

# March 2025

Freeport Senior Community Service Center  
66 Church Street, Freeport, NY 11520  
516-623-2008



# Nassau County Office for the Aging

This program is made possible with funding from the Nassau County Department of Human Services, Office for the Aging through the New York State Office for the Aging and the U. S. Administration on Aging

Monday

Tuesday

Wednesday

Thursday

Friday

<p>3 <b>¡JUEGOS TODO EL DIA, SOPA DE LETRAS Y SOCIALIZACIÓN!</b> 9-10AM CEREAL Y PARFAIT <b>9:30-11:30AM EVALUACIÓN DE SALUD CON BARBARA</b> 10:30AM ARTESANÍA DE SAN PATRICIO 12PM LOMO DE CERDO <u>O</u> ENVOLTURA DE MARISCOS 1PM EJERCICIOS CON MARVIN</p>	<p>4 <b>9AM- 2:30PM ESTUDIANTES VOLUNTARIOS DE MOLLOY</b> <b>10AM PRESENTACIÓN DE MI PLATO</b> 9-10AM TORILLA ESPAÑOLA 10:30AM AEROBICS CON VICTORIA 12PM POLLO FRANCÉS <u>O</u> SÁNDWICH DE JAMÓN Y QUESO <b>11:30AM – 2PM CARNIVAL DE Mardi Gras con DJ BOB!</b></p> 	<p>5 <b>¡JUEGOS TODO EL DIA, SOPA DE LETRAS Y SOCIALIZACIÓN!</b> 9-10AM AVENA Y MUFFIN <b>10:30AM CLASE DE ESCULTURA CON VERONICA</b> 12PM PESCADO EMPANIZADO <u>O</u> ENSALADA DE HUEVOS 1PM EJERCICIOS CON MARVIN</p>	<p>6 <b>¡JUEGOS TODO EL DIA, SOPA DE LETRAS Y SOCIALIZACIÓN!</b> 9-10AM QUESADILLA DE QUESO <b>10AM YOGA CON SANDYE</b> <b>11AM REUNION LINK-AGE EN EL "FELLOWSHIP ROOM"</b> 12PM SALCHICHAS Y PIMIENTOS <u>O</u> SÁNDWICH DE TUNA 1PM ZUMBA CON ANDREA</p>	<p>7 <b>¡JUEGOS TODO EL DIA, SOPA DE LETRAS Y SOCIALIZACIÓN!</b> 9-10AM TOSTADA FRANCESA CON SALCHICHA DE POLLO <b>10:00AM BINGO!</b> <b>11AM CARDIO CON CATHY</b> 12PM ZITI DE BERENJENA AL HORNO <u>O</u> ENVOLTURA DE POLLO 1PM VOLEIBOL EN SILLA</p>
<p>10 <b>¡JUEGOS TODO EL DIA, SOPA DE LETRAS Y SOCIALIZACIÓN!</b> 9-10AM PARFAIT DE YOGUR Y PAN DE MAÍZ <b>11AM TAI CHI CON PAT</b> 12PM PAN DE CARNE <u>O</u> ENVOLTURA DE POLLO 1PM EJERCICIOS CON MARVIN</p>	<p>11 <b>¡JUEGOS TODO EL DIA, SOPA DE LETRAS Y SOCIALIZACIÓN!</b> <b>9AM- 2:30PM ESTUDIANTES VOLUNTARIOS DE MOLLOY</b> 9 – 10AM TOSTADA FRANCESA CON SALCHICHA DE POLLO 10:30AM AEROBICS CON VICTORIA 12PM PICATTA DE POLLO <u>O</u> SÁNDWICH DE PAVO <b>1PM PRESENTACIÓN SOBRE LA DIABETES POR MOLLOY</b></p>	<p>12 <b>ALL DAY GAMES, COLORING, WORD SEARCH &amp; SOCIALIZING!</b> 9-10AM GRANOS MOLIDO CON QUESO Y PAN CON MIEL <b>10:30AM CLASE DE ESCULTURA CON VERONICA</b> 12PM BURRITO DE RES <u>O</u> ENVOLTURA DE MARISCOS 1PM EJERCICIOS CON MARVIN</p>	<p>13 <b>¡JUEGOS TODO EL DIA, SOPA DE LETRAS Y SOCIALIZACIÓN!</b> 9-10AM TORTILLA ESPANOLA DE ESPINACA <b>10AM YOGA CON SANDYE</b> 12PM POLLO CORDON BLEU <u>O</u> SÁNDWICH DE HUEVOS 1PM ZUMBA CON ANDREA</p>	<p>14 <b>¡JUEGOS TODO EL DIA, SOPA DE LETRAS Y SOCIALIZACIÓN!</b> <b>9AM- 2:30PM ESTUDIANTES VOLUNTARIOS DE MOLLOY</b> 9-10AM AVENA Y PAN DE GUINEO <b>10:00AM BINGO!</b> 12PM HAMBURGUESA VEGITARANA <u>O</u> SÁNDWICH DE TUNA 1PM JUEGOS ESPECIALES: CORNHOLE, GIANT JENGA, CONNECT 4, PING PONG, ETC.</p>
<p>17 <b>HAPPY ST. PATRICK'S DAY</b> 9-10AM BAGEL CON QUESO <b>9:30-11:30AM EVALUACIÓN DE SALUD CON BARBARA</b> 11AM TAI CHI CON PAT 12PM CARNE EN COSERVA Y REPOLLO <u>O</u> SÁNDWICH DE TUNA 1PM EJERCICIOS CON MARVIN</p> 	<p>18 <b>¡JUEGOS TODO EL DIA, SOPA DE LETRAS Y SOCIALIZACIÓN!</b> 9-10AM SÁNDWICH DE HUEVO Y HASH BROWN 10:30AM AEROBICS CON VICTORIA 12PM PIMIENTO RELLENO <u>O</u> ENVOLTURA DE POLLO <b>1PM JUEGOS CON WADE</b></p>	<p>19 <b>¡JUEGOS TODO EL DIA, SOPA DE LETRAS Y SOCIALIZACIÓN!</b> 9-10AM AVENA Y MUFFIN DE ARÁNDANOS <b>10:30AM CLASE DE ESCULTURA CON VERONICA</b> 12PM POLLO PARMESANO <u>O</u> SÁNDWICH DE JAMÓN Y QUESO 1PM EJERCICIOS CON MARVIN</p>	<p>20 <b>¡JUEGOS TODO EL DIA, SOPA DE LETRAS Y SOCIALIZACIÓN!</b> 9-10AM TOSTADA FRANCESA CON SALCHICHA DE POLLO <b>10AM YOGA CON SANDYE</b> <b>11AM COMHPS ACTIVIDAD CON DEBRA, CHARLES EVANS</b> 12PM ALBONDIGAS SUECAS <u>O</u> ENVOLTURA DE MARISCOS 1PM ZUMBA CON ANDREA</p>	<p>21 <b>¡JUEGOS TODO EL DIA, SOPA DE LETRAS Y SOCIALIZACIÓN!</b> 9-10AM QUESADILLA DE QUESO <b>10:00AM BINGO!</b> <b>11AM CARDIO CON CATHY</b> 12PM PASTA RAVIOLI <u>O</u> SÁNDWICH DE HUEVOS <b>12:30PM TORTA DE CUMPLE</b> <b>1PM CARRERA DE CABALLOS</b></p>

Monday

Tuesday

Wednesday

Thursday



Friday

24	25	26	27	28
<p><i>¡JUEGOS TODO EL DIA, SOPA DE LETRAS Y SOCIALIZACIÓN!</i></p> <p>9-10AM CEREAL DE PASA Y YOGUR</p> <p><b>11AM TAI CHI CON PAT</b></p> <p>12PM POLLO GUISADO O SÁNDWICH DE HUEVOS</p> <p><b>1PM EJERCICIOS CON MARVIN</b></p>	<p><i>¡JUEGOS TODO EL DIA, SOPA DE LETRAS Y SOCIALIZACIÓN!</i></p> <p>9-10AM SOPA PASTINA CON PITA DE QUESO</p> <p><b>10:30AM AEROBICS CON VICTORIA</b></p> <p>12PM CARNE A LA CASEROLA O SÁNDWICH DE TUNA</p> <p><b>1PM CLASE DE NUTRICIÓN - LA COMIDA NOS CONECTA</b></p>	<p><i>¡JUEGOS TODO EL DIA, SOPA DE LETRAS Y SOCIALIZACIÓN!</i></p> <p>9-10AM TACOS DE HUEVOS</p> <p><b>10AM CONSEJO DEL CENTRO</b></p> <p><b>10:30AM CLASE DE ESCULTURA CON VERONICA</b></p> <p>12PM KIELBASA Y CHUCRUT O ENVOLTURA DE POLLO</p> <p><b>12PM DISCOVERY LIVE TOUR: BORDEAUX, FRANCE</b></p> <p><b>1PM EJERCICIOS CON MARVIN</b></p>	<p><i>¡JUEGOS TODO EL DIA, SOPA DE LETRAS Y SOCIALIZACIÓN!</i></p> <p>9-10AM GRANOS MOLIDO CON QUESO Y PAN CON MIEL</p> <p><b>10AM YOGA CON SANDYE</b></p> <p><b>11AM DISCOVERY LIVE TOUR: MILAN, ITALY</b></p> <p><b>11AM REUNION LINK-AGE EN EL "FELLOWSHIP ROOM"</b></p> <p>12PM HAMBURGUESA O SÁNDWICH DE PAVO</p> <p><b>1PM ZUMBA CON ANDREA</b></p>	<p><i>¡JUEGOS TODO EL DIA, SOPA DE LETRAS Y SOCIALIZACIÓN!</i></p> <p>9-10AM PANQUEQUES Y QUESO COTTAGE</p> <p><b>10:00AM BINGO!</b></p> <p>12PM CONCHAS RELLENAS O ENVOLTURA DE MARISCOS</p> <p><b>1PM FUTBOL DE FIDEOS</b></p>

31
<p><i>¡JUEGOS TODO EL DIA, SOPA DE LETRAS Y SOCIALIZACIÓN!</i></p> <p>9-10AM PARFAIT DE YOGUR Y PAN DE GUINEO</p> <p><b>11AM TAI CHI CON PAT</b></p> <p>12PM PECHUGA RELLENA O ENVOLTURA DE MARISCOS</p> <p><b>1PM EJERCICIOS CON MARVIN</b></p>

*"La primavera es la forma que tiene la naturaleza de decir: '¡Vamos a celebrar!'"*

- Robin Williams


**BRUCE A. BLAKEMAN**  
NASSAU COUNTY EXECUTIVE

**HORARIO DEL PROGRAMA 8:30AM - 3:00PM**

Horas de la oficina: 8:00AM - 4:00PM



**CONTRIBUCIÓN SUGERIDA:**

Desayuno: **\$2.00**

Almuerzo: **\$3.00**

Clases de ejercicios/Servicios de apoyo: **\$2.00**

Transportación: **\$1.00 por viaje**

*Transportación disponible para miembros que residen dentro de un radio de tres millas del centro. Se requiere su registración.*

Celebración de Cumpleaños: **21 de marzo, 2025**

Reunión del Consejo: **26 de marzo, 2025**

POR FAVOR LLAME AL **516-623-2008** PARA RESERVAR SUS COMIDAS, CLASES DE EJERCICIOS Y TRANSPORTACIÓN.

*Reservación se debe hacer antes de la 11:30AM, **DOS** días antes*