

MAYO 2022

## EVENTOS MAS DESTACADOS

*Nuestro horario será de 9:00 AM a 1:00 PM. Las puertas no se abrirán hasta entonces ya la 1:00 cerraremos las puertas para hacer limpieza y preparación para las actividades del día siguiente.*

Lunes Mayo 2 10:00 **Age My Way: Proyecto Comunitario de arte colaborativo**

Martes Mayo 3 10:00 **Bingo con Open Systems**

Jueves Mayo 5 9:00-1:00 **Caja con el Queso & Paquete de Rompecabeza** (debe de entrar) & **Cinco de Mayo Fiesta / TRIVIA** (Ponte tú sombrero)

Viernes Mayo 6 **TODO EL DIA: GIVE LOCAL YORK, Venta de postres horneados** (Traiga dinero)

10:30-11:30 **DJ Chris Wagman & Baile especial de dinero**

Lunes Mayo 9 9:15 **Té del Día de las Madres** (debe registrarse)

Jueves Mayo 12 & 26 10:00 **Productos Frescos**  
(Debe ser miembro de White Rose Senior Center y/o residente de Broad Park Manor. Traiga un carrito/bolsas. Debe poder llevar sus propios artículos desde adentro. Las mesas se llamarán en orden AL AZAR)

Martes Mayo 17 12:15 **Regalo envuelto** (\$1.00 para participar. ¡Debe registrarse!)

Miércoles Mayo 25 9:00 **Un frenesí de fibra: tejido de tapiz navajo**  
(Clase #1: con Nancy Walker y Jef Savage. Debe estar registrado)

Viernes Mayo 27 12:00 **Ahora lo tienes** (Trae un regalo nuevo, envuelto, de \$1.00 para participar)

Lunes Mayo 30 **Centro Cerrado en Observación del Día de los Caídos.**

Martes Mayo 31 10:30-1:00 **Celebración de picnic del Día de los Caídos** (afuera, vea el boletín) con comida y juegos

MAYO 2022

# 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](http://www.whiteroseseniorcenter.org)



# Creciendo con

# HIGHMARK®

Viernes Mayo 20 @ 10:00 AM

*con Diana Escalante*

(Debe registrarse antes del 5/13)

¡GRATIS!

¡Debe registrarse para participar!

¡Una actividad de plantación en la que discutirá los beneficios de las frutas y verduras y luego recibirá los materiales para plantar su propia fruta o verdura!



PLEASE JOIN US FOR A

## Memorial Day PICNIC

FOOD \* FUN \* GAMES \* MUSIC

WHITE ROSE SENIOR CENTER

Martes, 31 de Mayo

10:30 AM - 1:00 PM

Please bring a lawn chair.

Hot Dogs will be provided.

Picnic Lunches will be ordered  
for those Pre-Registered for Lunch.

*Celebrate with good food and good friends!*

Sign-up sheet will be available.

All food MUST be store bought and pre-packaged.





Age my way!

Cada mes de mayo, la Administración para la Vida Comunitaria (ACL) lidera la observancia nacional del Mes de los Estadounidenses Mayores (OAM,). En 2022, ACL se centrará en el envejecimiento: cómo los adultos mayores pueden planear permanecer en sus hogares y vivir de forma independiente en sus comunidades durante el mayor tiempo posible. El tema de 2022 es Age My Way, una oportunidad para que todos nosotros exploremos las muchas formas en que los adultos mayores pueden permanecer e involucrarse en sus comunidades.

White Rose Senior Center incluye un número creciente de estadounidenses mayores que contribuyen con su fuerza, sabiduría y experiencia a nuestra comunidad; las comunidades se benefician cuando las personas de todas las capacidades y orígenes son bienvenidas, incluidas y apoyadas.

White Rose Senior Center reconoce nuestra necesidad de crear una comunidad que brinde los servicios y el apoyo que los estadounidenses mayores necesitan para prosperar y vivir de forma independiente durante el mayor tiempo posible; y White Rose Senior Center puede trabajar para construir una comunidad aún mejor para nuestros residentes mayores al:

- Planificación de programas que fomenten la independencia.
- Asegurar que las actividades respondan a las necesidades y preferencias individuales.
- Aumentar el acceso a los servicios que apoyan el envejecimiento en el lugar.

Mayo de 2022 para ser el Mes de los estadounidenses mayores. Instamos a todos los residentes a reconocer las contribuciones de nuestros ciudadanos mayores, ayudar a crear una sociedad inclusiva y unir esfuerzos para apoyar las decisiones de los estadounidenses mayores sobre cómo envejecer en sus comunidades.

Vamos a trabajar en un proyecto de arte colaborativo en el que decorarás tu propio cubo para crear una obra maestra grupal. Los tres lados del cubo serán cualquier patrón o diseño que sea único para usted. Todos los cubos se unirán para formar un increíble mural. La limpieza es IMPORTANTE. Por favor tómate tu tiempo 😊

Si está interesado en donar algo, nos interesan los siguientes artículos: Limpiador de inodoros Lysol, Limpiador de pisos Lysol, Blanqueador, Detergente para platos, Desinfectante, Toallitas húmedas Lysol, Jabón para manos, Ambientador, Toallas de papel, Latas de refrescos para la máquina de refrescos (Coca-Cola, Coca-Cola Light, Dr. Pepper, Sprite, Iced Tea)

Nuestro Rifa de Pascua \*Patrocinado por el personal\*  
recaudo: **\$358.00**  
Gracias a todos los que compraron boletos para apoyar  
¡White Rose Senior Center!

*Damos una calurosa bienvenida a nuestros nuevos miembros:*

*Lisa Krout   Eddie Clemmons   Tonya "Inayan" Wilson  
María Rosario   Kenneth Jones   Faye Miller  
Ana Cádiz   Edward Draugelis   Janet Lehr  
Charles Annand   Carol Washington   Peggy Dehoff  
María Ruiz-Muniz   Michele Deitz   Rodney Thomas*

*White Rose Senior Center Staff*

**Lisa Krout** *Executive Director*  
**Brendaliz Gonzalez** *Bilingual Program Coordinator*  
**Jenna Wray** *Program Coordinator*  
**Raquel Rivera** *Assistant Program Coordinator*  
**Elba Zambrano** *Food Service & Cleaning Specialist*  
**Chotz Grove** *Customer Service*  
**Cheri Bowersox** *Bookkeeper*

# A FIBER FRENZY

*Nancy Walker & Jef Savage present a program of three practical fibre arts projects.....You can sign up for all three or attend those you are interested in. These projects are designed for both men & women, as history shows both genders were involved in ALL historical fibre arts processes.*

## Navajo Tapestry Weaving: 4 days

9:00am-10:30am, Weds, May 25 – June 15, 2022

Native American Culture and History has been and is being revitalized by First Peoples. This project will illustrate four contrasting nations, their traditional cultures, art forms & social adaptations.

## Ojibwe Decorative Beading: 4 days

9:00am-10:30am, Weds, June 22 – July 13, 2022

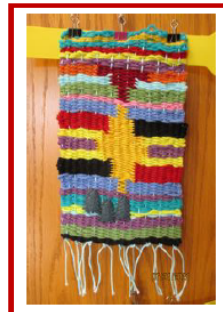
The Ojibwe (sometimes called Chippewa) have a rich tradition of using glass seed beads to decorate their clothing and other personal items. It is undergoing a revival amongst native peoples and expanding worldwide & has a rich history and opportunity for creative expression.

## Colonial Pennsylvania Deutsch Handtuch (handtowel) Embroidery: 5 days

9:00am-10:30am, Weds, July 20 – Aug 17, 2022

This was a typical art form for German settlers and took the form of a long decorative towel that was created as a decor panel which was hung on the door of the parlour. They were mainly produced by young, unmarried women in anticipation of marriage, which enabled them to learn embroidery stitches to reproduce folk art motifs of the Pennsylvania Germans.

This project will be approximately 15"W x 22"L.



Navajo Weaving



German Handtuch



Ojibwe Decorative Beading

*Personal initiative and creative self-expression are emphasized in this program. For each fibre art project participants will design, create, construct their project, and be introduced to the history, cultural context, traditions, practices, & applications of these fibre arts. Materials & tools provided for each project.*

**Places are limited so register early.**

**Reserve your place with Jenna**

Mother's DAY Tea Party

Acompañarnos para celebrar el Día de las Madres

Lunes Mayo 9

9:15-10:30  
Auspiciado por:  
White Rose Senior Center

RSV antes del Viernes 6 de Mayo  
TO Jenna al 717-843-9704



Raquel Rivera –  
*Asistente de Programación*



Nací en junio de 1979 en Bayamón Puerto Rico y me crié en Bronx Nueva York. Tengo cuatro hermosos hijos de 17, 19, 24 y 25 años, dos nietos de 1 año y medio y 3 años y una perra, Lilly. Me apasiona la música y ayudar a los demás. Tengo el sueño de convertirme algún día en una trabajadora social. En mi tiempo libre, disfruto de un tiempo tranquilo a solas para leer y relajarme, y pasar tiempo con mi familia. Por último, ¡me encanta tomar café! Estoy emocionada de estar a bordo aquí en White Rose Senior Center.

# Senior Bingo Dates

Senior Fun

Hey Seniors! Do you want to meet some new friends? Socialize? Snack and play bingo for fun? Join Lori and Kristi at the Shiloh Fire Department located at 2190 Carlisle Road, York, PA 17408, from 10:30 - Noon. If you want, bring a snack to share. There is no cost for this activity so mark your calendars and bring a friend.

- TUESDAY, APRIL 12
- TUESDAY, MAY 10
- TUESDAY, JUNE 7
- TUESDAY, JULY 12
- TUESDAY, AUGUST 9
- TUESDAY, SEPTEMBER 13



*with the Oxymorons Comedy and Entertainment Group*

The MacJingle elf family has gathered at Sprinkles (the North Pole's underground speakeasy) for the reading of the late Marty MacJingle's will. Everyone thinks he or she should inherit the fortune, but before the night is over, at least one elf won't be coming home for Christmas...ever again.

**Saturday, November 19, 2022**  
**SHILOH FIRE COMPANY**  
2190 Carlisle Road  
Doors Open at 5:00 PM - Show at 6:00 PM

Light snacks included but you are welcome to bring your own!

*Iced Tea and water are included but you're welcome to BYOB! | Must be 21+ to attend*

Tickets are available at the Twp Office  
380 East Berlin Road, York, PA 17408

**Cost: \$20 per person**

# DO YOU HAVE **concerns** about **falling?**



A MATTER OF  
**BALANCE**

MANAGING CONCERNS ABOUT FALLS

Many older adults experience concerns about falling and restrict their activities. A MATTER OF BALANCE is an award-winning program designed to manage falls and increase activity levels.

This program emphasizes practical strategies to manage falls.

#### YOU WILL LEARN TO:

- view falls as controllable
- set goals for increasing activity
- make changes to reduce fall risks at home
- exercise to increase strength and balance

#### WHO SHOULD ATTEND?

- anyone concerned about falls
- anyone interested in improving balance, flexibility and strength
- anyone who has fallen in the past
- anyone who has restricted activities because of falling concerns

The class is held twice a week for 4 weeks. The program is **FREE** for those 60+ yrs old!

**Location:** Stry Church

50 School St. York, PA 17402

**Dates:** July 13 - August 8, 2022

Mondays & Wednesdays

**Time:** 1:00PM—3:00PM

**To register:** Call Faye by July 6<sup>th</sup> at 717-852-4902 ext. 1044



Space is  
limited!

**Matter of Balance: Managing Concerns About Falls Volunteer Lay Leader Model ©2006**

This program is based on Fear of Falling: A Matter of Balance. Copyright ©1995 Trustees of Boston University. All rights reserved. Used and adapted by permission of Boston University.

**A Matter of Balance Lay Leader Model**

Recognized for Innovation and Quality in Healthcare and Aging, 2006, American Society on Aging.

A Matter of Balance Lay Leader Model was developed by a grant from the Administration on Aging (#00AM2780).

## Memorial Day

Join us for a solemn ceremony commemorating the  
10<sup>th</sup> Anniversary of the Gold Star Healing and Peace Garden  
with a  
Purple Heart Medal Ceremony for WWI KIA George A. Wood  
and our  
York County Wreath Laying Ceremony

11 a.m. Monday, May 30<sup>th</sup> 2022

Veterans Memorial Gold Star Healing and Peace Garden  
1000 Vander Avenue York PA

Keynote Speaker

Admiral (USN-Ret) DeWolfe Miller

Music & Hymns

New Song Community Choir

## Recuerde, debe registrarse previamente para su comida.

Así es como sabemos qué pedir. También puede continuar preinscribiéndose en la parte inferior de la pantalla de Copilot. Simplemente toca qué días te gustaría almorzar en el Centro. Un miembro del personal siempre está dispuesto a ayudarlo con Copilot. ¡Por favor solo pregunte! ¡A la larga, nos reduce el trabajo y le asegura una comida!



## REVISAR EL PROGRAMA S.T.A.R.S.

Springettsbury Township y White Rose Senior Center se enorgullecen de ofrecerle una variedad de clases para adultos de 50 años o más. STARS." significa "Actividades para personas mayores para residentes de Springettsbury, aunque cualquier persona, de 50 años o más, puede asistir. Las clases de invierno de 2022 son las siguientes:

**!!!LAS MÁSCARAS Y EL DISTANCIAMIENTO SOCIAL SERÁN PRACTICADAS Y ESPERADAS !!!**  
**PROGRAMAS PROPUESTOS**  
**S.T.A.R.S.**

## Programa STARS

**Clase: Marco de fotos "Scatter Kindness" usando el lienzo inverso como técnica**

Marti Leader nos mostrará cómo hacer este gran proyecto usando lienzo, un marco de madera de 8x10 pulgadas y palabras y diseño de vinilo usando su Cricut. Reverse Canvas es una técnica utilizada para transformar un lienzo blanco estirado económico en algo hermoso y rústico. Este será el refrán que coloquemos en el marco... ¡y qué apropiado en estos tiempos que vivimos!

Abastecimientos: Marti se encargará de todo.

Instructor: Marti Leader

Fecha: 19 de mayo de 2022

Día: Jueves

Horario: 2:00 – 4:00

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: 8 Participantes



## Programa STARS

**Clase: Atrapasol de árbol**

¡Judy Enders te mostrará cómo hacer este inspirador Tree Sun Catcher que representa la belleza de la naturaleza con el sol reflejándose en las cuentas! Ella proporcionará el alambre y las cuentas que se unirán a un aro de bordar de madera de 8 pulgadas. White Rose Senior Center proporcionará los aros. Este proyecto se verá hermoso colgado en tu ventana.

¡La primavera es una época de rebrote!

Suministros: Tijeras

Instructora: Judy Enders

Fecha: 24 de mayo de 2022

Día: Martes

Horario: 14:00 – 16:00

Ubicación: White Rose Senior Center

27 S. Broad St., York, PA 17403

Costo: R-\$10 NR-\$15 Pago a nombre de

Springettsbury Township antes de la clase

Máximo por Clase: 8 participantes



**Para preguntas adicionales, comuníquese con Lisa Krout en White Rose Senior Center (717-843-9704) o Brandy Shope en Springettsbury Township (717-757-3521).**

# ESTUDIO BÍBLICO

# Amar a Dios

- |                          |                        |
|--------------------------|------------------------|
| 1. Josué 22:5            | 16. Juan 14:15         |
| 2. Deuteronomio 10:12-13 | 17. Juan 14:21         |
| 3. Deuteronomio 11:13    | 18. Juan 14:23-24      |
| 4. Deuteronomio 6:4-5    | 19. Juan 15:10         |
| 5. Salmos 27:4           | 20. Juan 8:54-55       |
| 6. Salmos 26:8           | 21. Juan 17:4          |
| 7. Salmos 63:3-4         | 22. 1 Juan 5:3-5       |
| 8. Salmos 112:1          | 23. 2 Juan 1:6         |
| 9. Salmos 116:1-2        | 24. 1 Juan 2:3         |
| 10. Salmos 18:1          | 25. Deuteronomio 30:20 |
| 11. Éxodo 34:14          | 26. 1 Corintios 8:3    |
| 12. Joel 2:13            | 27. Colosenses 3:1-2   |
| 13. 1 Juan 4:12          | 28. Isaías 61:10       |
| 14. 1 Timoteo 6:15-16    | 29. Habacuc 3:18       |
| 15. Lucas 2:37           | 30. Jeremías 29:13     |
|                          | 31. 1 Crónicas 22:19   |

Mayo

# 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.

# Estudio bíblico con Bruce

**Todos los Lunes**

9:30-10:30

**Unete al Hno. Bruce Shaub**



SI ESTÁ RECOGIENDO SUS COMIDAS EN LA PUERTA PRINCIPAL, ASEGÚRESE de estacionarse en el lado correcto de la carretera (mirando en la dirección correcta) para evitar una multa o causar un accidente. ¡Gracias!

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 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 1 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, esté aquí a tiempo) Le llamaremos para recoger su almuerzo en la mesa en la que está sentado.

\*\*\* El menú siempre está sujeto a cambios según Nutrition Group\*\*\*

Es responsabilidad de cada individuo mantener su área de mesa limpia. Esto incluye limpiar su mesa todos los días después de la hora de comer. ¡Trabajar en equipo! Apreciamos tu cooperación. Una estación de limpieza estará disponible con toallas de papel y artículos de limpieza. El desinfectante de manos estará disponible para que todos se desinfecten las manos antes de tocar el monitor de la computadora/inicio de sesión de CoPilot.

Como un esfuerzo por mantener las mesas LIMPIAS y DESPEJADAS, los únicos artículos que se permitirán permanecer en la mesa en TODO momento son su salero y pimentero, y el número de su mesa. NO SE PERMITIRÁN OTROS ARTÍCULOS.

Gracias por su cooperación!



# Caja con el queso

## Senior Box Program Commodity Supplemental Food Box

Senior Food Box Program

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

## 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)**



**Productos Frescos** continuará siendo distribuido aproximadamente a las 10:00 am. (tiempo sujeto a cambios según el tiempo de entrega del Central PA Food Bank). Ya no estaremos cargando sus vehículos. Se espera que ingrese con su carrito/bolsas/cajas para pasar por la línea (tal como lo hacíamos antes de Covid) y que le entreguen sus productos. No pasará por la fila hasta que llamen a tu mesa para retirar tus productos...

Por favor note, SOLO PORQUE LLEGAS PRIMERO NO significa que serás servido primero. Las mesas serán llamadas al azar. Estamos sirviendo a aproximadamente 80 personas, mientras duren. No pasará por la línea de ALIMENTOS hasta que llamen a su mesa.

Recuerde, no proporcionamos bolsas ni cajas. Trate al personal, los voluntarios y otros miembros con respeto. Es nuestro placer servirle.

\*\*\* Ya tenemos voluntarios en fila, así que le preguntaremos si necesitamos ayuda.! \*\*\*

# GIVE LOCAL YORK DA Y RECIBE MÁS



El 6 de mayo de 2022, White Rose Senior Center participará en una recaudación de fondos en línea llamada Give Local York. Este es el quinto año del evento y White Rose Senior Centers es el cuarto año de participación. Muchos de ustedes dieron una donación a White Rose Senior Center y les agradecemos mucho por ello. El dinero que recaudamos se destina a ayudar con todos los aspectos del funcionamiento del Centro, donde generalmente tenemos 100 personas para almuerzos colectivos, comprar suministros para actividades, pagar el alquiler, seguros, productos de papel y entregar comidas a domicilio. El año pasado recaudamos más de \$12,000. La meta para el Centro para Personas Mayores White Rose para 2022 es de \$15,000. ¡Cada poquito ayuda a alcanzar nuestra meta! Puede enviar un cheque por la cantidad con la que se sienta cómodo y enviarlo por correo a:

Attn: Lisa Krout

White Rose Senior Center

27 S. Broad Street, York, PA 17403

Para contar con el evento Give Local York del 6 de mayo de 2022, debemos tenerlo antes del 6 de mayo para ingresar el monto del cheque. (El evento comienza a las 00:00 y finaliza a las 23:59:59 del 6 de mayo de 2022).

Si donarías en línea:

1. Vaya a <https://givelocalyork.org/organizations/white-rose-senior-center>
2. Haga clic en el botón Donación y seleccione su nivel de donación y complete los campos de pago. La donación mínima es de \$10 si lo haces en línea.

¡Gracias por todo vuestro apoyo!

El personal de WRSC: Lisa, Brendaliz, Jenna, Chotz, Elba, Raquel y la junta directiva