



SOBRE NOSOTROS

El Centro para personas de la tercera edad Rose M. Eldridge ofrece una variedad de recursos, servicios, programas y actividades para adultos mayores de 50 años en la ciudad de Norco y las comunidades cercanas. El amable personal del Centro para personas mayores está aquí para ayudar. Coordinan una variedad de programas recreativos, de enriquecimiento personal y educativo, así como también planifican actividades, viajes y eventos especiales durante todo el año.



HORAS

Lunes, Miércoles y Jueves

8:00am - 3:00pm

Martes

8:00am - 4:00pm

Viernes

8:00am - 12:30pm

Sábado y Domingo

Cerrado



CONTÁCTENOS

(951) 270-5647

seniorcent-

er@ci.norco.ca.us

www.norco.ca.us



COSECHA SOCIAL



¡Únase a nosotros para nuestro Harvest Social anual! Prepárate para celebrar la temporada en nuestro Harvest Social. ¡Este evento gratuito ofrece una comida navideña de Acción de Gracias completa con obsequios de pavo y pastel! Las inscripciones están abiertas, así que asegúrese de asegurar su lugar inscribiéndose en el mostrador de bienvenida.

Cuándo: Miércoles 13 de noviembre, de 11 AM 1 PM

Dónde: Sala de actividades

Entrada Gratuita: Regístrese en el mostrador de bienvenida

¡No te pierdas la diversión!



PROGRAMA DE EXCURSIÓN PARA MAYORES

Mira nuestros viajes más recientes en el **Programa de Excursiones** para personas mayores! ¡Dirígete al Centro para personas mayores e inscríbete en una de nuestras excursiones populares! El Programa de Excursiones realizará dos viajes al mes a diferentes lugares del sur de California. Los folletos del programa de excursiones están disponibles en el Centro para personas mayores.

Yaamava Casino

PRÓXIMOS VIAJES

Highland, CA | **Miércoles, Noviembre 6, 2024** | Admisión: **\$15** | El autobús sale del Centro para personas mayores a las 9:30AM y regresa al centro a las 3:30PM | Día de Registración : Agosto 12 a Septiembre 5

Mission San Juan Capistrano

San Juan Capistrano, CA | **Miércoles, Noviembre 20, 2024** | Admisión: **\$25** | El autobús sale del Centro para personas mayores a las 9:00AM y regresa al centro a las 3:30PM | Día de Registración: Agosto 19 a Septiembre 12

INFORMACIÓN DE PAGO: Pago adeudado al momento de registracion. La registracion está abierta de lunes a jueves de 9:00am—1:30pm. Haga los cheques a nombre de la "Ciudad de Norco" (efectivo exacto, tarjeta o cheque). No se aplican reembolsos ni créditos por cancelaciones. Un cuidador o miembro de la familia, mayor de 18 años, puede acompañar a cualquier persona mayor que requiera asistencia, pero deberá pagar todos los costos relacionados con el viaje. La ciudad de Norco se reserva el derecho de realizar cambios en los lugares, fechas y horarios de las excursiones. Se recomienda encarecidamente el uso de mascarillas y/o cobertores faciales.

Día de los Veteranos

Únase a nosotros en el Día de los Veteranos para honrar a todos los que sirvieron y celebrar el 10º aniversario de la Plaza Conmemorativa de los Veteranos George A. Ingalls. Para reconocer este trascendental aniversario, habrá mercancía conmemorativa disponible para la venta antes y después de la ceremonia.

Dónde: Plaza Conmemorativa de los Veteranos
3737 Crestview Dr., Norco, CA 92860

Cuándo: Lunes 11 de noviembre

Hora: 10 a.m. - El aforo es limitado. Se pide a los asistentes que lleguen antes de las 9:45 a.m.

Costo: Entrada/Estacionamiento Gratis

Estacionamiento: Puerta 5: Siga la señalización direccional



Fechas de cierre importantes

Por favor, tome nota de las próximas fechas de cierre para el Centro para Personas Mayores Rose M. Eldridge:

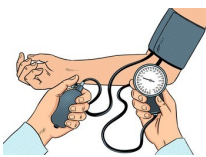


Lunes, 11 de Noviembre: Día de los Veteranos

Jueves 28 y Viernes 29 de Noviembre: Acción de Gracias

Esperamos que disfrutes de estas fiestas tan especiales con tu familia y amigos. Te echaremos de menos, ¡pero esperamos verte de vuelta pronto!

¡Manténgase saludable para el corazón con exámenes gratuitos!



La Clínica Comunitaria Centro Médico ofrecerá exámenes gratuitos de presión arterial todos los primeros jueves de cada mes, a partir del 7 de noviembre. Únase a nosotros en el lobby a las 10 a.m. para aprovechar esta fantástica oportunidad de mantener su corazón bajo control. Es una excelente manera de mantenerse al tanto de su salud y disfrutar de tranquilidad. ¡Nos vemos allí!

¡Comienza tu juego con Pickleball!

Personas mayores, ¿están listos para divertirse y ponerse en movimiento? ¡Ven a ver Pickleball en Riley Gym! Este emocionante juego es perfecto solo para adultos. Si tienes 50 años o más, ¡Juegas **GRATIS!** Para nuestros amigos más jóvenes de 18 a 49 años, son solo \$ 6 por día.



Dónde: 3950 Acacia Ave

Cuándo: lunes, miércoles y viernes



¡Atención al Tai Chi! ¡Sin aviso de clase!

¡Atención a todos los participantes de Tai Chi! ¡Nuestra clase regular del Miércoles 6 de Noviembre se cancelará y el 13 de Noviembre se cancelará debido a nuestro Harvest Social anual! ¡Esperamos verte allí!

¡Karaoke Nuevo Tiempo!

¡Nuestro Karaoke tiene un nuevo horario! Únase a nosotros todos los jueves de 10:00 a.m. a 11:00 a.m. en el Lobby. ¡Acompáñanos a cantar y pasar

Únete al espíritu de dar



¡El Día Nacional de Dar está a la vuelta de la esquina, y el Centro para Personas Mayores Rose M. Eldridge está emocionado de unirse al movimiento! Estamos aceptando alimentos no perecederos desde ahora hasta el 30 de noviembre. Todas las donaciones beneficiarán a la despensa de

alimentos de la Iglesia Católica St. Mel aquí mismo en Norco. Unámonos para difundir la bondad y apoyar a nuestra comunidad. ¡Tu generosidad puede marcar una diferencia real!

¡Club de la Hora Dorada!

¡Manténgase conectado con el Centro para Personas Mayores Rose M. Eldridge y únase al Club de la Hora Dorada! Los participantes del Club de la Hora Dorada recibirán por correo un boletín mensual, un paquete de actividades y actualizaciones sobre la nueva programación del centro para personas mayores. ¡Los participantes también recibirán una bolsa de regalos de cumpleaños gratis en su día especial! Si desea unirse a nuestro club, póngase en contacto con el Centro para Personas mayores.

¡Gracias por un Halloween Hi Jinx espeluznante!

¡Muchas gracias a todos los que se unieron a nosotros para nuestro Halloween Hi Jinx anual el jueves **31 de Octubre!** Pasamos un rato fantástico con deliciosos sándwiches de pretzel, melodías maravillosas de nuestro DJ y disfraces increíbles que nos cautivaron a todos. ¡Felicitaciones a nuestro ganador del concurso de disfraces, realmente se superaron a sí mismos!



¡Ganadores del concurso de disfraces!

- 1er Lugar Linda Rangel
- 2do Lugar Irma Rentería



¡Participantes del concurso de disfraces!

Únase a nosotros a un alegre evento social navideño

¡Marquen sus calendarios para nuestro festivo Holiday Social el 18 de diciembre, de 11 a.m. a 1 p.m.! ¡Este evento gratuito promete una deliciosa comida navideña, junto con emocionantes tarjetas de regalo y obsequios de pasteles! Las inscripciones ya están abiertas, así que asegúrate de asegurar tu lugar inscribiéndote en el mostrador de bienvenida. No te pierdas la alegría navideña, ¡estamos ansiosos por celebrarlo contigo!

CITY OF NORCO
ROSE M. ELDRIDGE SENIOR CENTER

SOCIAL Navideño

*Miércoles,
Diciembre 18, 2024*

11:00 AM - 1:00PM

El Centro para personas mayores Rose M. Eldridge lo invita a nuestro evento anual Social Navideño. para celebrar los días festivos. Disfrute comida, refresco y musica en vivo.

PATROCINADO POR
CLUB DE NOTARIOS DE NORCO

Se requiere registro previo debido a que el espacio es limitado

Nos esforzamos por organizar eventos y reuniones inclusivos y accesibles que permitan a todas las personas, incluidas las personas con discapacidades, participar plenamente. Para solicitar una adaptación o para consultas sobre accesibilidad, llame al 951.270.5647 o envíe un correo electrónico a seniorcenter@ci.norco.ca.us 48 horas antes del evento.

HICAP – PROGRAMA DE DEFENSA Y CONSEJERIA EN SEGUROS MEDICOS

Descripción: HICAP ofrece asesoramiento gratuito e imparcial sobre seguros de salud para personas mayores. Si está interesado, llame al 909.256.8369 y deje su nombre y número de teléfono en el contestador automático. Le devolverán la llamada dentro de las 24-48 horas hábiles de lunes a viernes. Todos los servicios prestados son estrictamente por teléfono.

SERVICIOS DE PROTECCIÓN PARA ADULTOS

Descripción: Todos podemos ayudar a proteger a los adultos mayores y dependientes. Si usted o alguien que conoce está siendo abusado, llame al número gratuito 1-800-491-7123 (las 24 horas del día, los 7 días de la semana). La sospecha de abuso incluye: abuso físico, abuso sexual, autoabandono, abandono, abuso financiero, abuso psicológico y abandono por parte de otros.

SERVICIOS DE APOYO A LA CEGUERA

Descripción: El Programa para Adultos Mayores de Blindness Support Services (BSS) brinda asistencia gratuita a adultos mayores, de 55 años o más, que son ciegos o tienen una discapacidad visual. Aquellos que estén interesados deben residir actualmente en el condado de Riverside o el condado de San Bernardino. Este departamento se dedica a enseñar a los adultos mayores que tienen problemas con su visión a ser más independientes y adaptables a los desafíos que enfrentan en el día a día. Quienes estén interesados en recibir servicios gratuitos o capacitación gratuita pueden llamar al 951.341.9244.

APOYO A LA SALUD MENTAL

Descripción: ¿Se siente preocupado, abrumado, triste, solo e irritable? Si tiene síntomas de salud mental, la Oficina sobre Envejecimiento del Condado de Riverside (RCOA) ofrece consultas gratuitas y enlaces a recursos de salud conductual. Para obtener más información, llame a RCOA al 800.510.2020.



INDEPENDENCIA EN CASA ESCANEAR

Descripción: Independence at Home, un servicio comunitario de SCAN brinda una multitud de servicios a los residentes del condado de Riverside. Los servicios incluyen: terapia de conversación de apoyo a la salud mental a corto plazo que está disponible por teléfono y/o plataformas virtuales y un programa de llamadas amigables que conecta a adultos mayores aislados con un voluntario que los llamará regularmente. Sus servicios están disponibles tanto en inglés como en español. Si desea obtener más información, llame al 866.421.1964. No es necesario ser miembro de SCAN Health Plan para participar.

LÍNEA DE LA AMISTAD CALIFORNIA

Descripción: ¿Tú o alguien que conoces se siente solo y aislado durante estos tiempos difíciles? La Línea de la Amistad ofrece personas amigables listas para escucharlo y hablar con usted. Llame a su número gratuito que está disponible las 24 horas, los 7 días de la semana al 888.670.1360 para conectarse con alguien ahora.

UTILIDAD Y CLIMATIZACION

Descripción: La Asociación de Acción Comunitaria del Condado de Riverside ayuda a los residentes calificados con asistencia con las facturas de servicios públicos y climatización. El programa ayuda a reducir los costos de calefacción y refrigeración, haciendo que los hogares sean más eficientes energéticamente mediante la reparación o el reemplazo de aires acondicionados y unidades de calefacción y reemplazos de refrigeradores. Para obtener más información, llame al 951.955.4902 o envíe un correo electrónico a DAMoore@capriverside.org

Examen de la presión arterial

Descripción: Únase a nosotros cada 1er jueves del mes para hacerse la prueba de la presión arterial. La Clínica Comunitaria Centro Médico ofrecerá exámenes de presión arterial todos los meses. Su información de contacto es (951) 278-8910 en 1303 W. Sixth St. #105, Corona, CA 92882.

ALQUILER DE INSTALACIONES

El Centro para personas mayores Rose M. Eldridge es el lugar perfecto para recepciones, seminarios educativos, reuniones, banquetes o reuniones de negocios. La instalación tiene capacidad para 150 invitados y alojamientos modestos para 30 invitados. La amplia sala de banquetes está equipada con un sistema de sonido, cocina de catering, baños accesibles para discapacitados y una zona de vestíbulo. Las habitaciones seleccionadas se pueden utilizar para su ocasión. Si está interesado en alquilar las instalaciones, contáctenos al 951.270.5647 o envíenos un correo electrónico a seniorcenter@ci.norco.ca.us

MESAS INFORMATIVAS DEL LOBBY

Organizar una mesa informativa en nuestras instalaciones ofrece una oportunidad única para que los miembros de la comunidad de personas mayores interactúen con grupos y proveedores que ofrecen información sobre servicios que promueven la salud y el bienestar de las personas mayores, así como también fomentan la independencia de las personas mayores. Si está interesado en organizar una mesa informativa en el vestíbulo de las instalaciones, comuníquese con nosotros al 951.270.5647 o envíenos un correo electrónico a seniorcenter@ci.norco.ca.us.

PRESENTACIONES/TALLERES

¿Está interesado en organizar una presentación o taller educativo para personas mayores? Comuníquese con nosotros al 951.270.5647 o envíenos un correo electrónico a seniorcenter@ci.norco.ca.us.

OPORTUNIDADES DE PATROCINIO

¿Está interesado en asociarse con el Centro para personas mayores Rose M. Eldridge para patrocinar clases, eventos o programas para enriquecer las vidas de la comunidad de personas mayores en la ciudad de Norco? ¡Esta sería una excelente oportunidad para el alcance comunitario! Comuníquese con nosotros al 951.270.5647 o envíenos un correo electrónico a seniorcenter@ci.norco.ca.us.

CONVIÉRTETE EN VOLUNTARIO

¿Está interesado en ser voluntario para la ciudad de Norco? Complete una solicitud en línea en www.norco.ca.us. A todos los voluntarios se les deben tomar las huellas digitales y pasar una verificación de antecedentes. Si tiene alguna pregunta, comuníquese con Julie Castellanos al 951.270.5632 o JCastellanos@ci.norco.ca.us.

ADIVINE ESTO



1. Llego como el undécimo en una fila, mis días se desvanecen a medida que se alinean las vacaciones. ¿Qué soy?
2. Soy un pájaro que está preparado, pero no levanto el vuelo; en una mesa descanso, un festín en la noche. ¿Qué soy?
3. Con estrellas en mi pecho, un día es mi honor; Se respeta a todo verdadero adúlador. ¿Quién soy?

Respuestas: 1: 2 de noviembre: Turquía 3: Veterana

HECHOS GRACIOSOS

1. La luna llena de noviembre se llama tradicionalmente la luna del castor, basada en el mes en que se colocaban trampas para castores antes del invierno en la época colonial.
2. La piedra natal tradicional de noviembre es el topacio, que simboliza el honor y la fuerza.
3. En la antigua Roma, noviembre era el noveno mes después de marzo.
4. Noviembre es la época de la "Luna de Nieve" en las creencias paganas y la "Luna de las Hojas que Caen" según Alce Negro.

CUOTA DEL MES "La felicidad es como una mariposa que, cuando se persigue, siempre está más allá de nuestro alcance, pero, si te sientas en silencio, puede posarse sobre ti".—Nathaniel Hawthorne