



City of Los Angeles
 Department of Recreation & Parks
 MID_VALLEY SENIOR CITIZEN CENTER
 8801 Kester Ave. Panorama City, Ca 91402
 818-892-0892



MID-VALLEY SENIOR CITIZEN CENTER HOJA INFORMATIVA

Diciembre 2024

Cumpleaños de Diciembre

12/3 Griselda De La Cruz
 12/9 Ursula Velez
 12/21 Maria Flores
 12/23 Maria L. Palumba
 12/29 Norma Malabanan

Cada tercer Jueves del mes - 12/19

Este año la fiesta de Navidad será el mismo día que las celebraciones de cumpleaños.

Actividades

Lunes 2, 16 y 30 de Diciembre
 9:30 - 10:30 a.m.
 Hora social y café

Martes 3, 10 y 17 de Diciembre
 10:00 - 10:45 a.m.
 Ejercicio de bajo impacto

Miércoles 4, 11 y 18 de Diciembre
 10:00 - 10:45 a.m.
 Ejercicio Básico

Jueves 12/12
 11:00 - 11:30 a.m.
 Cocinando con David
 Desde WELBE HEALTH

Recordatorios

MVSCC ESTARÁ CERRADO

Miércoles, Diciembre 25
 Día de Navidad

Miércoles, Enero 1
 Día de Año Nuevo

Próximos Eventos

- **Jueves, Diciembre 19**
Velada invernal en el país de las maravillas
- **Martes, Diciembre 31**
Luces apagadas a las 1:00 pm

Taller Mensual

Salud Mental
 Taller de Bienestar
 Martes, Diciembre 17 a las 11:30 h
 Depresión navideña

TODOS LOS PROGRAMAS ESTÁN SUJETOS A CAMBIOS O CANCELACIONES SIN PREVIO AVISO. LAS PERSONAS CON DISCAPACIDADES PUEDEN PARTICIPAR EN NUESTROS PROGRAMAS. SE HARÁN ADAPTACIONES RAZONABLES CON ARREGLOS PREVIOS. TEN EN CUENTA QUE ALGUNAS ADAPTACIONES PUEDEN TARDAR 30 DÍAS O MÁS. ENVÍE SU SOLICITUD DE ALOJAMIENTO LO ANTES POSIBLE.