|  |  |
| --- | --- |
| youtube logo | redsoul300 | Flickr |  |
| **Ahora estamos en YOUTUBE,****Haga clic en el enlace a continuacion y suscribase a nestro canal para obtener las ultimas actualizaciones y eventos** **YOUTUBE – Haga clic aqui!!****Nosotros Tambien estamos en** **Wechat. Simplemente descargue** **la aplicacion en su telefono** **intelligente** **y escanee el codigo QR para** **agregarnos!****Follow and Like us on Facebook –** **www.facebook.com/HenryStreetSettlement** | **Nos complace anunciar que el Departmento de envejecimiento de Nueva York nos aprobo la reapertura del centro para personas de la tercera edad del Henry street Settlement .****Las comidas se distribuirán entre las 12 pm y la 1 pm. Todas las comidas son preparadas en la casa por nuestro chef.****Se permite el comedor interior del HSS Senior Center en el comedor trasero con capacidad limitada. Por favor traiga su etiqueta blanca de código de barras DFTA con usted para que podamos registrar su asistencia fácilmente. En caso de que necesite una nueva etiqueta de código de barras, nuestros administradores de casos podrán ayudarlo.****Use una máscara y practique el distanciamiento social cuando llegue a recoger su comida. Por favor, distancia social cuando coma. Se requiere máscara en todo momento dentro del Centro para personas mayores para la programación.****Esperamos continuar expandiendo nuestras clases y servicios de comidas, por favor estad atentos para más detalles. Si tiene alguna pregunta, llámenos al 212-349-2770.****¡Lo extrañamos y esperamos darle la bienvenida nuevamente en Henry Street Settlement Senior Center!*****Octubre Especial* - A partir de Octubre 1st, 2021, la comida y la contribucion sugerir seran de 0.50 centavos por tiempo limitado!****Y se sugerir .25 centavos de contribucion de café y te.** **Lunes – Viernes 9:00- 2:45pm** Free Bingo Cliparts, Download Free Bingo Cliparts png images, Free ClipArts  on Clipart Library**14,650 BEST 8 Ball Pool IMAGES, STOCK PHOTOS &amp; VECTORS | Adobe StockC:\Users\rng\AppData\Local\Microsoft\Windows\INetCache\Content.MSO\A6DE10A5.tmpAutumn leaf color Clip art - Transparent Fall Leaves Border PNG png  download - 1600*900 - Free Transparent Autumn Leaf Color png Download. -  Clip Art LibraryNo tienes acceso a clases virtuales o internet? Ahora puedes registrarte para usar nuestros ipads con internet en casa. Para obtener mas detalles, no dude en solicitor mas informacion a nuestro personal .** | Para registrarse en visitas guiadas, viajes o conciertos, agregado a nustra lista de correo electronico de miembros para recibir nuestro calendario mensual y aviso temprano de programacion espcial o para obtener mas informacion, comuniquese con nosotros en, **VirtualSeniorCenter@henrystreet.org**or call **347-493-2787** |
| **Funded by the NYC Department for the Aging,Henry Street Settlement & Your Contributions** | Vives en las casas de **Valdeck** y necesitas ayuda o apoyo? Llame a nuestra oficina de **NORC/ Vladeck Cares Office** al 212-477-0455.Nuestra Oficina ya esta abierta.Lunes- Viernes10 AM - 4 PMSolo por cita.  |
| **Lunes – Viernes 9:00am-5:00pm**Happy Halloween from Registry Partners - Safety Tips for All Ages -  Registry Partners**Si tiene alguna pregunta, puede llamarnos al 212-349-2770** |



|  |
| --- |
| **OCTUBER CALENDARIO Virtual 2021****Actividades con un\* son Vladeck Cares/NORC- & New York State Office for the Aging (NYSOFA)-Funded****Todos los demas programas y servicios son financiados por el department de ancianos de la New York City Department for the Aging (DFTA), Henry Street Settlement y tus contribuciones.** |
| **Monday** | **Tuesday** | **Wednesday** | **Thursday** | **Friday** |
| **National Cinnamon Roll Day 10/4****1:00pm: Bingo con/ Olivia  10/4 & 10/25**Zoom Mtg ID: 874 8318 1329 [Haz Clic aqui para (Zoom) !!](https://us02web.zoom.us/j/874%208318%201329)**RECORRIDOS VIRTUALES:****1:00pm: Georgia Aquarium Tour** **w/ Olivia 10/11**Zoom Mtg ID: 936 5832 5466 **Haz Clic aqui para (Zoom) !!****1:00pm: Virtuale Tour de Museo** **Mutter con/ Olivia 10/18**Zoom Mtg ID: 993 1427 1087 **Haz Clic aqui para (Zoom) !!****Feliz Halloween! 10/31**Will COVID-19 cancel Halloween, trick-or-treat &amp; fall fun?**No telefono?****No Computadora or Tablet?****Join Zoom via Telefone!!****Call (929) 205-6099 & Enter the *Zoom Mtg ID* to Join Any Class****1st Time Joining A Class?****Come a few minutes earlier to register.** | **Columbus Dia 10/11****12:00pm: “Taller de Mercado de agricultores****” con/ EatingHealthyNYC** Zoom Mtg ID: 871 7219 6163 **Haz Clic aqui para (Zoom) !!****2:00pm: “Lo que debe saber sobre la enfermedad de Alzheimer** **”  by *AFA / Alzheimer’s***  ***Foundation of America*** Zoom Mtg ID: 821 2118 6861 **Haz Clic aqui para (Zoom) !!****12:00pm: Spanish Heritage  Celebration con/ Olivia 10/12**  Zoom Mtg ID: 812 8573 4070 **Haz Clic aqui para (Zoom)!!** Image result for spanish heritage month 2021Spanish Heritage Month Begins **September 15, to October 15** | **National Coaches Dia 10/6****EVENTOS:****11:00 am: Meditation**  **con/ *Threejewels.org***  Zoom Mtg ID: 966 9790 2710 **Haz Clic aqui para (Zoom) !!****1:00 pm: Simply Tai Chi con/**  **David**Zoom Mtg ID: 895 2337 9243 **Haz Clic aqui para (Zoom) !!****2:00 pm: Be Flexible con/ Linda**Zoom Mtg ID: 858 7274 2853**Haz Clic aqui para (Zoom) !!**  | **National Frappe Dia 10/7****4:00pm: Ensayo de Baile Chino** Zoom Mtg ID: 816 6732 6275 **Haz Clic aqui para (Zoom) !!****CONCIERTO VIRTUAL****11:00am: Vocal Ease 10/14 Robo Call Concert** *(Non-Zoom Participants, please*  *register in advance via  email or by phone)*  **FIESTAS:****3:00pm: Senior Fiesta de Cumpleanos  con/ Olivia 10/28** Zoom Mtg ID: 884 2701 8730  **Haz Clic aqui para (Zoom) !!****PRESENTACIONES:****1:00pm: Curiosity Stream con/ Olivia 10/14**Zoom Mtg ID: 898 8824 3711 **Haz Clic aqui para (Zoom) !!****1:00pm: Curiosity Stream:**  **con/ Olivia 10/21** Zoom Mtg ID: 944 2345 7269 **Haz Clic aqui para (Zoom) !!** | **National Cafe Dia 10/1****10:00am: Zumba w/ Jiali**Zoom Mtg ID: 869 1395 7452  **Haz Clic aqui para (Zoom) !!****11:00am: Baile Chino w/**  **Jiali**Zoom Mtg ID: 837 4715 4778 **Haz Clic aqui para (Zoom) !!****12:00pm: Yoga** **w/ *Three Jewels.org***Zoom Mtg ID: 921 7367 9797 **Haz Clic aqui para (Zoom) !!****CONCIERTOS:****3:00pm: “Concierto de Musica”** **10/1, 10/8, 10/15 & 10/22** Zoom Mtg: 834 9178 9152 **Haz Clic aqui para (Zoom) !!****TRIVIA/JUEGOS:****3:00pm: Halloween Trivia  con/ Olivia (Win Prizes) 10/29**Zoom Mtg ID: 973 3136 9054 **Haz Clic aqui para (Zoom) !!** |
| **OCTUBER Calendario en el Sitio 2021****Actividades con un \* are Vladeck Cares/NORC- & New York State Office for the Aging (NYSOFA)-Funded****Toda la programacion y los servicios estan financiados por el departamento para personas mayores de la ciudad de Nueva York (DFTA), Henry Street Settlement and TUS Contribuciones** |
| **Lunes**  | **Martes**  | **Miercoles**  | **Jueves**  | **Viernes**  |
| **National Cinnamon Roll Day 10/4****(RD = Rear Dining Room)(FD = Front Dining Room)**9:00-4:45pm: **Billiar (Pool)** *RD*9:00-4:45pm: **Dominos** *RD*9:00-4:45pm: **Circulo de conversacion** *FD*9:00-4:45pm: **Laboratorio de Computacion** *(limited 4 people at  a time up to 90minutes)* 9:00-11:00am & 1:30-3:30pm: **Gimnasio** *RD*9:00-4:45pm: **Ping Pong** *RD*10:30-11:30am: **Yoga w/ Susan**12:00-1:00pm: **Grab & Go Meals** *FD*  or **Dine-In** *RD*1:30-3:30pm: **Holiday Cardmaking** **w/ Marcela** (TBD) **NEW!**Pool Tournament – Sherman Parks &amp; Rec #2356104 - PNG Images - PNGio9:00-5:00pm- **Servicios Sociales -**  By Appointment Only | **Columbus Day 10/11****(RD = Rear Dining Room)(FD = Front Dining Room)**9:00-4:45pm: **Billiar (Pool)** *RD*9:00-4:45pm: **Dominos** *RD*9:00-4:45pm: **Circulo de conversacion** *FD*9:00-4:45pm**: Laboratorio de Computacion** *(limited 4 people at  a time up to 90minutes)* 9:00-11:00am & 1:30-3:30pm: **Gimnasio** RD9:00-4:45pm: **Ping Pong** *RD*12:00-1:00pm: **Grab & Go Meals** *FD* or **Dine-In** *RD*1:00-2:00pm: **Beaded Arts w/  Mary** *RD*1:00-4:45pm: **Pool Torneo**  (See Larry a) *RD* **10/19**2:30-4:30pm: **Karaoke** *FD*9:00-5:00pm- **Servicios Sociales** **-  SOLO POR CITA** | **National Coaches Day 10/6****(RD = Rear Dining Room)(FD = Front Dining Room)**9:00-4:45pm: **Billiar (Pool)** *RD*9:00-4:45pm: **Dominos** *RD*9:00-4:45pm: **Circulo de conversacion** *FD*9:00-4:45pm**: Laboratorio de Computacion** *(limited 4 people at  a time up to 90minutes)*9:00-11:00am &1:30-3:30pm: **Gimnasio** RD1:30-3:30PM: **Holiday Cardmaking w/Marcela** (TBD) **NEW!**9:00-4:45pm: **Ping Pong** *RD*1:30-3:30pm: **Ceramicas con/ John**  (Back Office)1:30-3:30pm: **BINGO** *FD* ***NEW!*** *(limited 27 people, first come first serve)*12:00-1:00pm: **Grab & Go Meals** *FD* or **Dine-In** *RD*1:00-4:45pm: **Pool Torneo** (See Larry) *RD* **10/20**9:00-5:00pm- **Servicios Sociales** **SOLO POR CITA** | **National Frappe Day 10/7****(RD = Rear Dining Room)(FD = Front Dining Room)**9:00-4:45pm: **Billiars (Pool)** *RD*9:00-4:45pm: **Dominos** *RD*) 9:00-4:45pm**: Circulo de conversacion** *FD*9:00-4:45pm: **Laboratorio de Computacion** *(limited 4 people at  a time up to 90minutes)*9:00-11:00am & 1:30-3:30pm: **Gimnasio** RD9:00-4:45pm: **Ping Pong** *RD*12:00-1:00pm: **Grab & Go Meals** *FD* or **Dine-In** *RD*1:00-4:45pm: **Pool Torneo** (See Larry) RD **10/21**12:30 1:30pm: **Actuacion en vivo con facilidad vocal** *FD* **10/28**1:00-2:00pm: **Linda Move It Move** **It** *FD*2:00-3:00pm: **Arts w/ Linda** *RD*9:00-5:00pm- **Servicios Sociales** **-**  **SOLO POR CITA** | **National Coffee Day 10/1****(RD = Rear Dining Room)(FD = Front Dining Room)**9-11:45am: **Chess con****con/ Andres** *RD* ***Chess Cancelled on 10/1 & 10/8***9:00-4:45pm: **Billiards (Pool)** *RD*9:00-4:45pm: **Dominos** *RD*)9:00-4:45pm: **Circulo de conversacion** *FD*9:00-4:45pm**: Laboratorio de Computacion** *(limited 4 people at  a time up to 90minutes)*9:00-11:00am & 1:30-3:30pm: **Gimnasio** RD)9:00-4:45pm: **Ping Pong** (rear  dining room)11:00-12:00: **VNSNY Presentation:****“Falls prevention” 10/15**12:00-1:00pm:**Grab & Go Meals** *FD* or **Dine-In** *RD*1:30-3:30pm: **BINGO** *FD* ***NEW!*** *(limited 27 people, first come first serve)*1:30-3:30pm: **Spanish Heritage  Celebration** **10/8** *(Ruth Winds Way (Court Yard)*2:00-4:00pm: **Pool Torneo  Ceremonia** *RD* **10/22**2:00-4:00pm: **Halloween Costume**  **Contest** *FD* **10/29**3:30-5:00pm: **Karaoke** *FD*9:00-5:00pm- **Servicios Sociales-** **SOLO POR CITA****10/8 and 10/29: Karaoke & Bingo Cancelled** |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Sunday** | **lunes** | **martes** | **miercoles**  | **jueves** | **Viernes** |
| **Octuber 2021 Menu del almuerzo** **Financiado por el departamento de la ciudad de Nueva York para las personas mayores. Comidas servidas Vitamina C, 1%Leche,Pan integral y margarina sin grasas trans.Contribucion Sugerida : $.50/comida . Personas de 60 y mas y personas menos de 60 pagan : $3.00 Fee.****Opcion vegetariana y Kosher disponible *.******\* El menu esta sujeto a cambios sin previo aviso.***  | ***27******Carne Salisbury Steak w/******Salsa de Hongos Garlic Mashed Potatoes******Cauliflower con zanahorias & Parsley******Manzanas*** ***1%Leche , Pan de Trigo***  | ***28******Carne & Pavo Meatloaf w/******mushroom Gravy******Arroz blanco California Blend*** ***Banana******1%leche, Pan de Trigo***  | ***29******Baked Pasta con/ Sausage,******Peas, & Ricotta******Garden salad******Mandarin Orange*** ***1% Leche, Pan Trigo***  | ***30******BBQ Costillas w/Baked Mac &******Queso******Estofado de col roja*** ***Con /Manzanas*** ***Honeydew******1%Leche, Pan Trigo***  | ***1******Baked Tilapia w/Garlic******Crumb Crust******Couscous w/Peas & Lemon******Tomates Frescos en Rodajas & pepino*** ***Oranges******1%Leche , Pan Trigo*** |
| ***4******Pumpkin Turkey Chili w/******Arroz Integral*** ***California Blend Veggie******Naranjas*** ***1%Leche, Pan de Trigo***  | ***5******Pavo Salsa de Carne con /******Whole Wheat Spaghetti******Pan de Ajo Italian Blend Veggie******Cantaloupe******1%Leche, Pan Trigo***  | ***6******Chinese Style Pepper Steak******Arroz Blanco Asian Cabbage******Orange Pina Jugo*** ***1%Leche, Pan De trigo***  | ***7******Pollo Stir Fry w/Veggies******Chinese Style Spaghetti******Normandy Blend*** ***Banana******1%Leche, Pan de trigo*** | ***8******Spanish Style Baked******Pollo w/******Yellow Rice & Pigeon Peas******Mix Veggie******Yellow Plantains******Banana******1% Leche , Pan Trigo***  |
| ***11******Salmon Cakes******Cerdorotini con/ Tomates &******Black Olives******Steam Broccoli******Jugo de Manzana y Naranja 1%Leche, Pan de trigo*** | ***12******Chinese Style Cerdo con/******Arroz Blanco*** ***California Blend*** ***Apples******1% Leche, Pan de trigo*** | ***13******Vegetarian Lasagna w/******Pan de Ajo*** ***Broccoli w/ Toasted Garlic******Naranja Pina*** ***1% Leche , Pan de trigo*** | ***14******Carne & Pavo Swedish*** ***Albondigas*** ***Egg Noodles******Winter Blend*** ***Naranja*** ***1% Leche , Pan de trigo*** | ***15******Salmon w Citrus Crusted*** ***Sesame******Couscous w/Roasted Veggie******Zanahorias w/ Parsley******Manzana Jugo******, Pan de trigo*** |
| October | ***18******Jerk Pollo con/Arroz Blanco y Frijoles*** ***Yellow Plantain******Garden Salad******Banana******1%Leche , Pan de trigo*** | ***19******Baked Breaded Lamb Chips******Zucchini Arroz*** ***Brussels Sprouts******Honeydew******1%Leche, Pan de trigo*** | ***20******Curried Pollo Legs******Yellow Rice & Pigeon Peas******California Veggie******Fresa Y pure de Manzana*** ***Pan de trigo***  | ***21******Carne Sloppy Joe w/******Hamburger Buns******Cauliflower w/Carrots &******Parsley******Naranjas Pina Juice******1%Leche, Pan de Trigo***  | ***22******Asian Style White Fish******Whole Wheat Spaghetti******Asian Cabbage******Mandarin Naranjas*** ***1% Leche, Pan de trigo*** |
| fall-spooky-orange-autumn-pumpkin-halloween-holiday-jack-o-lantern-scary-illustration-seasonal-event-october-lit-happy-halloween-still-life-photography-1061445 | ***25******Pollo Alfredo w/Penne******Garlic Bread******Broccoli w/ Toasted Garlic******Cantaloupe & Oranges******1%Leche , Pan de trigo*** | ***26******Chuletas de Cerdo Asadas w/******Pure De Papas Casero*** ***California Blend*** ***Naranjas/ Pinas Jugo******1%Leche , Pan de trigo*** | ***27******Pavo Meat Sauce w/******Whole Wheat Spaghetti******Cauliflower w/Carrots & Parsley******Banana******1%Leche Pan de trigo*** | ***28******Pollo Jambalaya*** ***Brussels Sprouts******Honeydew******1%Leche, Pan de trigo*** | ***29******Pescado Blanco Horneado w/*** ***Garlic Crumb Crust******Baked Brown Rice Pilaf******Baby Carrots w/ Parsley******Naranjas*** ***1%Leche , Pan de trigo*** |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Lunes**  | **Martes**  | **Miercoles** | **Jueves**  | **Friday** |
|  | **October 2021 Dinner:** ***Financiado a través del Departamento de Personas Mayores de la Ciudad de Nueva York******Comidas servidas con vitamina C, 1% de grasa libre de leche,******pan integral y margarina sin grasas trans A partir del 1 de octubre de 2021*** ***Contribución sugerida: $ .50 / comida (tiempo limitado)******Invitados de 59 años o menos: tarifa de $ 3.00******Opción vegetariana y kosher disponible*** |  |  |
|  |  |  |  | ***1******Pastel Pescado w/ Alfredo Sauce******Home Fries w/ Peppers & Onions******Roasted Zucchini******Honeydew******1% Leche, Pan de Trigo*** |
| ***4******Bistec de ternera salisbury con/salsa de champinones*** ***Coliflor con / Zanahorias y Perejil*** ***Pure de Papas al ajo*** ***Manzana & Naranja*** ***1% Leche , Pan de Trigo***  | ***5******Pasta al horno con/embutido,******Peas, Ricotta******Garden Ensalada*** ***Mandarin Naranja******1% Leche, Pan de Trigo*** | ***6******Carne & Pavo (Pastel de Carne) con/*** ***Salsa De Champinones*** ***Arroz Blanco California Blend******Bananas******1% Leche , Pan de Trigo*** | ***7******Costillas de ternera a la barbacoa w/Baked Mac & Cheese******Braised Red Cabbage w/ manzana*** ***Honeydew******1% Leche, Pan de Trigo*** | ***8******Baked Tilapia w/Garlic*** ***Crumb Crust******Couscous w/ Peas & Lemon******Fresh Sliced Tomatoes &*** ***Cucumber******Naranja******1% Leche, Pan de Trigo*** |
| ***11******Calabaza, Pavo, Chile*** ***Arroz Integral*** ***California Blend******Naranja******1%Leche , Pan de trigo***  | ***12******Pavo Salsa de carne*** ***Espaguetis de trigo integral*** ***Pan de Ajo*** ***Italian Blend******Cantaloupe******1% Leche, Pan de Trigo*** | ***13******Chinese Style Pepper Steak******Arroz Blanco Asian Cabbage******Banana******1% Leche, Pan de Trigo*** | ***14******Pollo Stir Fry w /verduras*** ***Chinese Style Spaghetti******Normandy Blend******Naranja , Pina jugo*** ***1% Leche, Pan de Trigo*** | ***15******Pastel de Salmon*** ***Rotini w/ Tomatoes & Black Olives******Brocoli al vapor*** ***Banana******1% Leche, , Pan de Trigo*** |
| ***18******Pollo al horno a la espanola*** ***Arroz amrillo & Pigeon Peas******Mixed Veggie******Banana******1% Leche, Pan de Trigo***  | ***19******Chinese Style Pork******Arroz blanco*** ***California Blend******Manzana*** ***1%Leche, Pan de trigo***  | ***20******Lasana Vegetariana*** ***Pan de ajo*** ***Broccoli w/ Toasted Garlic******Naranja/ pina jugo*** ***1% Leche, Pan de Trigo*** | ***21******Pollo & Pavo Swedish Meatballs******Egg Noodles******Winter Blend******Naranja******1% Leche, Pan de Trigo*** | ***22******Salmon con/ Citrus Crusted Sesame*** ***Couscous con/Roasted Verduras*** ***Zanahorias con perejil*** ***Jugo de Manaza*** ***1% Leche, Pan de Trigo*** |
| ***25******Jerk Pollo/******Arroz y frijoles******Platanos Amarillos Garden Salad******Banana******1% Leche, , Pan de Trigo*** | ***26******Baked Breaded Lamb Chops******Arroz Amarillo Pilaf******Brussels Sprouts******Honeydew******1% Leche, Pan de Trigo*** | ***27******Curried Pollo Legs******Arroz Amarillo & Pigeon Peas******California Blend******Fresa Applesauce******1%Leche, Pan de Trigo***  | ***28******Carne de Res Sloppy Joe******Pan integral para Hamburguesa*** ***Cauliflower w/ Carrots & Parsley******Naranja / Pina Jugo*** ***1%Leche, Pan trigo***  | ***29******Asian Style Pescado Blanco*** ***Espaguetis de Trigo Integral*** ***Asian Cabbage******Mandarin Naranja******1%Leche, Pan Trigo***  |