

July 2026

Freeport Senior Center
66 Church Street, Freeport, NY 11520
516-623-2008



Nassau County Office for the Aging

This program is made possible with funding from the Nassau County Department of Human Services, Office for the Aging through the New York State Office for the Aging and the U. S. Administration on Aging

Monday

Tuesday

Wednesday

Thursday

Friday

		<p>1 <i>¡JUEGOS TODO EL DIA, SOPA DE LETRAS Y SOCIALIZACIÓN!</i> 9AM SOUFLÉ DE CAMPIÑONES 10:30AM CLASE DE ESCULTURA CON VERONICA 12PM ENSALADA GRIEGA CON POLLO O SANDWICH DE JAMÓN 1PM EJERCICIOS CON MARVIN</p>	<p>2 TOWN DE HEMPSTEAD <i>PROGRAMA DE VERANO LIDO BEACH</i> <u>9:15AM RECOGIDA EN AUTOBUS</u> ESPACIO LIMITADO. <u>RESERVACIÓN REQUERIDA</u> 9AM SOPA PASTINA CON HUEVOS 10AM YOGA CON SANDYE 12PM SANDWICH DE TUNA 1PM JUEGOS CON WADE</p>	<p>3  CENTER CLOSED</p>
<p>6 <i>¡JUEGOS TODO EL DIA, SOPA DE LETRAS Y SOCIALIZACIÓN!</i> 9AM CEREAL SPECIAL K 9:30-11:30AM EVALUACIÓN DE SALUD CON BARBARA 11AM CLASE DE CARDIO CON CATHY *No Hay Tai Chi 12PM POLLO CON ESPINACA Y QUESO O ENSALADA DE MARISCO 1PM EJERCICIOS CON MARVIN</p>	<p>7 <i>¡JUEGOS TODO EL DIA, SOPA DE LETRAS Y SOCIALIZACIÓN!</i> 9AM TOSTADA DE QUESO Y TOMATE 10:30AM EJERCICIOS DE LA FUNDACIÓN DE ARTRITIS CON VICTORIA 12PM TACOS DE CARNE MOLIDA O ENSALDA DE HUEVO 1PM MANUALIDADES CREATIVAS CON HEATHER</p>	<p>8 <i>¡JUEGOS TODO EL DIA, SOPA DE LETRAS Y SOCIALIZACIÓN!</i> 9AM PAN NAAN Y AGUACATE 10:30AM CLASE DE ESCULTURA CON VERONICA 12:30PM DISCOVER LIVE! TOUR VIRTUAL DE NORWICH, INGLATERRA 12PM POLLO CORDON BLEU O ENSALDA DE TUNA 1PM EJERCICIOS CON MARVIN</p>	<p>9 TOWN DE HEMPSTEAD <i>PROGRAMA DE VERANO LIDO BEACH</i> <u>9:15AM RECOGIDA EN AUTOBUS</u> ESPACIO LIMITADO. <u>RESERVACIÓN REQUERIDA</u> 9AM SÉMOLA CON SALCHICHA 10AM YOGA CON SANDYE 12PM WRAP DE FILETE DE POLLO 1PM JUEGOS CON WADE</p>	<p>10 <i>¡JUEGOS TODO EL DIA, SOPA DE LETRAS Y SOCIALIZACIÓN!</i> 9AM REVUELTO DE HUEVOS ESTILO SUROESTE 10:30AM BINGO! 12PM ALBÓNDIGAS SUECAS O SANDWICH DE JAMÓN 12:30PM CROCHET PARA PRINCIPIANTES CON VILMA</p>
<p>13 <i>¡JUEGOS TODO EL DIA, SOPA DE LETRAS Y SOCIALIZACIÓN!</i> 9AM CAZUELA DE SALCHICHA, HUEVO, QUESO Y PAPA 10:30AM REUNION CONSEJO DEL CENTRO 11AM CLASE DE CARDIO CON CATHY *No Hay Tai Chi 12PM PESCADO EMPANIZADO O SANDWICH DE PAVO 1PM EJERCICIOS CON MARVIN</p>	<p>14 <i>¡JUEGOS TODO EL DIA, SOPA DE LETRAS Y SOCIALIZACIÓN!</i> 9AM PANQUEQUES DE GUINEO 10:30AM EJERCICIOS DE LA FUNDACIÓN DE ARTRITIS CON VICTORIA 12PM PASTA RAVIOLI O ENSALADA DE MARISCO 1PM PRESENTACIÓN DE AARP CON DEBRA DEL CENTRO CHARLES EVANS</p>	<p>15 <i>¡JUEGOS TODO EL DIA, SOPA DE LETRAS Y SOCIALIZACIÓN!</i> 9AM BOL DE DESAYUNO DE HUEVOS, FRIJOLES Y TOMATE 10:30AM CLASE DE ESCULTURA CON VERONICA 12PM POLLO PICATTA O SANDWICH DE ENSALADA DE HUEVOS 1PM EJERCICIOS CON MARVIN</p>	<p>16 TOWN DE HEMPSTEAD <i>PROGRAMA DE VERANO LIDO BEACH</i> <u>9:15AM RECOGIDA EN AUTOBUS</u> ESPACIO LIMITADO. <u>RESERVACIÓN REQUERIDA</u> 9AM FRITTATA DE GUISANTES Y QUESO 10AM YOGA CON SANDYE 12PM SANDWICH DE ENSALADA DE POLLO 12:30PM DISCOVER LIVE! TOUR VIRTUAL DE FLORENCIA ITALIA</p>	<p>17 <i>¡JUEGOS TODO EL DIA, SOPA DE LETRAS Y SOCIALIZACIÓN!</i> 9AM AVENA REPOSADA CON FRESAS Y ARÁNDANOS 10:30AM BINGO! 12PM BOL DE POLLO Y QUINUA O ENDALADA DE TUNA 12:30PM TORTA DE CUMPLE 1PM VOLEIBOL EN SILLA</p>

Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday
<p>¡JUEGOS TODO EL DIA, SOPA DE LETRAS Y SOCIALIZACIÓN!</p> <p>9AM PITA RELLENO DE HUMMUS Y VEGETALES</p> <p>9:30-11:30AM EVALUACIÓN DE SALUD CON BARBARA</p> <p>11AM CLASE DE CARDIO CON CATHY *No Hay Tai Chi</p> <p>12PM LOMO DE CERDO O ENSALDA DE POLLO</p> <p>1PM EJERCICIOS CON MARVIN</p>	<p>21</p> <p>9AM GOFRES BELGAS</p> <p>10:30AM EJERCICIOS DE LA FUNDACIÓN DE ARTRITIS CON VICTORIA</p> <p>12PM POLLO HAWAIIANO O SANDWICH DE JAMON</p> <p>12PM – 2:00PM LUAU DE VERANO CON DJ INVITADO</p> 	<p>22</p> <p>¡JUEGOS TODO EL DIA, SOPA DE LETRAS Y SOCIALIZACIÓN!</p> <p>9AM SOPA PASTINA Y VEGETALES</p> <p>10:30AM CLASE DE ESCULTURA CON VERONICA</p> <p>12PM SANDWICH SLOPPY JOE O ENSALADA DE MARISCOS</p> <p>1PM EJERCICIOS CON MARVIN</p>	<p>23</p> <p>TOWN DE HEMPSTEAD</p> <p>PROGRAMA DE VERANO LIDO BEACH</p> <p>9:15AM RECOGIDA EN AUTOBUS</p> <p>ESPACIO LIMITADO. RESERVACIÓN REQUERIDA</p> <p>9AM ROSQUILLA CON MANTECA DE MANI Y AVENA</p> <p>10AM YOGA CON SANDYE</p> <p>12PM WRAP CÉSAR CON POLLO</p> <p>1PM JUEGOS CON WADE</p>	<p>24</p> <p>¡JUEGOS TODO EL DIA, SOPA DE LETRAS Y SOCIALIZACIÓN!</p> <p>9AM TOSTADA DE AGUACATE Y HUEVOS</p> <p>10:30AM BINGO!</p> <p>12PM POLLO SORRENTINO O SANDWICH DE TUNA</p> <p>12:30PM CROCHET PARA PRINCIPIANTES CON VILMA</p>
<p>27</p> <p>¡JUEGOS TODO EL DIA, SOPA DE LETRAS Y SOCIALIZACIÓN!</p> <p>9AM TACOS DE DESAYUNO</p> <p>11AM CLASE DE CARDIO CON CATHY *No Hay Tai Chi</p> <p>12PM FRITTATA DE PAPA Y HUEVOS O ENSALDA DE TUNA</p> <p>1PM EJERCICIOS CON MARVIN</p>	<p>28</p> <p>¡JUEGOS TODO EL DIA, SOPA DE LETRAS Y SOCIALIZACIÓN!</p> <p>9AM SEMOLA DON JARABE DE ACRE</p> <p>10:30AM EJERCICIOS DE LA FUNDACIÓN DE ARTRITIS CON VICTORIA</p> <p>12PM PASTA AL HORNO O ENSALADA DE POLLO</p> <p>1PM MANUALIDADES CREATIVAS CON HEATHER</p>	<p>29</p> <p>¡JUEGOS TODO EL DIA, SOPA DE LETRAS Y SOCIALIZACIÓN!</p> <p>9AM CAZUELA DE TOSTADA FRANCESA Y PISTACHO</p> <p>10:30AM CLASE DE ESCULTURA CON VERONICA</p> <p>12PM ESPAGUETI CON ALBÓNDIGAS O SANDWICH DE PAVO</p> <p>1PM EJERCICIOS CON MARVIN</p>	<p>30</p> <p>TOWN DE HEMPSTEAD</p> <p>PROGRAMA DE VERANO LIDO BEACH</p> <p>9:15AM RECOGIDA EN AUTOBUS</p> <p>ESPACIO LIMITADO. RESERVACIÓN REQUERIDA</p> <p>9AM CAZUELA CON HUEVOS, PAPA SALCHICHAS Y QUESO</p> <p>10AM YOGA CON SANDYE</p> <p>12PM SANDWICH DE CARNE EN CONSERVA Y REPOLLO</p> <p>1PM JUEGOS CON WADE</p>	<p>31</p> <p>¡JUEGOS TODO EL DIA, SOPA DE LETRAS Y SOCIALIZACIÓN!</p> <p>9AM PARFAIT DE YOGUR CON TOSTADA DE MANTECA DE ALMENDRA</p> <p>10:30AM JUEGOS Y CONCURSO CON EL PERSONAL DEL CENTRO</p> <p>12PM POLLO PARMIGIANA O SANDWICH DE ENSALADA DE HUEVOS</p> <p>12:30PM BINGO!</p>



BRUCE A. BLAKEMAN
NASSAU COUNTY EXECUTIVE

Area Served:
Freeport, Roosevelt

HORARIO DEL PROGRAMA 8:30AM - 3:00PM



CONTRIBUCIÓN SUGERIDA:

Desayuno: **\$2.00**

Almuerzo: **\$3.00**

Clases de ejercicios/Servicios de apoyo: **\$2.00**

Transportación: **\$1.00 por viaje**

Transportación disponible para miembros que residen dentro de un radio de tres millas del centro. Se requiere su registración.

Celebración de Cumpleaños: **17 de julio, 2026**

Reunión del Consejo: **13 de julio, 2026**

POR FAVOR LLAME AL 516-623-2008 PARA RESERVAR SUS COMIDAS, CLASES DE EJERCICIOS Y TRANSPORTACIÓN.

Reservación se debe hacer antes de la 11:30AM, DOS días antes
-PERSONAS MENORES DE 60 AÑOS, DEBE PAGAR EL COSTO ACTUAL DE COMIDAS-