



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

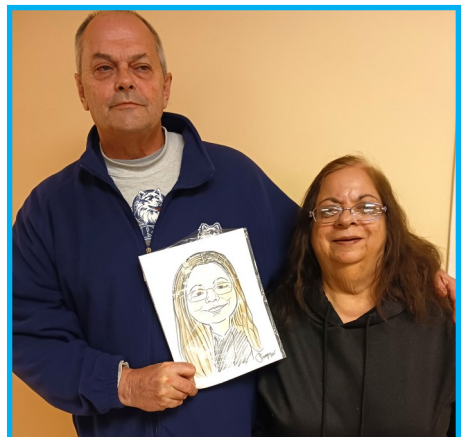
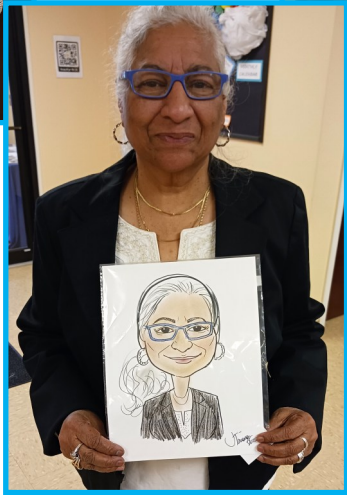


Waterbury Senior Center

Marzo y Abril 2025



April 2025



~ TENGA EN CUENTA ~

Cerrado el lunes 26 de mayo (Día de los Caídos)
Bolsa de la compra de City Mission: viernes 9 de mayo, 11a
No Bolsa de la granja
Sin fuerza en la silla—> Viernes 2 de mayo

The Enchanted Teacup
(La Taza Encantada)



Miércoles, 7 de mayo — > 12a a 2p
En el Salón Multiusos

¡Ven a crear tu propio jardín de suculentas con la Taza Encantada en una taza vintage! ¡Se proporcionarán todos los materiales!

\$2.00/prepago 20 plazas disponibles ~
¡Inscríbete!

Almuerzo y Aprendizaje de los Leones para Baja Visión

Lunes, 19 de mayo, 12:30 p. m.
Por el Club de Leones de Cheshire, Rossanna Arpaia y MaryLou Grendziszewski

Acompáñenos a aprender qué es la baja visión y cómo acceder a los recursos del Centro de Baja Visión de los Leones. Le proporcionaremos una lista de Centros de Baja Visión en Connecticut. El más cercano es el Centro de Baja Visión St. Mary, justo al lado. Los Centros de Baja Visión ofrecen diversos dispositivos de adaptación gratuitos para ayudar a recuperar la función perdida por la discapacidad visual. Únase a nosotros para obtener más información.



~Inscríbese~

Evento de destrucción de documentos gratuito

Por Secure ECO Shred
Viernes, 16 de mayo 10:00am a 12:00pm
Por favor, traiga un alimento no perecedero y vigente
Inscríbese



Asesoría sobre Beneficios de WCAA

Miércoles, 14 de mayo 9:30am a 12:00pm
~ Por Favor Regístrese ~



Reunión del centro para personas mayores

Lunes 5 de mayo a las 12:00p
Invitados: Gerente de movilidad de la región Noroeste, Michael D'Elia



Curso de conducción de AARP



Viernes 16 de mayo —> 9:30 a. m. a 1:30 p. m.

\$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 ~



Tai Chi con Matt

Miércoles 1p a 1:45p
~ Por Favor Regístrese ~



Masaje en silla con Eileen

Miércoles 7 de mayo de 10am a 1:30pm

15 minutos por gratis

Regístrese en la oficina con tiempo



"Coser con Jessica"

Miércoles 14, 21, 28 de mayo

12:30p a 1:45p

~ Por Favor Regístrese ~

~ Cupo limitado para la clase ~



FOXWOODS
RESORT ♦ CASINO

Viaje en autobús al Casino Foxwoods

Miércoles, 28 de mayo

\$10/prepago

Límite de 53

Fecha límite: viernes, 23 de mayo

Salida del autobús de WSC → 8:00 a. m.

Salida del autobús del Casino → 2:00 p. m.

Mesa redonda de Mandy DuPont

No Mandy DuPont en Mazo



Reiki con Amy

Jueves 22 de mayo

\$20 por 20 minutos



Reflexología con Kim

Solo por cita

martes 20 de mayo -11:30 am

20 minutos por \$25

Regístrese en la oficina con tiempo



Tambor con Joyce

Lunes 12 de mayo → 10:30a

~Por Favor Regístrate~



Dolce

Jueves, 22 de mayo → 10 a. m. \$2

~ Por Favor Regístrate~



Coro: Todos pueden cantar

Jueves → 10 a. m.

~ Por favor regístrate ~

Baile de salón-Vals

Miércoles, 21 de mayo ~ 11:30 h

¿Quieres bailar y divertirte? Ven a aprender el Vals que nos llegó desde Viena: atemporal, elegante y con un ritmo de 1-2-3. Usa ropa y zapatos cómodos que se deslicen; no zapatillas deportivas; se recomienda llevar pareja.

~ Por favor regístrate ~



Visita a la comisaría y almuerzo

con el jefe Fred Spagnolo

En la comisaría

Jueves, 8 de mayo → 11:30am a 2pm

Transporte y almuerzo incluidos

~ Inscríbese ~



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

Jessica Dorner Nutrition

“Alimentos para la hidratación”

Viernes 30 de mayo—>12p

Acompaña a Jessica Dorner, dietista registrada, en una demostración de cocina informativa y deliciosa sobre cómo mantenerse hidratado, más allá de beber agua. Jessica hablará sobre las mejores maneras de mantenerse hidratado y qué alimentos son los más adecuados para consumir por su contenido de agua. Preparará dos recetas con estos alimentos para que los asistentes las prueben. También podrán llevarse folletos y recetas a casa.



~Por Favor Regístrese~

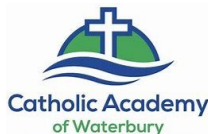
Academia Católica de Waterbury

Viernes 2 de mayo —> 9:30a a 11:30a

¡Únete a los alumnos de 6 grado de la Academia Católica de Waterbury en una manualidad de primavera!

Los alumnos de 11 y 12 años nos acompañarán para crear flores y disfrutar de un refrigerio.

~ Por favor, inscríbete ~



Creaciones de Henna y Danza del Vientre

Almuerzo y Aprendizaje

Jamilah hará diseños con henna

Holly bailará para nosotros



La henna se ha utilizado como arte corporal y tinte para el cabello durante más de 5000 años y es una tradición ancestral en diversas culturas y religiones. La historia de la danza del vientre se remonta a civilizaciones antiguas como Egipto, Mesopotamia y Grecia. Se cree que se originó como una danza de fertilidad que realizaban las mujeres durante los rituales y celebraciones del parto. Su origen exacto sigue siendo un misterio.

Viernes, 23 de mayo, de 12p a 2p

~ Inscríbete ~

Almuerzo a cargo del Sultán

Si recibiste henna en el pasado, no eres elegible.



Taller WISEWOMAN

Jueves, 1 de mayo, 12:30 p. m.

5 Deseos ~Planificación para un final de vida con suavidad ~ Inscríbete ~



EXENCIONES DE IMPUESTOS PARA PROPIETARIOS DE VIVIENDAS DE LA CIUDAD DE WATERBURY



Cualquier propietario de vivienda en la ciudad de Waterbury que sea mayor de 65 años o esté totalmente discapacitado puede solicitar la Exención de Impuestos para Propietarios de Viviendas de Edad Avanzada o Discapacitados que ofrece la Ciudad. Esta es una exención basada en los ingresos, por lo que se debe presentar una prueba de todos los ingresos del solicitante durante el año calendario anterior cuando se complete la solicitud. Para calificar para esta exención, el ingreso máximo para una persona soltera es de \$45,200 y el ingreso máximo para una pareja casada es de \$55,100. Si el solicitante está casado, se deben proporcionar ambos ingresos. Si el solicitante aún presenta la declaración de impuestos federales sobre la renta, se necesita una copia de su declaración federal de 2024, junto con todos los documentos utilizados para crearla. Si ya no presentan declaraciones, deben presentar declaraciones de fin de año de todas sus fuentes de ingresos, por ejemplo, un formulario 1099 que muestre el total de la Seguridad Social que cobraron durante el año anterior, una declaración de fin de año de su organización de pensiones y de cualquier fuente de interés cobrada. Las solicitudes se aceptarán en la Oficina del Tasador del 1 de febrero al 15 de mayo, de 9 a. m. a 4 p. m. Si tiene alguna pregunta, comuníquese con la Oficina del Tasador al (203) 574-6821

La “Bolsa de la granja”

El Centro para Personas Mayores de Waterbury tiene la fortuna de colaborar con agricultores locales para llevar productos frescos de granja a nuestros adultos mayores. En anteriores distribuciones, se han incluido: mantequilla, huevos, queso, mermelada, carne y una variedad de verduras. Esta es la última distribución mensual de alimentos. Para beneficiarse de esta distribución, debe inscribirse en su calendario.

City Mission es una organización sin fines de lucro con sede en Waterbury que proporciona alimentos no perecederos mensualmente a nuestros adultos mayores. Somos muy afortunados de que City Mission ayude a nuestros adultos mayores con inseguridad alimentaria. Esta distribución de alimentos se lleva a cabo en la sala principal del centro para personas mayores. Las bolsas se distribuyen en el orden en que las personas se inscribieron. Si desea beneficiarse de esta generosa distribución de alimentos, regístrese cada mes.

Suministros para la incontinencia

El Centro para personas mayores de Waterbury se está asociando con NOW Inc. para iniciar un banco de productos para la incontinencia de adultos aquí en el centro. Habrá una hoja de inscripción en la oficina. Hay un límite de 2 productos por mes. No sabemos qué suministros recibiremos cada mes. Los productos se distribuirán mensualmente de la lista de inscripción. Consulte a Maggie para obtener más información.

DONACIONES

Si alguien desea donar al centro para personas mayores, necesitamos: Descafeinado, snacks envueltos, bolsas Ziploc de un galón oallitas Lysol y pajitas envueltas... ¡Gracias!

Gracias a todos por traernos productos horneados, papas fritas, sándwiches, bebidas, comida para mascotas, bocadillos, artículos de cocina y suministros para manualidades. ¡Somos muy afortunados de tener a tanta gente que se preocupa por nosotros!

Programa de asistencia energética de CT (CEAP)

El Programa de Asistencia Energética de Connecticut ayuda a los residentes de Connecticut a permitirse el lujo de calentar sus hogares. Comprobante de ingresos de todos los miembros del hogar, copias de facturas de servicios públicos. Los inquilinos deben mostrar copias de sus recibos de alquiler o contrato de arrendamiento, nombres, fechas de nacimiento y números de seguro social de todos los miembros del hogar. Para programar una cita, llame a la División de Energía al (203) 756-8151 en Waterbury o envíe un correo electrónico a Energy@NewOppInc.org. **Caduca el 30/05/2025**

Anual Hogar de 1 = \$41,553 Anual Hogar de 2 = \$54,338



Peter Ciullo

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

Lo que necesito saber sobre mis opciones de electricidad Jueves 29 de mayo a las 12:30 p. m.

Traiga una copia reciente de su factura de electricidad

Únase a Art Marcelynas, AARP, ex regulador estatal de la Autoridad Reguladora de Servicios Públicos (PURA) para una presentación en PowerPoint sobre "Lo que necesito saber sobre mis opciones de electricidad". Con Eversource aumentando sus tarifas, esta es una gran información para tener.

Aprenda cómo elegir un proveedor de electricidad puede reducir su factura. Art explicará cómo elegir un proveedor y responderá preguntas sobre el suministro de generación del Servicio Estándar de Eversource, proveedores de electricidad autorizados, la NUEVA factura de electricidad, descuentos para clientes con dificultades y cualquier pregunta que tenga sobre las tarifas y políticas de electricidad de Connecticut.

¡No se sentirá decepcionado con esta presentación!

Por favor regístrate

EVERSOURCE

REEMBOLSO PARA INQUILINOS

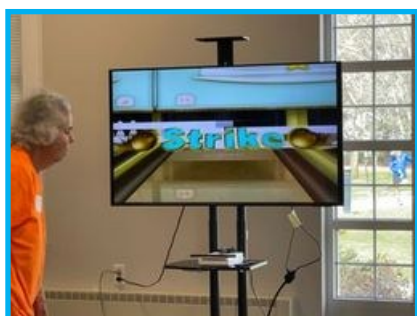
El reembolso para inquilinos está vigente del **1 de abril de 2025 al 30 de septiembre de 2025**.

Debe ser residente de Waterbury y tener 65 años o más.

Requisitos de ingresos: Soltero: \$45,200 Casado: \$55,100

Debe presentar comprobante de TODOS sus ingresos de 2024, incluyendo el nombre y la dirección del arrendador, y recibos de alquiler. También debe presentar los pagos de servicios públicos de 2024.

Para cualquier pregunta o para programar una cita, comuníquese con Maggie al 203-574-6746, ext. 7107.



“Limpieza” del Centro para personas mayores de Waterbury

Bienvenido al Centro para personas mayores de la ciudad de Waterbury. Somos un centro social. Trate a todos de manera amable y respetuosa. ¡La amabilidad se contagia y los buenos modales nunca pasan de moda!

***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



Clase de informática SBL

viernes a las 11 am

2 de mayo = Corta el cable

9 de mayo = Telesalud

16 de mayo = Consejos para smartphones (Android o Apple)

23 de mayo = Realidad virtual

30 de mayo = Fundamentos de informática

~ Por favor regístrate ~

Ayuda técnica personalizada viernes

~ Por favor regístrate ~

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

Biblioteca Silas Bronson

SERVICIO DE ENTREGA A DOMICILIO

bronsonlibrary.org/homedelivery

(203) 574-8225 ~ Bronsonlibrary.org



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 ext. 7274. Para programar un viaje, llame al 1 (800) 757-7782. 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.





Membership Registration

Mail to: Waterbury Senior Center, 1985 East Main Street, Waterbury, CT 06705
Phone = (203) 574-6746 -- Fax = (203) 574-8636

Waterburyct.org, Facebook=Waterbury Senior Center, Instagram = seniorcenter1985

Name/Nombre: _____

Address/Direccion: _____

Town, Zip Code/Pueblo, Codigo de Correro: _____

Home Phone: _____ **DOB/FED:** _____ **Gender/Genero** _____

Cell Phone/Numero de Telefono: _____

Email/Correo Electronico: _____

Are you a Veteran or Spouse of a Veteran? / Eres un Veterano o la esposa de un veteran?

Yes No

Race/Raza: Caucasian African-American/Black Asian/Pacific Islander

Hispanic/Latino **Other** **Native American**

Marital Status _____

Emergency Contact & Relation _____

(Contacto de emergencia y la relacion)

Phone Number/Numero de Telefono: _____

PHOTO CONSENT AND RELEASE/ Consentimiento De Fotos

The undersigned does hereby promise, consent and agree that the City of Waterbury or its employees, agents or representatives, may photograph the undersigned with television, video, movie or still camera. The pictures & any statements or voice recordings made at the time of photography or in connection with the photography may be processed in any manner and by whatever method or combination of methods that WSC elects, unless restrictions on use are specified herein. Furthermore, the undersigned agree(s) to waive any right or claim they might have to any compensation, fees or other benefits by use or reuse of the video/photograph and the undersigned hereby releases the City from any claim or demands for compensation or liability arising from said use of or publication of said pictures anywhere and in perpetuity. Restrictions: None. **A copy of your photo id is required for proof of residency & age.**

Name/Nombre

Signature/Firma (client/responsible party)

Date/Fecha