

# Centro de Actividad para Personas de la Tercera Edad

Septiembre 2025

---



*Bienvenidos al Methuen Senior Activity Center, un lugar donde se reúnen personas jubiladas y de la mayor edad para continuar viviendo en plenitud, aprender nuevas destrezas, conocer nuevos amigos y mantenerse activos en la comunidad.*

*Aquí no se requiere membresía y cada persona puede venir a participar cuando desee. Las actividades varían mensualmente.*

*Ven a buscar un boletín para que te enteres de lo que ofrecemos o búsqúenos en la página web en [www.cityofMethuen.net](http://www.cityofMethuen.net).*

**VENTA DE PRENDAS, 9 A.M. A 3 P.M.**

 **GRAN EVENTO**  
**UNA TARDE DE MÚSICA Y REGOCIJO CON EL**  
**CORO HAPPY HEARTS**  
**JUEVES 25 DE SEPTIEMBRE A LA 1 P.M.**

 Methuen Senior Activity Center

Prepárese para una tarde inolvidable llena de armonía, felicidad y orgullo comunitario. Si eres fanático del Coro Happy Hearts o es tu primera vez escuchándolo vas a quedar encantado con su repertorio de música clásica y contemporánea. Invita un amigo, ponte tus zapatos de baile y prepárate a cantar juntos.

Se servirán refrigerios.  
Están todos bienvenidos



# Conexión Dorada

## **Saludos del Equipo**

*Mientras el verano termina y la brisa fresca del otoño se aproxima, les damos una cordial bienvenida y les presentamos nuestros eventos y actividades a través de las cuales harán conexiones duraderas.*

*En el mes de septiembre y octubre, tendremos un horario prolongado de 4 a 7 p.m. dándole más tiempo para que ustedes puedan disfrutar de sus actividades preferidas o explorar otras nuevas.*

### **Únase a nosotros para**

*Jugar billar o ping pong*

*Hacer ejercicios*

*Tomarse la presión arterial*

*Conocer de los recursos que ofrece el Departamento de Salud y Servicios Humano de Methuen*

*Y mucho más*

***Y no olviden anotar en su calendario nuestro evento especial con el Coro Happy Hearts El 25 de septiembre.***

*Vamos hacer que este otoño sea una temporada inolvidable.*

*Estamos contentísimos de que estén aquí con nosotros*

*Con mucho cariño,  
El equipo de la oficina*

## Gracias a todos los que contribuyeron con los programas del mes de agosto incluyendo

---

Gracias a todos los que contribuyeron con los programas del mes de agosto incluyendo Cedar View por patrocinar el torneo de 45s; Matt York por tocar música Country con Classic Country Music Review; Maureen Sharrock, directora del Council on Aging por dirigir el grupo de lectores mensual; Regina McCarthy, dirigir el grupo de caminata; el Abogado Peter McQuillan, por su consulta legal de 15 minutos; Gigi and Gravity Men, por una tarde fabulosa llena de música y baile; la Representante Estatal Estela Reyes y el Presidente del Concilio de Methuen Ron Marsan por brindar los deliciosos helados; el Departamento de Policía por patrocinar Café con un Oficial (el equipo comunitario de respuestas a emergencias); el Departamento de Salud y Servicios Humano; el Departamento de Obras Públicas; Yvonne Paplaskas por el programa Kindness Rocks; Desayuno para los veteranos; Jacqui Marchand por el programa de duelo y transición para personas que han perdido seres queridos; Age Span, por llevar alimentos a diario a los hogares y los almuerzo que sirven en el centro de envejecientes



☀ **Ha llegado el horario prolongado !** ☀

---

*Miércoles de 4 a 7 p.m.  
Methuen Senior Activity Center se complace en anunciarle que estaremos abiertos más horas los miércoles en septiembre y octubre. Vamos a tener un horario ampliado de 4 a 7 p.m.*

*Únase a nosotros para disfrutar de una tarde donde puede Jugar cartas, billar o ping pong*

*Disfrutar de un café mientras habla con un amigo*

*Tomarse la presión alterial con la Enfermera de la ciudad Karen Ferullo*

*Recibir ayuda del Departamento de Salud y Servicios Humano llenando formularios para recibir Mass Health, SNAP, asistencia para pagar la calefacción RAFT y más.*

*Se ofrecerá clases de ejercicios con Brian Coyne y Joanie Lawrence. Las opciones son*

*Balance, huesos y cerebros, septiembre 13 y 17; octubre 1, 15 y 29  
Yoga y meditación, septiembre 11 y 24; octubre 18 y 22  
Cada clase cuesta solo \$2.  
Venga a divertirse! Estamos ansiosos por verlos!*



### **METHUEN ELDER AFFAIRS**

*Departamento de Servicios para  
Envejecientes*

*Susan Riccio, directora ejecutiva*

*Maribet Torres, secretaria personal  
Cheryl McQuinlan, trabajadora de enlace  
comunitario*

*Liz Otto, ayudante en la oficina*

*Domenic Alaimo, encargado de  
mantenimiento*

### **Tax Aide busca voluntarios**

Los voluntarios de Tax Aide preparan impuestos para personas de bajos o medio recursos en nuestra comunidad. El horario es de 4 a 8 horas semanales comenzando en enero hasta mediados de abril. Además de llenar planillas de impuestos, se busca voluntarios para hacer trabajo administrativo, especialistas en computadoras y la red social.

Se ofrecerá un entrenamiento para las personas interesadas el 23 de septiembre de 10 a 11:30 a.m. en Andover Senior Center.

**Deben registrarse con Chris Weigand enviando un correo electrónico a [weigandcd@gmail.com](mailto:weigandcd@gmail.com)**

### **Methuen Senior Activity Center, Inc Junta de Directores del Consejo Corporativo**

*Genevieve Marks, presidente*

*Regina McCarthy, vice presidente*

*Dan DiBurro, tesorero*

*Tom Gradzewicz, vocero*

*Susan Riccio, directora ejecutiva*

*Donald Marcus, representante*

*Marilyn Freeman, representante*

*Maureen Sharrock, directora del Concilio  
de Envejecientes*

## **Únase al Club 50/50**

**Para más información o para apuntarse al  
Club 50/50 pase por la oficina en el 77  
Lowell St., Methuen**

**Su donación es exenta de impuestos**

Membresía es solo \$4 mensual

Must be paid 6 months or 12 months

Donation: \$ \_\_\_\_\_

**6 meses \$24 12 meses \$48**

**Escriba en el cheque Methuen Senior  
Activity Center, 50/50)**

**Nombre** \_\_\_\_\_

**Fecha** \_\_\_\_\_

**Dirección** \_\_\_\_\_

Cut out and mail in your membership today!

## **Ganadores del Club 50/50**

Muchas felicidades a los ganadores de la rifa 50/50 del mes de agosto, 2025

**Robert Belton, \$179.71**

**James Riley, \$104.82**

**Barbara Barkush, \$69.88**

Hay una oportunidad de ganar tres veces mensual

## **Recuperación de las Drogas**

Acompáñenos en un día de Esperanza y Sanación! La organización Merrimack Valley Prevention and Substance Abuse Project los invita a un evento el sábado 13 de septiembre de 10 a.m. a 1 p.m.

Conozca a otros miembros de la comunidad que se han librado de la adicción. Se compartirán recursos y apoyo en un entorno inspirador y acogedor.



### ★ **Rincón de la Inspiración** ★

*"Ama lo que tú haces y haces lo que amas"*

*Permite que esta simple pero poderosa frase guíe tus días- sea que estes disfrutando de un pasatiempo, ayudando a un amigo o haciendo algo nuevo, hazlo con pasión y propósito.*

*Toma tiempo en esta nueva temporada del año para hacer algo que te haga feliz.*

### **Regresan Los GemsTones**

Prepárese para disfrutar música de la década de los años 1950, 60 y 70 con el grupo GEM Tones

El 8 de septiembre a la 1 p.m. en Methuen Senior Activity Center  
Venga a escuchar música para divertirte y hasta puedes bailar.  
No te pierdas de una tarde llena de nostalgia musical

### **Cena de los bomberos**

21 de octubre, 4 a 6 p.m.  
Ven a disfrutar de una deliciosa comida y buena compañía en la cena anual de los bomberos.


### **Club de lectores**

*Bajo la dirección de Maureen Sharrock  
3 de septiembre a las 12 p.m.*

*Sea usted apasionado a la lectura o quisiera leer algo nuevo este club es el lugar perfecto para conectarse con otros amantes de los libros.*

*Regístrese hoy llamando al 978-983-8825.*



 *Visite nuestra fabulosa tienda de segunda mano*

*Abierta lunes a jueves de 9 a.m. a 3 p.m.*

*Viernes 9 a.m. a 12 p.m.*

*Has visitado a nuestra tienda de segunda mano?*

*Tenemos una magnífica y gran selección de ropas, zapatos, artículos para el hogar y mucho más a muy buen precio.*

*Esto es otra gran razón por que debes visitar el centro de envejecientes de Methuen.*

***Llene un bolso por \$5 el 16 de septiembre de 9 a.m. a 3 p.m.***



## Horas de oficina con oficiales electos

*Representante Estatal Estela Reyes, 12 de septiembre 10 a.m. a 12 p.m.*

*Representante Estatal Ryan Hamilton, 5 y 19 de septiembre, 10 a.m. a 12 p.m.*

*Senador Pavel Payano, 3 de septiembre, 10 a.m. a 12 p.m.*

*Alcalde DJ Beauregard, 3 de septiembre, 11 am a 12 p.m.*

*Director del Departamento de Veteranos Paul Jensen, el tercer jueves del mes, 10 am a 12 p.m.*

*Están más que bienvenidos a venir y a hablar con ellos de cualquier tema*

## Horario de oficina mensual de la Representante Estela Reyes

El segundo viernes del mes de 10 a.m. a 12 p.m. Grace la ayudante de la representante Reyes está disponible para reunirse con miembros de la comunidad. Si usted tiene preguntas sobre legislaciones, iniciativas al nivel estatal o preocupaciones sobre temas en la comunidad te escuchará y te asistirá. Grace puede ayudarte en una variedad de temas incluyendo Legislación o propuestas  
Temas de desempleo  
Temas de vivienda  
Abogacía personal de temas específicos que te afectan a ti o a tu familia  
Temas locales o estatales que impacten la calidad de vida

Si usted quiere entender mejor una legislación, compartir como un asunto te afecta personalmente o hacer preguntas sobre nuevas pólizas políticas Grace está aquí para apoyarte. Si ella no puede, Grace trabajará contigo para conectarte con las agencias y recursos apropiados.

Ella está aquí para asegurarse que tus preocupaciones sean escuchadas y llevarle la información a la Representante Reyes para que abogue por ti en la Casa del Estado. No necesitas hacer una cita, solo ven, saludala y habla con Grace.

## Eventos para veteranos

Jueves 18 de septiembre, horas de oficina 10 am a 12 p.m. en Methuen Senior Activity Center

Jueves 9 de octubre 4 a 6 p.m. Saludos en el atardecer en el campo de golf

Jueves 16 de octubre, 9 a 11 a.m. desayuno para veteranos en Methuen Senior Activity Center

## Mesas con información y recursos comunitarios

- 9 de septiembre Cross Culture (Trans Cultural)
- 16 de septiembre Salud Comportamental, 11 am a 1 p.m.
- Club de Rotarios de Methuen
- 18 de septiembre, Paul Jensen, director del Departamento de Veteranos, 10 a.m. a 12 p.m.

## Re-introducción del programa Silver Hair Legislation

Estamos contentos de anunciar el regreso de este programa el cual se enfoca en abogar por las necesidades y derechos de las personas de la tercera edad en nuestra comunidad. Su propósito es de empoderarlas asegurándose de que se escuchen sus voces y sus quejas sean atendidas.

### El programa destaca

Abogacía de los derechos y necesidades de personas mayores  
Compromiso comunitario

Animar a la participación activa en el proceso legislativo local

Apoyo, proveyendo recursos y asistencia para navegar temas legales y sociales

Exhortamos a todas las personas mayores a unirse a esta iniciativa. Juntos podemos hacer una gran diferencia y crear una comunidad más inclusiva para todos.

### Vendra Pronto - tú puedes hacer la diferencia

**19 de septiembre, 2025, 10 a.m.**

Este día Tendremos una sesión informativa donde aprenderás a cómo involucrarte. Tú puedes hacer un impacto significativo y nos honrarías con tu presencia.

Para cualquier pregunta o para buscar más información comunícate con uno de nuestros empleados o llama al Methuen Senior Activity Center Al 978-983-8825

## Viaje con Royal Tours

*Trip Talks  
Hosted by  
Collette Vacations*



### **Join Collette for a slideshow**

*Cuándo— de septiembre  
Hora 10:30 a.m.*

*Sam Trapani tendrá una  
presentación informativa sobre  
los viajes y paseos que ofrecerá  
Collette Vacation durante el año  
2025-2026*

### **AARP Smart Driver Safety Course**

On October 16, 2025 AARP will be giving a driver safety course. The fee is \$20 for AARP members and \$25 for non-members. The course will run from 9:30AM to 2:30 PM with a break for lunch. Bring a lunch

### **Almuerzo con la directora y gerente de oficina**

Susan y Maribet el 18 de septiembre a las 11:30 a.m.

También se celebrarán los cumpleaños del mes de septiembre. Favor de llamar a la oficina al 978-983-8825 para registrarse.

## Texas Road House

Apoye a una buena causa cenando en Texas Road House. September 23, 2025 desde 3pm-9pm. Busque un afiche en el Senior Center y entrégueselo a la mesera al llegar al restaurante lo necesitarás para la recaudación de fondos. Para más detalles vaya a nuestra página de Facebook



### *Consulta Legal*

*El abogado Peter McQuinlan  
Le haremos saber cuando el  
abogado tendrá más citas.  
17 de septiembre*

## Colección de ropas

Lawrence Ladies Lodge de Sons of Italy está colectando ropas el 4 de septiembre de 10 a.m. a 12 p.m. en El estacionamiento del Senior Center.



Muchísimas gracias a todos los voluntarios que aportan de su tiempo y talento para que el Methuen Senior and Activity Center sea uno de los mejores. A todos los que participan y pasan tiempo con nosotros, a todos los que donan a la tienda de segunda mano. No tenemos como agradecerles por las donaciones que nos hacen. A todos los choferes del programa NEET que transportan a las personas a las citas médicas, gracias desde el fondo de nuestro corazón.

Todo lo que hacen por nosotros y con nosotros marca una gran diferencia. En verdad agradezco mucho si visitas al centro a participar de nuestros programas o a darnos una mano amiga.



# Calendario de ejercicios y actividades

Las clases cuestan \$2. Se les pide a los participantes a llegar temprano y salir tan pronto se termine la clase. **Favor de traer un par de zapatos extra.**

Antes de participar en cualquier programa, cada persona necesita llenar una planilla con sus datos en caso de emergencia. Se les dará una tarjeta que debe escanear cada vez que venga a las clases.

Las clases son gratis para personas de 90 años de edad.

**Actividades semanales.** Actualizado: Se requiere registrarse para la mayoría de las actividades llamando al 978-983-8825.

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
8:30-9:15 Aeroflex y pesas con Pat ~	8:45-9:30 Cardio, aeróbico y pesas con Val ~	8:30-9:15 Balance, huesos y cerebros con Brian ~	8:30-9:15 Yoga suave con Pat ~	8:30-9:15 yoga con Joan ~
9:30-10:15 Yoga suave con Pat ~	9:00-11:00 Cerámica ~	9:00-11:00 Edredón ~	9:00-11:00 Clínica de presión arterial ~	9:00-11:00 Edredón ~
10:00-12:00 Pintura ~	9:00-11:00 Clínica de presión arterial ~	9:30-10:15 Balance, huesos y cerebros con Brian ~	9:30-10:15 Aeroflex y pesas con Pat ~	9:30-10:15 yoga con Joan ~
1:00-3:00 Mahjong	9:30-10:15 Baile de línea con Val ~	10:30-11:15 Cardio con tambores ~	1:00-3:00 juego de cartas Bridge ~	9:30-10:15 Baile de línea con Val ~
	12:30-3:00 Cerámica ~	10:00-12:00 Pintura ~	1:00-3:00 Coro Happy Hearts ~	
	12:30-1:15 Tai Chi/Qi Cong ~	2:30-3:45 Programa Adopta un Abuelo ~	1:00 juego de cartas Whist ~	
	1:00 juego de cartas 45s ~			
	1:00-3:00 Dominoes			

## Torneo de juego de cartas 45



Venga a jugar 45  
Todos son bienvenidos

**Lunes 15 y 29 de  
septiembre, 12:30 p.m.**

**Costo \$3**

### **Ganadores del 4 de agosto 1**

1<sup>st</sup> Joe Buck & Paul Coutsonikas

2<sup>nd</sup> Victor Hidish & Ron Bretton

### **Ganadores del 18 de agosto 1**

1<sup>st</sup> Mae Tetler & Steve Windle

2<sup>nd</sup> Amy Cardillo & Dottie Pepe

## Bocce

Juego de pelota Bocce  
Venga a divertirse jugando  
Bocce el martes 30 de  
septiembre de 10 a 12  
Si tienes experiencia  
jugando o nunca lo has  
hecho, todos están  
bienvenidos a tirar la bola,  
reírse mucho y disfrutar la  
mañana juntos.  
No tienes que saber como  
jugar, solo trae la mente  
abierta y tu entusiasmo.

## S.H.I.N.E

**Usted se va a jubilar pronto?  
Tienes preguntas o está  
buscando respuestas sobre  
Medicare y opciones para  
seguros de salud?**

**Estamos aquí para ayudarlo  
Nuestro consejero de SHINE  
está disponible vía telefónica  
llamando al 978-983-8825**

**Solo necesitamos saber su  
nombre, número de teléfono  
y correo electrónico para  
hacerle una cita**

### KINDNESS ROCKS

Clases de pintar piedras con  
mensajes positivos

Con Yvonne Paplaska

5 y 19 de septiembre, 2025 a  
las 10 am

### **Kev Tech Classes**

**Esto es una serie mensual para  
personas mayores que tienen  
dificultad usando sus teléfono  
móvil, IPAD u otro dispositivo  
electrónico.**

**Venga a estas clases donde  
se le ayudará a bregar con la  
nueva tecnología. Esta serie  
de 12 sesiones se reúne  
mensualmente ofreciendo  
orientación práctica en un  
entorno relajado. Cupo  
limitado y debe registrarse  
así que inscríbese con  
anticipación**

# KARAOKE

**TIEMPO DE  
KARAOKE**

**El último martes  
de cada mes a la  
1:30 p.m.  
23 de septiembre  
con Don Riccio**

## CLUB DE CAMINANTES

Con Regina McCarthy

Ya entramos en otoño y esta es  
una temporada perfecta para  
dar una caminadita por el  
Methuen Rail Trail

**Martes 9 y 23 de septiembre a las  
10:30 am**

Nos reunimos en la parada del  
tren.  
sneakers and join the club!



Northern Essex Elder Transport, Inc.

**SE NECESITAN CHOFERES**  
Sea voluntario para llevar personas mayores a citas  
médicas.  
Llamé a NEET hoy para comenzar y hacer una diferencia  
978-388-7474

**Se le pagan por las millas**

# THE TALK

Everyone is welcome to join  
The Talk from 10:30 AM to 12:00  
PM for lively conversation and  
thoughtful discussion on  
current events. It's a great  
way to connect with others,  
share ideas, and stay  
informed in a relaxed and  
friendly setting. Come be part  
of the conversation!

## **Programa PATH**

El programa PATH de Methuen  
pronto tendrá horas de oficina  
en el Methuen Senior Activity  
Center.

Este programa es una  
colaboración entre la ciudad, y  
el servicio comunitario Front  
Line. PATH provee acceso a  
servicio de salud mental e  
intervención en casos de crisis.

Ellos trabajan con el  
Departamento de Policía, el  
Equipo de Respuesta a la  
Comunidad y el trabajador de  
expansión y pacientes  
ambulatorios proveyendo  
acceso a terapia de  
tratamiento a corto plazo.  
El equipo tendrá horas de  
trabajo en el Methuen Senior  
Activity Center para todo aquel  
que tenga preguntas de salud  
mental, cómo buscar recursos  
o simplemente quieren hablar  
con alguien.

Para más información llame al  
978-983-8825



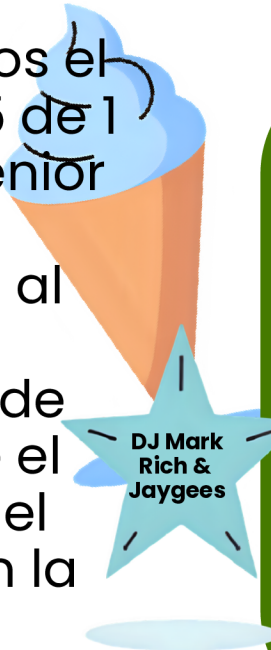
## Helado Social

Venga a comer helados el  
16 de septiembre, 2025 de 1  
a 3 pm en Methuen Senior

Activity Center

Regístrese llamando al  
978-983-8825.

Ese día también puede  
aprender más sobre el  
grupo de Rotarios y el  
trabajo que hacen en la  
comunidad



## Almuerzo de Olive Garden

Almuerzo de Olive Garden  
Miércoles 17 de septiembre,  
2025 de 1 a 2 p.m.

Disfrute de un delicioso  
almuerzo proveído por el  
restaurante Olive Garden. Se  
sirve a quienes lleguen primero  
y cada persona debe  
registrarse individualmente.  
Cupo limitado así que  
regístrese con tiempo

Conversación con el Jefe de Bomberos  
Venga a tomarse un café y escuchar al Jefe de  
Bomberos David Toto, el  
23 de septiembre de 9 a 11 a.m.

Esta es una gran oportunidad para hacerle  
preguntas, compartir sus preocupaciones y  
conocer más del departamento de bomberos  
de la ciudad.



## GuildGrupo de Sastres



Este grupo se reúne una vez al mes  
comenzando a las 12 del medio día.  
Nuestra próxima reunión es el martes 9 de  
septiembre en Methuen Senior Activity  
Center.

Venga a compartir sus proyectos,  
aprender nuevas técnicas y conocer otros  
amantes de la costura.

## Club mensual de Cumpleaños

Estamos contentísimos de celebrar tu  
día especial el 18 de septiembre las  
11:30 a.m.

Venga a almorzar y también a comer  
bizcocho! Debe registrarse no más  
tarde de las 11:30 a.m. dos días antes  
llamando al 978-983-8832.

Puede ver el menú en el Senior Center

### Aviso importante

**De ahora en adelante, tendrán que registrarse para poder participar de todos los programas.**

Lo puede hacer 1. Llamando al 978-983-8825 2. Viniendo en persona al Methuen Senior and Activity Center, 77 Lowell St., Methuen

Septiembre 1, Cerrado con motivo del Día del Trabajo  
Septiembre 2, 9-11:30 Clase de cerámica  
Septiembre 2 9-11, clínica de la presión arterial  
Septiembre 2 9:00-12:00 clase de artes  
Septiembre 2 1:00 Beginners 45's  
Septiembre 2 1:00-3:00 juegos de dominós  
Septiembre 4 10:00 The Talk  
Septiembre 5 10:00 Kindness Rocks  
Septiembre 8 1:00 GemsTones  
Septiembre 8 1:00 - 3:00 juego de Mahjong  
Septiembre 9 9:00 - 11:30 clase de cerámica  
Septiembre 9 9:00-11:00 clínica de presión arterial  
Septiembre 9 12:00 Club de costura  
Septiembre 9-11 am, clase de cerámica  
Septiembre 9 1:00 juego de cartas 45 para principiantes  
Septiembre 9 1:00-3:00 Dominoes  
Septiembre 10 10:00-12:00 clase de pintura  
Septiembre 10 **Estaremos abiertos de 4-7**  
Septiembre 11 9:00-11:00 Clínica de presión arterial  
Septiembre 11 1:00 juego de cartas Whist  
Septiembre 12 9-11 am, grupo de edredón  
Septiembre 13 10:00-1:00 reunión de MVSVP  
Septiembre 15 10:00 Kev Tech  
Septiembre 15 12:30 45's

Septiembre 15 10:00-12:00 clase de pintura  
Septiembre 16 9:00-11:30 clase de cerámica  
Septiembre 16 9:00-11:00 clínica de presión arterial  
Septiembre 16 1:00-3:00 Helados  
Septiembre 17 10:00-11:00 grupo de apoyo para los que han perdido un ser querido  
Septiembre 17 1:00-2:00 almuerzo de Olive Garden  
Septiembre 18 10:00 The Talk  
Septiembre 18 12:00 Paul Jensen Veteranos  
Septiembre 18 1:00-3:00 juego de cartas Bridge  
Septiembre 18 1:00 juego de cartas Whist  
Septiembre 18 11:30 - Monthly Birthday Club  
Septiembre 19 9:00-11:00 Grupo de Edredón  
Septiembre 19 10:00 Kindness Rocks  
Septiembre 22 1:00 Bingo  
Septiembre 23 9:00-11:00 Café y conversación con el jefe de bomberos  
Septiembre 23 9:00-11:00 clínica de presión arterial  
Septiembre 24 9:00-11:00 Grupo de Edredón  
Septiembre 24 10:00-12:00 clase de pintura  
Septiembre 25 **Espectáculo con el coro Happy Hearts**  
Septiembre 25 9:00-11:00 clínica de presión arterial  
Septiembre 26 9:00-11:00 Grupo de Edredón  
Septiembre 29 12:30-3:00 45's  
Septiembre 30 10:00 juego de pelota Bocce en el jardín del frente  
Septiembre 30 1:00 juego de cartas 45 para principiantes  
Septiembre 30 1:00-3:00 Dominoes

### Grupos que se reúnen mensualmente:

**Los siguientes grupos se reúnen el mismo día y a la misma hora todos los meses**

- Embajador Hora del Café, segundo Marte del mes, 10 am
- Juego de cartas 45, martes 1 p.m.
- Diálogo con la directa, tercer viernes del mes, 10 am
- Coro Happy Hearts, el primer y tercer viernes, 10 am
- Grupo de apoyo para personas que han perdido un ser querido, tercer miércoles, 10 am
- Programa PATH cada lunes y miércoles, 12-3 p.m.
- Juego de cartas Whist, jueves, 1-3 p.m.

Methuen Senior Activity Center  
77 Lowell St., Methuen  
Lunes a jueves, 8-4  
Viernes 8-12:30  
[www.methuen.gov/seniorcenter](http://www.methuen.gov/seniorcenter)

Hacemos lo mejor posible de que el boletín no tenga errores pero a veces hay cambios de última hora o cancelaciones. Para estar al día llámenos al 978-983-8825