

ENERO 2023

EVENTOS MAS DESTACADOS

¡Únase a nosotros en múltiples fechas este mes para dar inicio a nuestros Juegos Olímpicos de Invierno! Ver Boletín!

Lunes 2 de enero El centro está cerrado. Día de Año Nuevo

¡Miércoles de enero! 12:30 Programa de musicoterapia con Studio 117

Miércoles 4 de enero 9:30-11:00 Chequeo de presión arterial por FFH

Jueves 5 de enero 9:00-11:00 York Fresh Food Farms presenta Mercados de productos de invierno INTERIOR, 10:00-1:00 Caja con el queso (Debe entrar por su caja)

Viernes 6 de enero 10:00 Compartir de Reyes Magos (Favor de traer un plato para compartir. Todos los artículos deben ser comprados en la tienda/pre-empaquetados)

Martes 10 de enero 10:00 Batalla de los Centros Windy Hill vs. White Rose Jeopardy!

Wednesday January 11th 10:00 Winter Raffle (2/\$1.00)

Viernes 13 de enero 10:00 Bingo histórico con Aetna (Kiara)

Lunes 16 de enero El centro está cerrado. Día de Martin Luther King.

Martes 17 de enero 10:00 Bingo!, 12:30 Pay Off Bingo (\$5.00. Las tiras adicionales cuestan \$2.00 cada una)

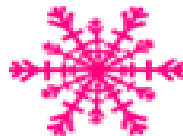
Friday January 20th **Hamburger Soup Sale** (\$2.00)

Martes 24 de enero 10:45-11:30 Batalla de los Centros Sur Central vs. White Rose Jeopardy!

Miércoles 25 de enero Boletín informativo y calendario de febrero

El 26 de enero es el **Día Nacional del Cónyuge**. Le pedimos que honre a su cónyuge (presente o en memoria amorosa). Por \$ 5.00, puede proporcionar un pequeño fragmento y una foto, que transmitiremos durante todo el mes en nuestro Billboard exterior y también en interiores en la pantalla principal (desde el Día de San Valentín, del 1 al 17 de febrero).

Friday January 27th 1:00 **Winter Sugar Scrub** (\$1.00)



ENERO 2023

THE ROSE

White Rose Senior Center

27 South Broad Street
York PA. 17403
717-843-9704

LUNES- VIERNES 8:00 AM - 4:00 PM
www.whiteroseseniorcenter.org



GOODBYE, 2022

Hello, 2023

May this new year bring you hope and happiness.

ALERTA DE FRAUDE

Ofertas para aumentar sus beneficios del Seguro Social

Esa oferta inesperada de la Administración del Seguro Social (SSA) para activar un aumento de beneficios es de un delincuente y no de la SSA real. **No comparta información personal o financiera. No haga clic en los enlaces ni responda. Reporte sospechas de estafas en oig.ssa.gov/report.**

Los delincuentes continúan haciéndose pasar por la SSA y otras agencias gubernamentales en un intento de obtener información personal, dinero o descargar malware en los teléfonos. Informes recientes indican que los delincuentes están tratando de engañar a las personas para que compartan información personal y financiera por teléfono o mediante mensajes de texto y correos electrónicos engañosos que atraen a los destinatarios a un sitio web falso del Seguro Social.

Los delincuentes aconsejan falsamente a los destinatarios que soliciten recibir beneficios del Seguro Social o dinero extra, como un ajuste por costo de vida (COLA), o que abran una cuenta en línea. El mensaje también puede proporcionar información de contacto falsa para SSA.

CÓMO FUNCIONA UNA ESTAFA DE IMPOSTOR DEL GOBIERNO

Reconocer las señales de una estafa puede ayudarlo a evitar ser víctima de una. Estas estafas utilizan principalmente el teléfono para comunicarse con usted, pero los estafadores también pueden usar el correo electrónico, los mensajes de texto, las redes sociales o el correo postal de EE. UU.

Los estafadores fingen ser de una agencia u organización que usted conoce para ganarse su confianza. Los estafadores dicen que hay un problema o un premio. Los estafadores lo presionan para que actúe de inmediato. Los estafadores le dicen que pague de una manera específica.

CONSEJOS PARA PROTEGERSE

1. No tome medidas inmediatas. **Si recibe una comunicación que provoca una fuerte respuesta emocional, respire profundamente. Cuelgue o ignore el mensaje. Habla con alguien en quien confíes.**
2. ¡No transfieras tu dinero! ¡No compre esa tarjeta de regalo! Nunca le pague a alguien que insista en que pague con una tarjeta de regalo, tarjeta de débito prepaga, moneda de Internet o criptomoneda, transferencia bancaria, transferencia de dinero o enviando efectivo por correo. Los estafadores usan estas formas de pago porque son difíciles de rastrear.
3. Ser escéptico. **No crea en los estafadores que “transfieren” su llamada a un funcionario del gobierno oa un oficial de la ley, o que le proporcionen un número como prueba. Los estafadores pueden crear números e identidades falsos. No confíes en tu identificador de llamadas.**
4. Tenga cuidado con cualquier contacto que afirme ser de una agencia gubernamental o de la policía, que le informe sobre un problema que no reconoce o una oferta no solicitada. **No proporcione su información personal, incluso si la persona que llama tiene parte de su información.**
5. No haga clic en enlaces o archivos adjuntos. Bloquea llamadas y mensajes de texto no deseados.

Muchas gracias a todos los que patrocinaron nuestra rifa de cajas navideñas.

Recaudamos \$747.00

Capital TriState Electric, Junta directiva de WRSC, Aetna, Highmark, Brian White y Cindy Utz, Homeland Hospice, un amigo anónimo de WRSC, y Lisa y Joel Krout.

Una cálida bienvenida a nuestros nuevos miembros:



Angel Ocasio-Aguirre

Valerie Tsakiris

Jon Marc Tuxford

Kathy Nelson



White Rose Senior Center Staff

Lisa Krout Executive Director

Brendaliz Gonzalez Bilingual Program Coordinator

Jenna Wray Program Coordinator

Raquel Rivera Program Assistant

Elba Zambrano Food Service & Cleaning Specialist

Chotz Grove Customer Service

Cheri Bowersox Bookkeeper

Buenas Noticias... >>



La Agencia para el Envejecimiento del Área del Condado de York paga a las personas mayores de 65 años para que viajen en Rabbittransit en la camioneta Rabbittransit siempre que asistan al Centro y almuercen en el Centro. (Estos viajes están limitados desde y hacia el Centro solamente. Los viajes están excluidos). Tenemos que organizar estos viajes por usted. Los horarios de recogida y entrega varían, y debe cancelar su viaje con anticipación (al menos una hora antes de la hora de recogida). Rabbit tiene una ventana de 30 minutos, sin embargo, cuando el conductor se detiene en la casa, esperan 5 minutos y solo 5 minutos. Debes estar listo y esperándolos. Consulte al personal si necesita que se organice el transporte hacia y desde el centro.

JEOPARDY!

Martes 10 de enero

10:00 **Batalla de los Centros Windy Hill vs. White Rose Jeopardy!**



Martes 24 de enero

10:45-11:30 **Batalla de los Centros South Central vs. White Rose Jeopardy!**



**¡Nos enfrentaremos cara a cara con ambos Centros este mes!
¡Por favor únete a nosotros!**

JUEGOS OLÍMPICOS DE INVIERNO

WRSC



MARTES 1/3 BÉISBOL DE BOLAS DE NIEVE

**VIERNES 1/6 BOTE DE BASURA
BALONCESTO**

LUNES 1/9 VOLEIBOL SILLA

JUEVES 1/12 AIR HOCKEY

JUEVES 19/1 AIR HOCKEY

VIERNES 1/20 A POR EL GOLD GOLF

LUNES 23/1 DESCIFRAR PALABRAS

VIERNES 27/01 RELEVOS DE FÚTBOL

MARTES 1/31 MINUTO PARA GANARLO

Municipio de West Manchester

DIA DE SAN PATRICIO BINGO PARA ADULTOS

CUANDO: Jueves 16 de marzo de 2023

HORA: 1:00 – 3:00 (Puertas abiertas a las 12:30)

DÓNDE: Shiloh Fire Co. – 2190 Carlisle Road, York, PA 17408

COSTO: \$5.00 por persona. El dinero se recogerá en la puerta el día del evento.

LLAME PARA REGISTRARSE – 717-792-3505 ANTES DEL 3 DE MARZO DE 2023.

No estacione en áreas designadas para emergencias. Traiga un dabber con usted, tendremos un suministro limitado disponible.

Gift Card Bingo is Back

DATE: Sunday, March 26th, 2023

WHERE: Shiloh Fire Company, 2190 Carlisle Rd, York

TIME: Doors open at 10:00 AM - Bingo starts at Noon

COST: \$20 advance tickets - \$25 at the door (if not sold out)

TICKETS CAN BE PURCHASED AFTER JANUARY 10, 2023 AT THE:
West Manchester Township Office, 380 E. Berlin Road,

QUESTIONS...Call 717-792-3505



22

Parks & Recreation

FIESTA DE REVELACIÓN DEL AMIGO SECRETO
Y ELEJIR UNO NUEVO:

TOP SECRET

ESTE AÑO, MUCHOS OPTARON POR NUESTRO
CLUB SECRETO DE AMIGOS.

LOS PALS SECRETOS DE 2022 SERÁN REVELADOS
DURANTE LA FIESTA DE REVELACIÓN EL JUEVES 19
DE ENERO DE 2023 A LAS 12:15. ¡ES IMPORTANTE
QUE LO MANTENGAS EN SECRETO HASTA
ENTONCES! PARA LA REVELACIÓN, USTED DEBE
TRAER UN REGALO O DINERO DE \$5.00.
PARA AQUELLOS QUE QUIERAN ESCOGER UN
NUEVO PAL O CONVERTIRSE EN PARTE DEL
PROGRAMA SECRET PAL PARA 2023, ASEGÚRESE
DE ASISTIR EL JUEVES 19 DE ENERO.



Celebración del Día de los Reyes Magos

En asociación con varias agencias comunitarias, la Coalición
Hispana del Condado de York ofrecerá juguetes para celebrar el
Día de los Reyes Magos.

sábado, 14 de enero de 2023

10 am – 1:00 pm

Escuela Secundaria William Penn - Puerta #15

(si hay mal tiempo, la fecha está por determinar)

¡Se repartirán juguetes por cortesía de Toys for Tots!

Mientras duren.



Llega en enero...
Para servirle mejor

The York County Area Agency on Aging
se está mudando a

2401 Pleasant Valley Road
York, PA 17402

Nuestros programas y servicios
permanece igual.

Todavía puede contactarnos al
717-771-9610
aging@yorkcountypa.gov

ACERTIJO DEL MES:



Soy rico, pero no puedo ser pobre, puedo ser
moreno y puedo ser blanco, puedo ser
caliente o frío, pero una cosa es segura, tener
demasiado de mí puede ser un poco nervioso.
¿Qué soy yo?

Política de enfermedad:

Tenga cuidado cuando se sienta mal. Independientemente del estado de vacunación, el personal, los voluntarios y los participantes que tengan síntomas de enfermedad (tos nueva, dolor de garganta, congestión, vómitos, fiebre, diarrea) deben quedarse en casa hasta que los síntomas hayan desaparecido durante al menos **24** horas. Se recomienda practicar el lavado de manos frecuente y la etiqueta respiratoria adecuada. Si no se siente al 100 por ciento, quédese fuera hasta que se sienta mejor. (Lavarse las manos después de tocarse la boca o sonarse la nariz, cubrirse la boca al toser)



Política de inclemencias del tiempo

EN CASO DE MAL CLIMA, EL CENTRO PODRÁ SER CERRADO. SI ESTAMOS CERRADOS, LO TENDREMOS AL AIRE EN WGAL8 TV (CANAL 3 PARA LA MAYORÍA DE LAS PERSONAS) O ABC27 SNOW WATCH (CANAL 6 PARA LA MAYORÍA DE LAS PERSONAS) A LAS 7:00 AM. TAMBIÉN LO PUBLICAREMOS EN NUESTRA PAGINA DE FACEBOOK. SI ESTAMOS ABIERTOS, UTILICE SU PROPIA DISCRECIÓN EN CUANTO A SI DESEA VENIR AL CENTRO O NO. APRECIAMOS CUANDO ESTÁS AQUÍ; SIN EMBARGO, SU SEGURIDAD ES NUESTRA PREOCUPACIÓN NÚMERO UNO.

Este anuncio se refiere a las **chinchas** y para recordarles a todos que, si sienten que pueden tenerlas, **DEBE CONTACTAR A UN EXTERMINADOR.** *¡También le pedimos que no regrese al centro hasta que sepa que han sido exterminados (esto podría tomar un par de semanas)! Si vive en Broad Park Manor (una de las torres en King St. y Broad St.), puede comunicarse con Mantenimiento (717-843-6309) y Penn Pest irá a su hogar sin costo alguno para usted.* Tenga esto en cuenta para que podamos proteger a nuestros miembros y a nuestro personal. Las chinchas no son plagas sesgadas. Puedes contratarlos desde **CUALQUIER LUGAR.** Tales como ventas de garaje, salas de cine, la casa de otra persona y, nuevamente, no son parciales, **le pueden pasar a cualquiera.** ¡Gracias por su cooperación!

Entrenamiento de ingenio
presentado por:



Próximamente... de enero a agosto de 2023

Un poco de lenguaje para que sus padres se interesen en el programa:

Wits Workout es un programa de salud cerebral interactivo y atractivo para adultos mayores. Basándose en la investigación sobre la salud del cerebro y el envejecimiento, los educadores de extensión de la Universidad de Illinois diseñaron esto para que los profesionales faciliten estas clases de ejercicios cerebrales. Este modelo interactivo satisface la necesidad de aumentar la socialización, reducir el aislamiento y promover el compromiso intelectual en los adultos mayores, todo lo cual complementa la investigación actual sobre la salud del cerebro durante el envejecimiento. A través de su diálogo interactivo y actividades experienciales, este programa ayudará a mantener o adoptar comportamientos que promuevan la salud a largo plazo a través de estas clases continuas de ejercicios cerebrales. Únase a la diversión y usted también puede dormir mejor, tener conexiones sociales maravillosas, reducir su manejo del estrés y desafiarse a sí mismo intelectualmente.

Caja con el queso

Federal Poverty Income Guidelines

Form 402004 – Effective 2/10/22

2022-2023 Income Guidelines; Elderly 130%



Household Size	Annual	Monthly	Weekly
1	\$17,667	\$1,473	\$340
2	\$23,803	\$1,984	\$458
3	\$29,939	\$2,495	\$576
4	\$36,075	\$3,007	\$694
5	\$42,211	\$3,518	\$812
6	\$48,347	\$4,029	\$930
7	\$54,483	\$4,541	\$1,048
8	\$60,619	\$5,052	\$1,166
For each add'l household member, add...	\$6,136	\$512	\$118

*CSFP agencies must implement the adjusted income guidelines for elderly applicants immediately upon receipt.

Usted Cualifica?

- DEBE TENER 60 AÑOS O MÁS
- VIVIR EN EL CONDADO DE YORK
- REQUISITOS DE INGRESOS MENSUALES

EL PROGRAMA SENIOR FOOD BOX LES BRINDA A LAS PERSONAS MAYORES UNA CAJA DE ALIMENTOS GRATIS TODOS LOS MESES PARA AYUDAR A ESTIRAR SUS INGRESOS Y MEJORAR SU SALUD NUTRICIONAL LAS CAJAS GENERALMENTE INCLUYEN LECHE, JUGO, CARNE, AVES O PESCADO ENLATADOS, AVENA, CEREAL LISTO PARA COMER, ARROZ, PASTA, FRIJOLES SECOS, MANTEQUILLA DE MANÍ Y FRUTAS Y VERDURAS ENLATADAS..

**Debe entrar por su caja
(Ya no estaremos entregando a su vehículo)**

Zumba Gold®

con Heather Cintron



Lunes & Miércoles

10:30 – 11:15

¡Se debe usar calzado apropiado para su propia seguridad!

LA CLASE COMIENZA A LAS 10:30. LLEGUE ANTES DE LAS 10:20 PARA EVITAR INTERRUPCIONES.

CLUB DE TEJER



TODOS LOS MIERCOLES Y JUEVES

9:00-2:00

Silla de Yoga

c/ Stephanie

Viernes

12:00-1:00





Recuerde, debe registrarse previamente para su comida.

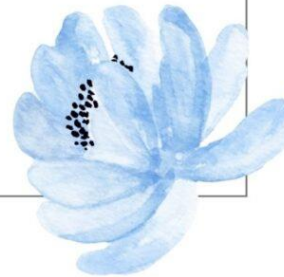
Esto es para asegurarnos de que ordenamos suficientes comidas. El almuerzo se servirá dentro de los contenedores de comida para llevar. Le invitamos a comer dentro del edificio, o tomar su comida para llevar. Si puede, preferimos que entre para recoger su almuerzo (pero respete si no puede o no se siente cómodo haciéndolo). El almuerzo se servirá de lunes a viernes., **aproximadamente a las 11:30.** Es su responsabilidad registrarse previamente para sus propias comidas. (Lo capacitaremos en Co-Pilot y le pediremos que se registre previamente **Al menos dos días hábiles de anticipación**). No se pueden reservar almuerzos para el día siguiente debido al espacio limitado del refrigerador. Con nuestro horario de atención limitado de 9 a. m. a 2 p. m., ¡esperamos que nos acompañe adentro! El almuerzo se servirá a las 11:30 en punto después de nuestra oración de la hora de la comida (tenga en cuenta que esto está sujeto a cambios según los tiempos de entrega de Nutrition Group, nuestro proveedor de alimentos. Si está registrado previamente para su almuerzo, **por favor esté aquí a tiempo.** Lo llamaremos para recoger su almuerzo en la mesa en la que está sentado (si elige comer adentro). Para aquellos que toman sus comidas y se van, es importante que estén aquí entre **11:30 y MEDIODÍA** para asegurarse de recibir su comida. Después del mediodía, comenzamos a distribuir comidas por orden de llegada.

*** El menú siempre está sujeto a cambios según el grupo de nutrición ***

¡Gracias por su cooperación!!

New Beginnings

January



- Day 1: Genesis 1:1-2
- Day 2: Jeremiah 29:11
- Day 3: Job 8:7
- Day 4: Lamentations 3:22-23
- Day 5: Psalm 30:5
- Day 6: Psalm 40:3
- Day 7: Isaiah 43:18-19
- Day 8: Isaiah 40:31
- Day 9: Isaiah 58:12
- Day 10: Ecclesiastes 3:1
- Day 11: Ecclesiastes 3:11
- Day 12: Isaiah 65:17
- Day 13: Ezekiel 11:19
- Day 14: Jeremiah 31:31
- Day 15: Matthew 26:27-28
- Day 16: Hebrews 12:1-2
- Day 17: 1 Peter 1:3
- Day 18: 2 Corinthians 5:17
- Day 19: Galatians 6:14-15
- Day 20: Colossians 3:8-9
- Day 21: Colossians 3:10-11
- Day 22: Romans 6:4
- Day 23: 2 Peter 3:10-11
- Day 24: 2 Peter 3:12-13
- Day 25: Philippians 3:13-14
- Day 26: Ephesians 4:21-22
- Day 27: Ephesians 4:23-24
- Day 28: Romans 12:2
- Day 29: Revelations 21:1-2
- Day 30: Revelations 21:3-4
- Day 31: Revelations 21:5



Kingdom Bloggers

Springettsbury Township y White Rose Senior Center se enorgullecen de ofrecerle una variedad de clases para adultos de 50 años o más. "ESTRELLAS." significa "Actividades para adultos mayores para residentes de Springettsbury", aunque cualquier persona, de 50 años o más, puede asistir. Las clases de invierno de 2023 son las siguientes:

Clase: Calabaza Gnomo con Linda

Para nuestro próximo evento de artesanía de calabazas con Linda Stinette, también conocida como "Gourdy2shoes", ¡haremos gnomos de calabaza! Puedes diseñarlos con un atuendo de invierno o un vestido tradicional de Gnomo. ¡Sea creativo y haga su Gnomo a su manera! Pintaremos los colores de la ropa y cualquier diseño creativo de ropa en la calabaza. Construiremos el sombrero con fieltro y la barba se cortará con piezas de tela peluda y todo se pegará con pegamento caliente. Se adjuntará una bola de madera para la nariz. ¡Ven y únete a nosotros para la diversión!

Suministros: Todos los suministros proporcionados por el instructor.
Instructora: Linda Stinette
Fecha: 18 de enero de 2023
Día: Miércoles
Horario: 14:00 – 16:00
Ubicación: White Rose Senior Center, 27 S. Broad St., York, PA 17403
Costo: R-\$10 NR-\$15 pagar a Springettsbury Township antes de la clase
Máximo por Clase: 10 Participantes



Clase: Gnomo de San Valentín pintado en pizarra

¡Martí Leader te mostrará cómo pintar este adorable gnomo en pizarra para decorar tu hogar o regalar a alguien especial para el Día de San Valentín! No se necesita experiencia en pintura, se mostrarán técnicas simples de sombreado. ¡Es tan lindo!

Suministros: el instructor proporcionará los suministros.
Instructor: Martí Leader
Fecha: 24 de enero de 2023
Día: Martes
Horario: 14:00 – 16:00
Ubicación: Centro para Personas Mayores Rosa Blanca
27 S. Broad St., York, PA 17403
Costo: R-\$10 NR-\$15 a nombre de Springettsbury
Municipio antes de la clase
Máximo por Clase: 10 participantes



Clase: Camello de fieltro de aguja - Parte 1

En esta primera clase de dos partes, Mary Jane Miller te enseñará cómo hacer la armadura de alambre para el camello. Añadiremos también la primera capa de mecha. Este será el último proyecto de la Serie Natividad. Se necesita algo de experiencia en fieltro.

Suministros: tijeras, una esponja de lavado de autos para coser (Wal-Mart o Dollar Store los tienen)
Instructora: Mary Jane Miller
Fecha: 31 de enero de 2023
Día: Martes
Horario: 14:00 – 16:00
Ubicación: Centro para Personas Mayores Rosa Blanca
27 S. Broad St., York, PA 17403
Costo: R-\$10 NR-\$15 a nombre de Springettsbury
Municipio antes de la clase
Máximo por Clase: 8 Participantes



Clase: camello de fieltro de aguja – Parte 2

En esta segunda clase, los estudiantes agregarán la capa final de lana al camello, también rase faciales y crearán la elegante silla de montar para completar este majestuoso animal que se usa para el transporte a través del desierto. Se necesita algo de experiencia en fieltro.

Suministros: Tijeras, una esponja de lavado de autos para coser (Wal-Mart o Dollar Store los tienen)

Instructor: Mary Jane Miller
Fecha: 7 de febrero de 2023
Día: Martes
Horario: 14:00 – 16:00
Ubicación: Centro para Personas Mayores Rosa Blanca
27 S. Broad St., York, PA 17403
Costo: R-\$10 NR-\$15 a nombre de Springettsbury
Municipio antes de la clase
Máximo por Clase: 8 Participantes



Clase: Bingo y almuerzo en Hoss's Steak & Seahouse

White Rose Senior Center y Springettsbury Township ofrecerán "Bingo" en Hoss's Steak & Seahouse. Se entregarán premios a todos los ganadores. El almuerzo se servirá antes del Bingo. Ven y únete a la diversión!

Fecha: 15 de febrero de 2023
Día: Miércoles

Hora: 11:00 – 13:30
Ubicación: Hoss Steak & Seahouse –
3604 E. Market St, York, PA 17402

Costo: \$5.00 a nombre de Springettsbury Township
antes de la clase de bingo.

(Diferenciación No Residente / No Residente);

El almuerzo es por su cuenta.

(Aproximadamente \$11.00-\$13.00 por su comida y bebida)

¡Tienes que comer allí para jugar al bingo!



Clase: Porta Pañuelos Mason Jar

¡Martí Leader tiene un gran proyecto de invierno para la temporada de frío! Este tarro de albañil está envuelto con cordel y con el uso de su circuito, Martí creará la redacción "Bless You". ¡Qué divertido será estar sentado en tu mostrador o escritorio!

Suministros: Tijeras
Instructor: Martí Leader
Fecha: 21 de febrero de 2023
Día: Martes
Horario: 14:00 – 16:00
Ubicación: Centro para Personas Mayores Rosa Blanca
27 S. Broad St., York, PA 17403
Costo: R-\$10 NR-\$15 a nombre de Springettsbury
Municipio antes de la clase
Máximo por Clase: 8 Participantes

