

August 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

3 ¡JUEGOS TODO EL DIA, SOPA DE LETRAS Y SOCIALIZACIÓN! 9AM TOFU REVUELTO 9:30-11:30AM EVALUACIÓN DE SALUD CON BARBARA 11AM CLASE DE CARDIO CON CATHY *No Hay Tai Chi 12PM PENNE ALA VODKA CON POLLO O ENSALADA DE HUEVO 1PM EJERCICIOS CON MARVIN	4 ¡JUEGOS TODO EL DIA, SOPA DE LETRAS Y SOCIALIZACIÓN! 9AM SOPA PASTINA 10:30AM EJERCICIOS DE LA FUNDACIÓN DE ARTRITIS CON VICTORIA 12PM CHICKEN CORDON BLEU OR TUNA SALAD 1PM MANUALIDADES CREATIVAS CON HEATHER: PLATO DECORATIVO	5 ¡JUEGOS TODO EL DIA, SOPA DE LETRAS Y SOCIALIZACIÓN! 9AM SEMOLA CON QUESO 10:30AM CLASE DE ESCULTURA CON VERONICA 12PM ENSALADA GRIEGA CON POLLO O SANDWICH DE PAVO 1PM EJERCICIOS CON MARVIN	6 TOWN DE HEMPSTEAD PROGRAMA DE VERANO LIDO BEACH 9:15AM RECOGIDA EN AUTOBUS ESPACIO LIMITADO. <u>RESERVACIÓN REQUERIDA</u> 9AM SANDWICH DE DESAYUNO 10AM YOGA CON SANDYE 11AM ACTIVIDAD DE COMHPS CON DEBRA DE CHARLES EVANS 12PM SANDWICH DE TUNA 1PM JUEGOS CON WADE	7 ¡JUEGOS TODO EL DIA, SOPA DE LETRAS Y SOCIALIZACIÓN! 9AM AVENA DE MANZANA, CANELA Y PASAS 10:30AM BINGO! 12PM POLLO CON ESPINACA Y QUESO O ENSALDA DE POLLO 12:30PM CROCHET PARA PRINCIPIANTES CON VILMA
10 ¡JUEGOS TODO EL DIA, SOPA DE LETRAS Y SOCIALIZACIÓN! 9AM BAGEL CON QUESO CREMA Y VEGETALES Y HUEVOS 11AM CLASE DE CARDIO CON CATHY *No Hay Tai Chi 12PM POLLO BRUSCHETTA O ENSALADA DE MARISCOS 1PM EJERCICIOS CON MARVIN	11 PICNIC CON VISTA AL MAR @WATERFRONT PARK 9AM – 2PM <u>RESERVACIÓN REQUERIDA</u> 9-10AM CEREAL Y YOGUR GRIEGO CON FRUTAS 10:30AM EJERCICIOS DE LA FUNDACIÓN DE ARTRITIS CON VICTORIA 12PM HAMBURGUESAS O ENVOLTURA DE PAVO 12:30PM JUEGOS AL AIRE LIBRE	12 ¡JUEGOS TODO EL DIA, SOPA DE LETRAS Y SOCIALIZACIÓN! 9AM CASEROLA DE VEGETALES Y QUESO 10:30AM CLASE DE ESCULTURA CON VERONICA 12PM PASTA RAVIOLI O SANDWICH DE ENSALADA DE TUNA 1PM EJERCICIOS CON MARVIN	13 TOWN DE HEMPSTEAD PROGRAMA DE VERANO LIDO BEACH 9:15AM RECOGIDA EN AUTOBUS ESPACIO LIMITADO. <u>RESERVACIÓN REQUERIDA</u> 9AM TACO DE FRIJOLES, SALSA Y HUEVO 10AM YOGA CON SANDYE 12PM ENSALDA DE MARISCOS 1PM JUEGOS CON WADE	14 ¡JUEGOS TODO EL DIA, SOPA DE LETRAS Y SOCIALIZACIÓN! 9AM CASEROLA FRANCESA CON FRESAS Y ARANDANOS 10:30AM BINGO! 12PM FAJITA DE POLLO O SANDWICH DE PAVO 1PM VOLEIBOL EN SILLA
17 ¡JUEGOS TODO EL DIA, SOPA DE LETRAS Y SOCIALIZACIÓN! 9AM PITA GRIEGA 9:30-11:30AM EVALUACIÓN DE SALUD CON BARBARA 10:30AM CONSEJO DEL CENTRO 11AM CLASE DE CARDIO CON CATHY *No Hay Tai Chi 12PM POLLO PICATTA O SANDWICH DE JAMON Y QUESO 1PM EJERCICIOS CON MARVIN	18 ¡JUEGOS TODO EL DIA, SOPA DE LETRAS Y SOCIALIZACIÓN! 9AM PANQUEQUES 10:30AM EJERCICIOS DE LA FUNDACIÓN DE ARTRITIS CON VICTORIA 11AM ASESORAMIENTO NUTRICIONAL 12PM CONCHAS RELLENAS O ENSALADA DE MARISCO 1PM MANUALIDADES CREATIVAS CON HEATHER	19 ¡JUEGOS TODO EL DIA, SOPA DE LETRAS Y SOCIALIZACIÓN! 9AM SOPA PASTINA 10:30AM CLASE DE ESCULTURA CON VERONICA 12PM FRITTATA DE HUEVOS Y PAPA O ENSALDA DE HUEVOS 1PM EJERCICIOS CON MARVIN	20 TOWN DE HEMPSTEAD PROGRAMA DE VERANO LIDO BEACH 9:15AM RECOGIDA EN AUTOBUS ESPACIO LIMITADO. <u>RESERVACIÓN REQUERIDA</u> 9AM TOSTADA DE QUESO 10AM YOGA CON SANDYE 12PM ENSALADA DE POLLO 1PM JUEGOS CON WADE	21 ¡JUEGOS TODO EL DIA, SOPA DE LETRAS Y SOCIALIZACIÓN! 9AM BOL DE PAPAS, HUEVOS TOCINO Y QUESO 10:30AM BINGO! 12PM CARNE A LA CAZEROLA O ENSALDA DE POLLO 12:30PM TORTA DE CUMPLE 1PM DEMOSTRACIÓN DE BINGOSIZE

Monday

Tuesday

Wednesday

Thursday

Friday

24 ¡JUEGOS TODO EL DIA, SOPA DE LETRAS Y SOCIALIZACIÓN! 9AM CEREAL SPECIAL K 11AM CLASE DE CARDIO CON CATHY *No Hay Tai Chi 12PM LASAGNA DE QUESO O ENSALDA DE POLLO 1PM EJERCICIOS CON MARVIN	25 9AM SEMOLA Y ACRE 10:30AM EJERCICIOS DE LA FUNDACIÓN DE ARTRITIS CON VICTORIA 12PM POLLO HORNEADO O SANDWICH DE PAVO 12PM - 2PM Carnaval Caribeño DJ W.I.S.E.	26 ¡JUEGOS TODO EL DIA, SOPA DE LETRAS Y SOCIALIZACIÓN! 9AM AVENA 10:30AM CLASE DE ESCULTURA CON VERONICA 12PM POLLO RELLENO O ENSALADA DE MARISCOS 1PM EJERCICIOS CON MARVIN	27 TOWN DE HEMPSTEAD PROGRAMA DE VERANO LIDO BEACH 9:15AM RECOGIDA EN AUTOBUS ESPACIO LIMITADO. RESERVACIÓN REQUERIDA 9AM CAZUELA CAMPESINA 10AM YOGA CON SANDYE 12PM WRAP DE PAVO Y QUESO 1PM JUEGOS CON WADE	28 ¡JUEGOS TODO EL DIA, SOPA DE LETRAS Y SOCIALIZACIÓN! 9AM AVENA REPOSADA CON FRESAS 10:30AM BINGO! 12PM PESCADO HORNEADO O ENSALADA DE TUNA 12:30PM CROCHET PARA PRINCIPIANTES CON VILMA
31 ¡JUEGOS TODO EL DIA, SOPA DE LETRAS Y SOCIALIZACIÓN! 9AM FRITTATA CAPRESE 10AM – 2PM CATHOLIC HEALTH AUTOBUS DE EXTENSION MOVIL 11AM CLASE DE CARDIO CON CATHY *No Hay Tai Chi 12PM PAVO HORNEADO O ENSALADA DE HUEVO 1PM EJERCICIOS CON MARVIN	 <i>"Habrá un verano eterno en el corazón agradecido..."</i> <i>- Celia Thaxter</i>			



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: **21 de agosto, 2026**

Reunión del Consejo: **17 de agosto, 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-