

Calendario de Actividades

Llama a Emily al 206-707-1865 Si tu deseas inscribirte en algunas de estas actividades!

Las clases con un asterisco (*) solo se ofrecen de forma virtual; esto incluye Música y Mindfulness, Materia de Equilibrio y Bingo. El Tai Chi y el Yoga en silla se ofrecen de forma virtual en Zoom y en persona. Todas las demás clases son en persona solo en la Iglesia Lamb of God.

La iglesia Lamb of God está ubicada en 12509 27th Ave NE Seattle WA 98125, justo detrás del Lake City Community Center y el parque Albert Davis.

<p><u>7/19 Lunes</u> 10- Rock N' Roll Aerobics 11:15- Clase de Yoga en silla 12:30-1:30 Lunch 2:00- Music and Mindfulness*</p>	<p><u>7/20 Martes</u></p>	<p><u>7/21 Wednesday</u> 10-Tai Chi 11- Arte con Marlyn 11:30- Ayuda Tecnologica 11:30-Caminata 12:30-1:30 Lunch 1:30 –Bingo*</p>	<p><u>7/22 Jueves</u></p>	<p><u>7/23 Viernes</u> 10:00- Manejando el equilibrio * 11:00-Baile Latino 12:30-1:30 Lunch 1:30- Clase de Acuarela</p>
<p><u>7/26 Lunes</u> 10- Rock N' Roll Aerobics 11:15- Clase de Yoga en silla 12:30-1:30 Lunch 2:00- Music and Mindfulness*</p>	<p><u>7/27 Martes</u></p>	<p><u>7/28 Wednesday</u> 10-Tai Chi 11- Arte con Marlyn 11:30- Ayuda Tecnologica 12:00-Juegos para adultos 12:30-1:30 Lunch 1:30 –Bingo*</p>	<p><u>7/29 Jueves</u></p>	<p><u>7/30 Viernes</u> 10:00- Manejando el equilibrio *11:30-ORCA Pop-up 11:00-Baile Latino 12:30-1:30 Lunch 1:30- Clase de Acuarela</p>
<p><u>8/2 Lunes</u> 10- Rock N' Roll Aerobics 11:15- Clase de Yoga en silla 12:30-1:30 Lunch 2:00- Music and Mindfulness*</p>	<p><u>8/3 Martes</u></p>	<p><u>8/4 Wednesday</u> 10-Tai Chi 11am- Arte con Marlyn 11:30- Ayuda Tecnologica 11:30-Caminata 12:30-1:30 Lunch NO Bingo</p>	<p><u>8/5 Jueves</u></p>	<p><u>8/6 Viernes</u> 10:00- Manejando el equilibrio * 10:00- Sound Generations Presentation* 11:00-Baile Latino 12:30-1:30 Lunch 1:30- Clase de Acuarela</p>
<p><u>8/9 Lunes</u> 10- Rock N' Roll Aerobics 11:15- Clase de Yoga en silla 12:30-1:30 Lunch 2:00- Music and Mindfulness*</p>	<p><u>8/10 Martes</u></p>	<p><u>8/11 Wednesday</u> 10-Tai Chi 11am- Arte con Marlyn 11:30- Ayuda Tecnologica 12:00-Juegos para adultos 12:30-1:30 Lunch 1:30 –Bingo*</p>	<p><u>8/12 Jueves</u> <u>Excursion de Orca</u></p>	<p><u>8/13 Viernes</u> 10:00- Manejando el equilibrio * 11:00-Baile Latino 11:30-ORCA Pop-up 12:30-1:30 Lunch 1:30- Clase de Acuarela</p>

SDOT Excursion (ORCA)



Agosto 12th and 24th

Apartir de las 10 am hasta las 3 pm

¡Vamos a traer de regreso excursiones en persona al Departamento de Transporte de Seattle! Este año comenzamos en la Iglesia Lamb of God y nos dirigimos a Alki Beach para almorzar con otros adultos mayores del South Park Senior Center. Viajaremos en varios tipos de transporte, incluido el taxi acuático desde el centro hasta la playa de Alki.

Esta excursión tomará varias horas y requerirá que viaje en un autobús o en un ferry. Se proporcionará almuerzo.

Si desea obtener más información o desea registrarse, llame a Emily al 206-707-1865.

Actualización de Orca



¡ORCA RRFP (Servicios regionales de tarifa reducida) están regresando!

Este año, el enlace de la comunidad que lo ayudará con sus necesidades de Orca es Kathleen, ella habla español e inglés con fluidez.

30 de julio de 11:30-1:30pm

Servicios disponibles:

- Regístrese para recibir una tarjeta ORCA RRFP
- Obtener información sobre la tarjeta RRFP

JOIN US FOR AN 8-WEEK INTERNATIONAL ARTS PROGRAM VIA ZOOM

The Seattle Public Library in partnership with SilverKite Community Arts, (United States), Theatre Today (Singapore), and Seattle-based Kin On and CISC will offer a FREE online 8 week international arts program which explores the impact of COVID on seniors in Seattle and Singapore.

During the project you will have a chance to meet and interact with seniors in Singapore while making art together, sharing stories, and doing simple movement activities.

The weekly online program will be offered on Tuesdays from 6:30 - 8:00pm from August 3, 2021 - September 21, 2021 via Zoom.

To register, please email: info@silverkite.us or call (360) 218-4884



**TUESDAYS,
AUGUST 3 -
SEPTEMBER 21
6:30 - 8PM**

**FREE!
REGISTRATION
REQUIRED**

TO REGISTER:

info@silverkite.us
(360) 218-4884



Sound Generations Presentation



¿Sabías que Lake City Seniors es parte de Sound Generations?

¿Sabías que Sound Generations dirige Meals on Wheels para Seattle?

¿Sabía que Sound Generations tiene un equipo de reparaciones en el hogar, administra Hyde Shuttle, transporte voluntario y mucho más?

Únase a nosotros a las 10 am el viernes 6 de agosto para una presentación interactiva sobre Sound Generations. Haga cualquier pregunta que pueda tener para obtener más información sobre todos los servicios que ofrecemos.

Llame a Emily al 206-707-1865 para registrarse.

5	8	7	3	4		6		
6			7		8		4	3
		4	2			5		8
1				8		3	2	
	9		4	3			8	
3				6	2	7		
	5				4	8	3	1
	6							9
8		2	5		3			

Random Trivia

1. What was the first toy to be advertised on television?
2. What's the most frequently sold item at Walmart?
3. What are the folds of skin on a cat's ears called?
4. What are baby owls called?
5. On average, how long does it take food to pass through the human body?

7	6	4	3	9	5	2	1	8
9	5	2	1	7	8	3	6	4
1	3	8	4	2	6	9	5	7
5	9	7	2	6	1	8	4	3
6	8	1	7	3	4	5	9	2
4	2	3	5	8	9	6	7	1
8	7	5	6	1	2	4	3	9
3	4	9	8	5	7	1	2	6
2	1	6	9	4	3	7	8	5

Random Trivia

1. Mr. Potato Head
2. A Banana
3. Henry's Pockets
4. Owlets or nestlings
5. 53 hours!

Q: What did the beach say to the tide when it came in?
Long time, no sea.

G O R E I S E B O H O U A D S I W D T U
A A A E B U E O E A T R N E O W E V O H
T G T N E T O S G H H L L L A T N E E L
I B A E L I E F D D I T E G G H O I E P
E S T W I N G E I F U N T N E E Y A H I
T E O T S A D A R L H A D A I L N R O E
T D U W T N F O B N I P I T I I I U N Y
N L I S A T O E R N B R A I N O E O A O
A E L H N D L N U H T H N G O N S B P E
Z I L P O C A H O N T A S S G K T R R S
R F E D E Y Y S B N N T R R C I H A E U
A T A E S L O O R O A A L A L N C H T O
T U A L R A N B A V R R J A C G A G E H
B E S K C O R E H T U T A D U G E N P A
N L L G S I E A Z F R S C A H L B I R R
I E T A N W V D J O S N A A E E I L N E
I I T R N U O U P E R I A T L S D R A P
C F E T O N R B O U A F R E L P N A O O
H C A O O E U N T S C A O E A C O D I D
E S D A E D R O F F A D T A W O B P E E

LEFT ____

- | | |
|---------|---------|
| BEHIND | LEANING |
| BRAIN | OVER |
| FIELD | TURN |
| FORDEAD | WING |
| HANDED | |

SYDNEY ATTRACTIONS

- | | |
|----------------|-------------|
| BONDIBEACH | OPERAHOUSE |
| DARLINGHARBOUR | PORTJACKSON |
| HARBOURBRIDGE | THEROCKS |

DISNEY FILMS

- | | |
|-------------|-------------|
| CARS | TANGLED |
| FROZEN | TARZAN |
| PETERPAN | THELIONKING |
| POCAHONTAS | WALLE |
| RATATOUILLE | |