

Octubre 2026 Programas

1st
Edition

Sunday	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sabado
	Preguntas Acerca De Las Actividades? Favor de Llamar (231) 873-4461 oh enviar correo electronico youngstrom@oceanacoa.com			1 8:30 desayuno 10:30 Bingo 11:00 Revision de Presion Arterial 1-3 Baraja	2 9:00 Zumba 10:00 Juegos 1:15 Juegos Con Mary 1:30 Caminar Con Amigos(as)	3
4	5 10:00 Ejercicios 10:00 5 Coronas 1:30 Caminar Con Amigos(as) 1-3 Rumi Kub 1:15 Loteria	6 9:00 Silla Volleyball 10:00 5 Coronas 10:00 Ejercicios Con Tambores 1-3 Juego de Memoria	7  9-12 Cocinando Colchas 10:00 5 Coronas 10:00 Ejercicios 12:00 Cumple Almuerzo 1-3 Baraja 1:30 Caminar Con Amigos(as) 4:00 Medica Yoga	8 8:30 Desayuno 10:30 Bingo 11:00 Revision de Presion Arterial 1-3 Baraja	9 9:00 Dia de Diverscion en Frankfort 9:00 Zumba 10:00 Juegos 1:15 Pelicula Y Botanas 1:30 Caminar Con Amigos(as)	10 Mantenerse Activo y Independiente es Patrocinado Por Senior Resources
11	12 10:00 Arte Con/Brad 10:00 Ejercicios 10:00 5 Coronas 1-3 Rumi Kub 1:15 Loteria 1:30 Caminar Con Amigos(as)	13 9:00 Silla Volleyball 10:00 5 Coronas 10:00 Arte/Kay 10:00 Ejercicios Con Tambores 1-3 Juego de Memoria	14 9-12 Cocinando Colchas 10:00 5 Coronas 10:00 Ejercicios 1-3 Baraja 1:30 Caminar Con Amigos(as) 4:00 Medica Yoga	15 8:30 Desayuno 10:30 Bingo 11:00 Revision de Presion Arterial 1-3 Baraja	16 9:00 Paseo De Compras 9:00 Zumba 10:00 Juegos 1:30 Caminar Con Amigos(as) Masage Por Cita.	17
18 NC Trip Leave	19 10:00 Ejercicios 10:00 5 Coronas 1:30 Caminar Con Amigos(as) 1-3 Rumi Kub 1:15 Loteria	20 9:00 Silla Volleyball 10:00 5 Coronas 10:00 Arte De Halloween 10:00 Ejercicios Con Tambores 1-3 Juego de Memoria Parmenter Abogado por cita	21 9-12 Cocinando Colchas 10:00 5 Coronas 10:00 Ejercicios 1-3 Baraja 1:30 Caminar Con Amogos(as) 4:00 Medica Yoga	22 8:30 Desayuno 10:30 Bingo 11:00 Revision de Presion Arterial 1-3 Baraja	23 9:00 Zumba 10:00 Juegos 1:15 Pelicula Y Botanas 1:30 Caminar Con Amigos)(as)	24
25	26 10:00 Arte Con/Brad 10:00 Ejercicios 10:00 5 Coronas 1-3 Rumi Kub 1:15 Loteria 1:30 Caminar Con	27 9:00 Silla Volleyball 10:00 5 Coronas 10:00 Ejercicios Con Tambores 1-3 Juego de Memoria	28 9-12 Cocinando Colchas 10:00 5 Coronas 10:00 Ejercicios 1-3 Baraja 1:30 Caminar Con Amigos(as)	29 8:30 Desayuno 10:30 Bingo 11:00 Revision de Presion Arterial 11:00 Fiesta de Halloween 1-3 Baraja	30 9:00 Zumba 10:00 Juegos 1:15 Juegos Con Mary 1:30 Caminar Con Amigos(as) Actividades Cambian Sin notificacion. For a full list of programs and services offered by Oceana County Council on Aging please visit www.oceanacoa.com or call (231)	