



SENIOR SERVICES

亨利街社区服务老人中心 — 334 麦迪逊街，纽约州，纽约市 10002 (212) 349-2770
“在这里与老友相聚”

2018 十二月 活动日历

我們每逢週一至週五以及星期日
提供社會服務

來嘗試一下我們設施完備的健身房吧!
週一至週五:
9-11 AM & 1:30-3:30 PM
週日: 9-11 AM

節日裝飾 w/Olivia
12/04 下午1:30 pm
假日郵局
12/04至12/11
10:30-12:00pm 和
1:30-3:00pm
我們將為您郵寄最多6張卡!

最近沒有見到您的朋友來長者中心? 請告訴我們的工作人員, 我們會打電話確認他/她是否安全。

中心關閉:

由於假期, 我們將在以下日期關閉:
星期日 12/23, 星期一 12/24, 星期二 12/25
星期日 12/30, 星期一 12/31, 星期二 1/1/19

本月其他活動:

12/07, 12/14, 12/19; 4:15 pm 至 5:00 pm
小提琴二重奏表演: Raina 和 Camilla
12/12 和 12/13; 1:00 pm 至 5:45 pm
桌球錦標賽
12/18; 星期二 2:00 pm
桌球錦標賽頒獎典禮
12/17; 星期一 2:00 pm 至 3:00 pm
免費按摩, 需提前登記

本月出遊:

12/20, 星期四: 新博物館; \$3 & 必須預先登記;
包括交通, 袋裝午餐 和 入場費
11:00: 到達老人中心簽到; 巴士11:30 出發
1:45: 巴士返回

本月派對:

星期四, 12/6: 節日派對由 Fir Tree 提供。每位持票人
必須在下午2:00 pm 在老人中心聚集
星期四, 12/27: 生日聚會 w/ DJ Woody; \$3 &
需提前登記
1:30: 到達&簽到
2:00-4:30: 音樂&舞蹈
12月出生的會員免費且可獲得禮物

本月演示:

星期四, 12/27, 11:30 am: 行人安全

週一至週五 上午9點 — 下午6點
週日 上午9點 — 下午3點半

** 請不要過早到長者中心, 上午9點前長者中心的大門將上鎖無法進入**

您住在華樂達社區?
並需要一些幫助和支持?
歡迎前往華樂達社區中心辦公室
351 麥迪遜街
或致電 212-477-0455
週一至週五 9 AM 至 5 PM 開放

每週一: 中國新聞 12:30-2:00
在 NORC 351 麥迪遜街進行
每週二: 中文電腦課 10:30-11:30
在 334 麥迪遜街 亨利街長者中心
電腦活動室進行

旅行/外出活動登記
請諮詢 Olivia, Karina 或 Simon
週日 1:00—3:00
週一至週五 1:00—4:00

您或您的朋友正在照顧60歲以上患有失智症的老人嗎? 為他們購物? 付賬單? 保證他們的安全? 你不是一個人! 如需幫助或諮詢, 歡迎致電或前往亨利街長者中心辦公室與 Cathy O'Sullivan 聯繫。

週一至週五 9AM-5PM

心裡有什麼想法? 感覺不开心? 擔心? 焦慮? 不要獨自默默忍受! 讓我們聊聊吧! 與我們的職員溝通, 聯絡 CASA 項目的 Jacque 來幫助您, 或撥打電話

212-477-0455 或 212-233-5032

DECEMBER 2018 Daily Activities

* = NORC-Funded Activity; Activities in Bold are New or Changed

Funded by New York City Department for the Aging (DFTA), Vladeck Cares/NORC, New York State Office for the Aging (NYSOFA), Henry Street Settlement and YOUR Contributions

星期日	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
<p>10:30 瑜伽</p> <p>1:00 宾果 w/ 50/50</p> <p>1:00 电脑课</p>	<p>10:00 动作技巧</p> <p>11:00 拉丁舞</p> <p>12:30 *中国新闻 NORC</p> <p>1:00 缝纫/纺织/手工</p> <p>1:00 交谊舞</p> <p>2:00 公开交谊舞</p> <p>2:15 电影</p> <p>4:30 晚餐宾果</p>	<p>10:00 Movement Speaks</p> <p>10:30 *中文电脑课</p> <p>1:00 编制角</p> <p>1:30 气功</p> <p>3:45 “美好事物”</p> <p>4:30 晚餐宾果</p>	<p>9:30 *柔和关节舞</p> <p>10:30 恢复性技巧</p> <p>11:00 动作技巧</p> <p>1-3:00 陶瓷</p> <p>1:30 宾果 w/ 50/50</p> <p>1:30 进阶中文串珠班</p> <p>3:45 卡拉OK</p> <p>4:00-6:00 电脑课</p>	<p>1:00 *艺术课 w/ Girl</p> <p>1:30 民族舞</p> <p>1:30 尼龙花制作</p> <p>4:30 晚餐宾果</p>	<p>10:00 舞蹈课 w/ Dream</p> <p>11:00 瑜伽</p> <p>11:00 血压测量</p> <p>1:30 串珠班</p> <p>1:30 宾果 w/ 50/50</p> <p>3:45 卡拉OK</p> <p>5:00 老年人训练营</p>

2018 12月活动&日历变更

SUNDAY	MONDAY	TUESDAY	WEDNESDAY	THURSDAY	FRIDAY
<p>2</p>	<p>3</p> <p>11:00 拉丁舞</p> <p>2:15 电影: “圣诞节编年史”</p>	<p>4</p> <p>12:30 会员论坛</p> <p>1:30 节日装饰 w/ Olivia</p>	<p>5</p> <p>1:30 进阶串珠</p> <p>10:30 宠物探访: Danielle & Bella</p>	<p>6</p> <p>3:00-6:00 聚会: Off-Site 节日庆祝 w/ Fir Tree (需购票)</p>	<p>7</p> <p>10:00 舞蹈 w/ Dream</p> <p>1:30 串珠班</p>
<p>9</p> <p>12:00 志愿者午饭服务</p> <p>1:00 电脑班</p>	<p>10</p> <p>2:15 电影: “格林奇如何偷走圣诞节”</p>	<p>11</p>	<p>12</p> <p>1:00 游戏</p> <p>1:30 进阶串珠</p> <p>4:00 电脑课</p>	<p>13</p> <p>10:30-12 活动: 工艺品 by ‘New Museum’ 的艺术家</p> <p>1:00 游戏</p>	<p>14</p> <p>10-1:00 游戏&午餐 w/ 学生志愿者</p> <p>10:45 瑜伽</p> <p>11:00 演示: 情绪发泄</p> <p>1:30 串珠班</p> <p>4:15 小提琴二重奏</p>
<p>16</p> <p>10:30 工艺品 w/ Lily</p> <p>1:00 电脑课</p>	<p>17</p> <p>2:00 按摩 (需提前登记)</p> <p>2:15 电影: “The Holiday”</p>	<p>18</p> <p>10:30 Movement Speaks 庆祝假期</p> <p>2:00 游戏奖励</p>	<p>19</p> <p>4:15 小提琴二重奏</p>	<p>20</p> <p>11:00 出游: New Museum</p>	<p>21</p> <p>11:00 瑜伽</p> <p>4:00 散发节日卡 by 学生志愿者</p>
<p><u>圣诞节关闭</u></p>	<p><u>圣诞节关闭</u></p>	<p><u>圣诞节关闭</u></p>	<p>26</p>	<p>27</p> <p>11:00 演示: 出行安全</p> <p>1:30 民族舞</p> <p>2:00 聚会: 生日 w/ DJ Woody</p>	<p>28</p>
<p><u>新年关闭</u></p>	<p><u>新年关闭</u></p>	<p><u>新年关闭</u></p>	<p>30</p>	<p>31</p>	<p>31</p>

星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
3 菠萝三文鱼 红极乐土豆 甘蓝w/ 番茄 香蕉	4 蔬菜烤宽面条 鹰嘴豆沙拉 w/ 番茄 &香菜 橙汁 巧克力布丁	5 糖醋猪排 白米饭 什锦蔬菜 橙子菠萝汁	6 浓鸡汤 沙拉 水果鸡尾酒	7 金枪鱼面条 羽衣甘蓝 杯装梨
10 鸡浓汤 奶酪披萨 菠菜沙拉 香蕉	11 牛肉 & 火鸡 肉饼w/ 蘑菇汁 花菜 & 土豆	12 面包鱼 藜麦 牛油果&橙子沙拉 杯状杏子	13 鸡肉 杂粮米 什锦蔬菜 橙子	14 肉圆(牛肉 & 火鸡) w/ 鸡肉 鸡蛋面条 花菜& 胡萝卜 w/ 香 菜 橙子菠萝汁
17 咖喱鸡 意大利宽面w/ 酱 汁 什锦蔬菜 苹果汁	18 柠檬大蒜罗非鱼 杂粮米 甘蓝 & 番茄 杯装桃子	19 芝士汉堡 w/ 洋葱 什锦沙拉 香蕉 水果沙拉	20 鸡肉 w/ 白米饭 菠菜沙拉 菠萝汁	21 黑豆汤 火鸡肉圆 全麦意面 什锦蔬菜
24 <u>圣诞节关闭</u>	25  <u>圣诞节关闭</u>	26 肉饼w/ 蘑菇和辣椒 烤红薯 什锦蔬菜 水果鸡尾酒	27 意面w/ 肉汁 菠菜沙拉 香蕉 橙子菠萝汁	28 咖喱鸡腿 棕米w/ 豆子 沙拉 菠萝汁
31 <u>新年关闭</u>	1/1/2019  <u>新年关闭</u>		2018年12月 晚餐菜单 供应时间 12:00-1:00 建议贡献: \$1.5/餐 (60岁以下\$3/餐) 素食和犹太教饮食可根据要求提供 由纽约市老年人部门, 本机构和您的捐款贡献资金赞助 *菜单有可能因特殊情况而作出临时改动*	

!享用我们的午餐或晚餐
周日一周五 中午**12点-1点**
周一一周五 下午**4点-5点45**
建议贡献:
60岁以上老人: \$1.50
60岁以下: \$3.00

现在每周五, 我们有外带饭餐提供, 让你度过中心不开放的周六

招募新会员!

带一位新朋友参加我们的老人中心活动, 您会获得一张免费餐券。如果您的朋友参加老人中心, 他们会获得一份礼物。你们将都有机会获得礼品!

如果你成为会员已经超过一年, 是时候回到社工办公室去更新你的个人, 药物及联络人等资讯!