

<p><u>10/12 Lunes</u> 11- Zoom Yoga en silla 12:30-1:30 Lunch** 2-Biblioteca virtual, libros reales</p>	<p><u>10/13 Martes</u> 9-Yoga con Rich 11- Juntos Vamos a hacer Arte 3- Contando historias!*</p>	<p><u>10/14 Miercoles</u> 10-Tai Chi 11:15- Grupo de caminata 12:30-1:30 Lunch** 1:30 –Bingo</p>	<p><u>10/15 Jueves</u> 1:30- Clase de Acuarela con Kathleen.</p>	<p><u>10/16 Viernes</u> 12:30-1:30 Lunch**</p>
<p><u>10/19 Lunes</u> 11- Zoom Yoga en silla 12:30-1:30 Lunch**</p>	<p><u>10/20 Martes</u> 10-Musica y recuerdo de los 60* 11- Juntos Vamos a hacer Arte 2-Viaje de campo virtual: viaje en autobus y zoom de tarifa.</p>	<p><u>10/21 Miercoles</u> 10-Tai Chi 11:15- Grupo de caminata 12:30-1:30 Lunch** 1:30 –Bingo</p>	<p><u>10/22 Jueves</u> 1:30- Clase de Acuarela con Kathleen</p>	<p><u>10/23 Viernes</u> 12:30-1:30 Lunch**</p>
<p><u>10/26 Lunes</u> 11- Zoom Yoga en silla 12:30-1:30 Lunch**</p>	<p><u>10/27 Martes</u> 11- Juntos Vamos a hacer Arte 3- It's in the Story!*</p>	<p><u>10/28 Miercoles</u> 10-Tai Chi 11:15- Grupo de caminata 12:30-1:30 Lunch** 1:30 –Bingo</p>	<p><u>10/29 Jueves</u> 1:30- Clase de Acuarela con Kathleen</p>	<p><u>10/30 Viernes</u> 10- Clase de Espanol para principiantes 12:30-1:30 Lunch**</p>
<p><u>11/2 Lunes</u> 11- Zoom Yoga en silla 12:30-1:30 Lunch**</p>	<p><u>11/3 Martes</u> 10- Comenzando a dibujar* 11- Juntos Vamos a hacer Arte</p>	<p><u>11/4 Miercoles</u> 10-Tai Chi 11:15- Grupo de caminata 12:30-1:30 Lunch** 1:30 –Bingo</p>	<p><u>11/5 Jueves</u> 10am-Practicas de atencion plena (mindfulness) 1:30- Clase de Acuarela con Kathleen</p>	<p><u>11/6 Viernes</u> 10-Clase de Espanol para principiantes. 12:30-1:30 Lunch**</p>

Llama a Emily al 206-707-1865 Si deseas inscribirte para alguna de las actividades! * Indica clases por Silver Kite

** Indica lunch ofrecido por HIP



Viaje de Campo Virtual



Únase al Departamento de Transporte de Seattle y Hopelink en una excursión virtual grupal. Los participantes que vengan experimentarán cómo es viajar en autobús durante el COVID-19 a través de un recorrido en autobús en video y una presentación interactiva. Los enlaces de SDOT también ayudarán a los participantes a registrarse para obtener una tarjeta ORCA de permiso de tarifa reducida regional

Martes, Octubre 20 de 2:00-3:00 pm

Si tu participas recibirás una tarjeta de regalo de \$ 30 y tú debes participar en zoom por el teléfono o en video. Comunícate con Emily para más información al 206-707-1865.

En esta Historia!



¿Tienes una Buena historia que contar?

¿Quieres escuchar a los demás contar su historia?

En este taller de circulo de historias, Nos centraremos en la narración informal y en dar acceso a los participantes que cuenten una buena historia. Ofrece herramientas prácticas en un ambiente lúdico.

Para unirse a la llamada 206-307-0855 a las 3pm en 10/27

o

Llamar a Emily al 206-707-1865 Para mas informacion

Llamando a todos los Veteranos



En este Día de los Veteranos, nos gustaría honrar a todos aquellos que han servido a nuestro país mediante la creación de un folleto de fotografías e historias para reconocer su dedicación a nuestro país.

Si eres un veterano y te gustaría compartir tu historia, nos encantaría incluirte, por favor llamar a Akira al 206-472-5472

Complete la Encuesta de la Semana Pasada

Valoramos su opinión y queremos saber de usted, especialmente de nuestros nuevos participantes.

Puede devolver la encuesta a Emily en la comida, a su conductor de entrega o enviarla por correo.

Clase de Dibujo para principiantes

Noviembre 3 a las 10 am



Durante este taller interactivo de dibujo tu aprenderás algunas técnicas básicas como dibujar objetos naturalmente.

Este taller se facilitará pensando en las personas con demencia y sus cuidadores, pero todos son bienvenidos: ¡principiantes y dibujantes experimentados!

Llama a Emily al 206-707-1865 Inscríbete!

Facilitated by Noel Sherrard