados de que tanta gente se preocupe por nosotros!



## 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.

**Para programar un viaje, llame al (203) 275-0124.** 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.



Silas Bronson Library  
Something for Everyone

## CONTACTE A SILAS BRONSON: ZONA WI-FI EN CASA

Ayuda individual con la computadora

Con cita previa 203-574-8225,  
bronsonlibrary.org/programs

SERVICIO de ENTREGA a DOMICILIO

bronsonlibrary.org/homedelivery

Correo electrónico: bronsonlibrary

@waterburyct.org

Clase de informática de SBL Viernes a las 11a

1 de mayo=Conceptos básicos de Internet

8 de mayo = Windows: Aprende a configurar tu  
ordenador

15 de mayo = Búsqueda avanzada

22 de mayo = Mi ciudad, mi historia

29 de mayo = Realidad virtual

~ Inscríbete ~

Ayuda técnica personalizada ~ Inscríbete

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

(Límite de 2 sesiones por mes por persona)

## Estevan Miranda - Asesor de Salud de la Ciudad

### Desinformación

Lunes, 18 de mayo —> 12:30p

La desinformación médica es información falsa, engañosa o inexacta sobre salud, enfermedades, tratamientos, vacunas o ciencia médica.

Puede aparecer en publicaciones de redes sociales, sitios web, de boca en boca o incluso en medios de comunicación.

~ Por Favor Regístrese ~

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

**City Mission** Las bolsas de alimentos de City Mission se distribuyen mensualmente a nuestros adultos mayores con inseguridad alimentaria. Si desea beneficiarse de esta generosa distribución de alimentos, inscríbase cada mes.

**Suministros para la incontinencia** El Centro para Adultos Mayores de Waterbury se ha asociado con NOW Inc. y Charm Medical para colaborar con un banco de productos para la incontinencia en adultos. Necesitará todas sus tarjetas de seguro médico y completar un formulario. Llame a Maggie al 203-574-6746 cuando necesite suministros. Se permite un producto por mes. Este programa, basado en donaciones, está dirigido a adultos mayores de bajos ingresos. Para más información, consulte con Maggie.

**Cambios en el programa Animeals** Ya no se realizarán llamadas telefónicas para recordar a las personas mayores que recojan los artículos para sus mascotas. Ahora deben llamar a Maggie al 203-574-6746 y solicitar los artículos para sus mascotas. Tenga en cuenta que puede recibir productos para hasta dos mascotas al mes.

**CEAP** El Programa de Asistencia Energética de Connecticut comienza el 2 de septiembre. El programa ayuda a los residentes de Connecticut a costear la calefacción de sus hogares. Debe tener 60 años o más. Los documentos requeridos son: carta de concesión del Seguro Social de 2026, facturas de servicios públicos más recientes y todos los ingresos. Comprobante de ingresos de todos los miembros del hogar (carta de concesión del Seguro Social de 2026, si está en SNAP, carta de notificación de acción vigente). Copias de facturas de servicios públicos (electricidad, petróleo, gas), nombres, fecha de nacimiento y números de Seguro Social de todos los miembros del hogar. Para cualquier pregunta o para programar una cita, comuníquese con Maggie al 203-574-6746 ext. 7107. **Vence el 30/5/2026. Hogar de 1 persona: \$47,760 anuales. Hogar de 2 personas: \$62,460 anuales.**

## EXENCIONES FISCALES PARA PROPIETARIOS DE VIVIENDAS EN LA CIUDAD DE WATERBURY

Cualquier propietario de vivienda en la ciudad de Waterbury mayor de 65 años o con discapacidad total puede solicitar la Exención de Impuestos para Propietarios Mayores/Discapacitados que ofrece la ciudad. Esta exención se basa en los ingresos, por lo que se debe presentar comprobante de todos los ingresos del solicitante del año calendario anterior al completar la solicitud. Para calificar para esta exención, el ingreso máximo para **una persona soltera es de \$46,300** y el ingreso máximo para **una pareja casada es de \$56,500**. Si el solicitante está casado, se deben proporcionar ambos ingresos. Si el solicitante aún presenta la declaración de impuestos federales sobre la renta, se requiere una copia de su declaración federal de 2025, junto con todos los documentos utilizados para elaborarla. Si ya no presenta la declaración, debe proporcionar estados de cuenta de fin de año de todas sus fuentes de ingresos, por ejemplo, un formulario 1099 que muestre el total de la Seguridad Social que recibió el año anterior, un estado de cuenta de fin de año de su organización de pensiones y de cualquier fuente de intereses percibidos. Por favor, llame a Maggie al 203-574-6746 para programar una cita.

# Revisión de Beneficios para el Programa de Ahorros de Medicare (MSP) WCAAA

13 de mayo — 9a a 1:30p

¿Se pregunta si califica para recibir ayuda adicional con sus costos de Medicare? Una revisión de beneficios puede ayudarle a determinar su elegibilidad para el Programa de Ahorros de Medicare (MSP), que puede ayudarle con las primas y otros gastos de atención médica. Para obtener más información o programar una evaluación confidencial, comuníquese con un asesor de CHOICES a través de la Agencia del Área de Envejecimiento del Oeste de Connecticut (WCAAA) al 203-757-5449 o regístrese aquí para reunirse con un asesor de servicios. ¡Aproveche este servicio gratuito para asegurarse de recibir todos los beneficios que le corresponden!

## BIG NEWS: Medicare Savings Program Updates

**New Monthly Income Limits**  
**Effective March 1, 2026**  
 Eligibility is based on your gross monthly income.

Medicare Saving Program	Single	Married	What it Pays For
QMB	\$2,807	\$3,806	Part B premiums, deductibles, & co-insurance
SLMB	\$3,073	\$4,166	Medicare Part B premiums
ALMB	\$3,272	\$4,437	Medicare Part B premiums

This publication is supported by the Administration for Community Living (ACL), U.S. Department of Health and Human Services (HHS) as part of a financial assistance award totaling \$577,233 with 100 percent funding by ACL/HHS. The contents are those of the author(s) and do not necessarily represent the official views of, nor an endorsement, by ACL/HHS, or the U.S. Government.



Any Question?  
 Call: 203-757-5449 option 4  
 Email us [info@wcaaa.org](mailto:info@wcaaa.org)



# ¡ÚLTIMAS NOTICIAS!



## La Academia de Peluquería Dolce Dolce Hair Academy

DOLCE LLC  
The Academy

91 Schraffts Dr, Waterbury, CT 06705

Aunque Dolce ya no vendrá al Centro para Adultos Mayores de Waterbury, hemos coordinado una visita a Dolce el 20 de mayo a las 10:00 a. m. ***El costo será de \$5.00 en efectivo.***

Se proporcionará transporte para quienes lo necesiten desde el centro para adultos mayores hasta Dolce y de regreso. Recomendamos a los adultos mayores que puedan conducir que lo hagan. Si prefieren usar el servicio de transporte, pueden recogerlos en su domicilio, llevarlos a Dolce y luego traerlos de regreso a casa. El servicio de transporte NO los llevará de su casa a Dolce, luego al centro para adultos mayores y después los traerá de regreso a casa.

## Actualización sobre suministros para la incontinencia

El Centro para Adultos Mayores de Waterbury, en colaboración con Charm Medical, gestiona un banco de pañales para ayudar a las personas que cumplen los requisitos y necesitan productos para la incontinencia. Si usted reúne los requisitos, Charm Medical puede entregarle estos productos a domicilio.

El Centro para Adultos Mayores de Waterbury depende de donaciones para proporcionar productos para la incontinencia. Debido a la falta de donaciones, solicitamos que todos soliciten el programa de entrega de medicamentos a domicilio de Charm.

Para recibir productos a través de este programa, todos los solicitantes deben completar primero el proceso de solicitud directamente con Charm Medical. Pueden comunicarse con Ana, de Charm Medical, al 877-942-4276, extensión 158. Es necesario presentar la solicitud a través de Charm Medical antes de obtener cualquier producto en el Centro para Adultos Mayores de Waterbury.

Los adultos mayores que no cumplan con los requisitos para recibir el servicio a domicilio pueden coordinar con el Centro para Adultos Mayores para recibir los productos que les corresponden, de acuerdo con las normas del programa. El programa establece un producto por mes. Quienes reciban productos a través del Centro para Adultos Mayores deben comunicarse con este cada mes para solicitarlos.

Para obtener más información o ayuda con el proceso de solicitud, comuníquese directamente con Charm Medical (1-877-942-4276 ext. 158) o con el Centro para Personas Mayores de Waterbury (203-574-6746).

## “Limpieza”

**\*\*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.

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**

**¿Necesitas asesoramiento  
sobre beneficios?**

**Llama a WCAAA 203-757-5449**

**¡Se requiere cita!**



**Línea de Crisis para la Prevención  
del  
Suicidio →988**

Reembolso para Inquilinos **El Programa de Reembolso para Inquilinos de Connecticut** ofrece asistencia financiera a inquilinos mayores o discapacitados que cumplan con los requisitos. Se aceptan solicitudes del 1 de abril al 30 de septiembre. Los solicitantes deben tener 65 años o más o estar reconocidos como discapacitados. Los límites de ingresos son de \$46,300 para una persona soltera y de \$56,500 para parejas casadas.

**Documentos necesarios:** • Carta de concesión del Seguro Social de 2025 / Formulario 1099 • Alquiler: Carta de su arrendador, en papel membretado, indicando el monto PAGADO de alquiler durante todo el año 2025. Si el arrendador es un familiar, se requiere su declaración de impuestos. • Electricidad/Gas/Petróleo: Historial de pagos de todo el año 2025. Debe incluir el nombre de la compañía, la dirección y el número de cuenta. • Declaración de Impuestos Federales sobre la Renta de 2025 (si se presentó): Declaración y todos los anexos • SSI: Carta de verificación con desglose mensual • Pensión: Carta de la compañía de pensiones que muestre sus ingresos en 2025 • Discapacidad: Carta de determinación con la fecha de determinación de la discapacidad • Ingresos: Comprobante de todos los demás ingresos

# ALERT WATERBURY

MANTÉNGASE INFORMADO.

CONECTADO.

RECIBE ALERTAS DE EMERGENCIA Y COMUNITARI-  
AS CONDICIONES

METEOROLÓGICAS SEVERAS Y EMERGENCIAS CON-  
DICIONES

CIERRES DE CARRETERAS E INFORMACIÓN SOBRE  
EL TRÁFICO

NOTICIAS Y EVENTOS DE LA CIUDAD

REGÍSTRESE AHORA

MENSAJE DE TEXTO, LLAMADA O CORREO ELEC-  
TRÓNICO

[www.waterburyct.org/alerts](http://www.waterburyct.org/alerts)





WESTERN CONNECTICUT  
AREA AGENCY ON AGING



AGENCIA DEL ÁREA DE ENVEJECIMIENTO DEL OESTE DE CONNECTICUT

## Asesoramiento de Beneficios

Con la Navegadora de Servicios Asia P

☀️ ¿NECESITA AYUDA CON BENEFICIOS O RECURSOS? ☀️  
¡Estamos aquí para usted!

La WCAAA (Agencia del Área de Envejecimiento del Oeste de Connecticut) está ofreciendo asistencia GRATUITA en:

📍 Centro de Personas Mayores de Waterbury

👜 Servicios Disponibles:

- Asistencia con solicitudes
- Asesoramiento sobre beneficios
- Ayuda para conectarse con recursos comunitarios

💛 Obtenga el apoyo que necesita — cerca de su hogar!

No es necesario viajar — la asistencia está disponible en el lugar para su conveniencia.



Waterbury  
Senior Center

📅 CUÁNDO:  
Cada segundo  
miércoles del mes

🕒 HORA:  
9:00 a.m. – 2:00 p.m.

Ya sea que sea cuidador, persona mayor, o simplemente esté interesado en servicios de envejecimiento y discapacidad, esta sesión es para usted.



**SMP**  
Senior Medicare Patrol

Preventing Medicare Fraud

☎️ Para asistencia, contacte a nuestro equipo:  
Teléfono: 203-757-5449  
Correo electrónico: [navigators@wcaaa.org](mailto:navigators@wcaaa.org)