



mayo 2024

Envejecimiento saludable en Eagle

715 Broadway | 970.328.1483

Cuidado de los pies con cita previa

El cuidado de los pies se llevará a cabo el **martes 21 de mayo** de 9:00 a. m. a 11:30 p. m. y nuestras citas regulares de 30 minutos se llenarán. Si necesita este servicio, inscribse en la hoja de registro que se encuentra en el libro de actividades en el comedor. Hay una tarifa de \$20.

Viaje de recados del lunes

Haremos un viaje a Walmart / Avon el **Lunes 13 de mayo** a las 10:00. El autobús saldrá y regresará al Golden Eagle. Tenga en cuenta que no hacemos recogidas /de voluciones a domicilio para Viajes de lunes.



¡Feliz cumpleaños!

Christina Austin	1
Herb Harding	4
Oralia Archibeque	7
Lorraine Willis	10
Rosie Burki	15
Evi Millette	19
Ulrich Burki	30
Roger Griffith	31

¡Recordatorio! Expo Envejecimiento Activo

¡Únase a nosotros en la Active Aging Expo el 3 de mayo del 9 al 12 en Edwards Field House!

Viaje a tomar el té en el Palacio Brown

Nos dirigiremos al histórico Palacio Brown. Hotel en el centro de Denver el **miércoles 15 de mayo** donde disfrutaremos de una deliciosa merienda inglesa por la tarde. El costo por persona es de \$30 (más un depósito reembolsable de \$10 al registrarse). Se proporcionará transporte para 12 personas y también está disponible el uso compartido de vehículos. El plazo es de aprox. 9:30-5:00 pm. Adicional Los detalles se pueden encontrar en la página 4.



Barbacoa del Día de los Caídos



Nuestra barbacoa anual del Día de los Caídos se llevará a cabo el **lunes 27 de mayo** al mediodía. El Consejo Escolar proporcionará hamburguesas a la parrilla, condimentos y bebidas. Los asistentes se inscribirán para traer una guarnición o postre para completar la comida. Si no puede contribuir con un alimento, pero está interesado en venir, ¡hágalo! No queremos crear barreras para aquellos que quieran unirse a nosotros. ¡La novedad de este año será el momento de reconocer a nuestros veteranos y del Bingo por PREMIOS!

Llamando a todos los jugadores de Cribbage

¡Tenemos interés en iniciar un grupo de Cribbage! Si está interesado en jugar o aprender cribbage, infórmele a Carly.



¡Reserva! Fiesta de graduación de último año del Águila Dorada



El **viernes 7 de junio**, el Consejo Escolar organizará el primer baile de graduación de último año en el Golden Eagle de 6:00 a 8:30 p. m. Esto será una recaudación de fondos para el Consejo Escolar, por lo que se sugerirá una donación de \$10 por persona. Tendremos un DJ en vivo tocando canciones de nuestras épocas de graduación favoritas de los años 50 y 60, y la vestimenta de graduación de cualquier época es muy importante. Este evento estará abierto a todas las edades para mostrar el vibrante centro para personas mayores que tenemos en Eagle, ¡así que corre la voz y trae a tus amigos! ¡Nuestro propio rey y reina serán coronados!

Calendario de eventos de mayo

DOM.	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SABADO
			1 10:00 Fabricación de tarjetas de felicitación 12:00 Mah Jongg	2 11:00 Ejercicio sentado 12:00 almuerzo 1:00 Cartas 1:00 Tienda de comestibles 1:00 Tejer	3 9:00 Expo Envejecimiento Activo 12:00 Mah Jongg	4
5	6 12:00 Mah Jongg	7 11:00 Ejercicio sentado 11:00 recados 12:00 almuerzo 1:00 Cartas	8 10:00 Fabricación de tarjetas de felicitación 12:00 Mah Jongg	9 11:00 Ejercicio sentado 12:00 almuerzo 1:00 Cartas 1:00 Tienda de comestibles 1:00 Tejer	10 12:00 Mah Jongg	11
12	13 10:00 Walmart 12:00 Mah Jongg	14 11:00 Ejercicio sentado 11:00 recados 12:00 almuerzo 1:00 Cartas	15 10:00 Fabricación de tarjetas de felicitación 12:00 Mah Jongg	16 11:00 Ejercicio sentado 12:00 almuerzo 1:00 Cartas 1:00 Tienda de comestibles 1:00 Tejer	17 12:00 Mah Jongg	18
19	20 12:00 Mah Jongg	21 9:00-11: 30 Cuidado de los pies 11:00 recados 11:00 Ejercicio sentado 12:00 almuerzo 1:00 Cartas	22 10:00 Fabricación de tarjetas de felicitación 12:00 Mah Jongg	23 11:00 Ejercicio sentado 11:30 BP Checks 12:00 almuerzo 1:00 Cartas 1:00 Tienda de comestibles 1:00 Tejer	24 12:00 Mah Jongg	25
26	27 12:00 Mah Jongg	28 11:00 Ejercicio sentado 11:00 recados 12:00 almuerzo 1:00 Cartas	29 10:00 Fabricación de tarjetas de felicitación 12:00 Mah Jongg	30 11:00 Ejercicio sentado 12:00 almuerzo 1:00 Cartas 1:00 Tienda de comestibles 1:00 Tejer	31 12:00 Mah Jongg	

Menú del día



mayo 2024

Envejecimiento saludable en Eagle

715 Broadway | 970.328.8896

Opción de ensalada de entrada

ENSALADA PARA 2

Verduras mixtas, frutos rojos, cebolla, nueces, jamón, vinagreta de frambuesa

ENSALADA PARA 7 Y 9

Lechugas mixtas, salmón, tomate, maíz, guisantes, aderezo ranch

ENSALADA PARA 14 Y 16

Lechugas mixtas, jamón, guisantes, zanahorias, queso, aderezo italiano

ENSALADA PARA 21 Y 23

Lechugas mixtas, pavo, queso, tomate, zanahoria, aderezo balsámico

ENSALADA PARA 28 Y 30

Ensalada de pollo Cobb con aderezo ranchero de aguacate

Opción de plato principal



JUEVES, 2 DE MAYO

Ensalada mixta, fajitas de carne, arroz español, maíz, frijoles negros, crema agria y salsa, flan de caramelo

MARTES, 7 DE MAYO

Ensalada caprese, fettuccine de pollo alfredo, espinacas, crema brulée con frutos rojos

JUEVES, 9 DE MAYO

Ensalada de cosecha, salmón con salsa cremosa de tomate, puré de patatas, espárragos, delicia de chocolate Oreo

MARTES, 14 DE MAYO

Ensalada verde, pollo con mantequilla de ajo y limón sobre vegetales mixtos, panecillo, tarta de queso con salsa de frambuesa

JUEVES, 16 DE MAYO

Fish & chips, ensalada de col, guisantes, crumble de melocotón y helado de vainilla

MARTES, 21 DE MAYO

Tomate romano ensalada de pepino, fideos lo mein de carne y verduras, rollito de huevo, mousse de chocolate y frambuesa

JUEVES, 23 DE MAYO

Ensalada verde, hot dog con guarniciones, frijoles horneados, chips de camote, galleta con chispas de chocolate

MARTES, 28 DE MAYO

Sopa de cebolla, wrap de atún, gajos de papa, zanahorias asadas, pastel de tres leches

JUEVES, 30 DE MAYO

Ensalada de pollo Cobb con aderezo ranch de aguacate, brownie con fresas



Rincón del consejo local

Póngase al día con los próximos viajes y otros acontecimientos del Consejo Local para Personas Mayores de Golden Eagle

Calendario de viajes 2024

- Abril:** Teatro de vodevil
- Mayo:** Té Brown Palace
- Junio:** Compras en GJ y recorrido por el túnel del lago colgante
- Julio:** picnic en el lago Sylvan y Blackhawk
- Agosto:** Melocotones Palisade y granja de lavanda
- Septiembre:** Gira HAATS
- Octubre:** Picnic en Rifle Falls
- Noviembre:** compras en Grand Junction
- Diciembre:** Hotel Colorado y almuerzo

Información del próximo viaje: Té Palacio Marrón

Fecha: Miercoles de 15 de mayo

- El costo es de \$65 y el Consejo Escolar subsidiará el costo a \$30 por persona, más un depósito reembolsable de \$10, ambos pagaderos al registrarse. El autobús saldrá del Golden Eagle a las 9:30 a. m. en punto y regreso al Centro para personas mayores en aproximadamente a las 5:00 p.m.
- La hoja de inscripción estará disponible a partir del 30 de abril, con fecha límite el jueves 9 de mayo. Cada asistente debe inscribirse personalmente para el viaje. En caso de cancelación, comuníquese con Ann Lane al 214-793-3738.
- Si tiene preguntas generales, comuníquese con Roseanne Cassidy en 970-471-6609 o Nancy Wright en 970-390-0638.
- Recordatorio: Si aún no lo ha hecho, firme una exención de responsabilidad del Consejo del sitio antes de realizar el viaje.
- El transporte hacia y desde el centro para personas mayores es responsabilidad del asistente.

Mirando hacia el futuro...

¡Junio va a ser un mes muy ocupado! 3 de junio: viaje de compras de primavera a Grand Junction (transporte proporcionado en autobús); El baile de graduación para personas mayores del 7 de junio se llevará a cabo en el Centro para personas mayores (saquen esos vestidos de fiesta, damas) y el 12 de junio, recorrido por el túnel del lago colgante (auto compartido). Más información por venir.

Políticas de viaje del consejo escolar

- Las personas mayores deben inscribirse personalmente en viajes con una reserva reembolsable de \$10 depósito
- Cada año, las personas mayores deben firmar la exención de responsabilidad del Consejo Local de Golden Eagle antes de realizar un viaje.
- Cualquier gasto de viaje no cubierto por el consejo del sitio deberá pagarse al registrarse.
- Cancelaciones de viajes y para recibir un reembolso completo. Las personas mayores deben comunicarse con Ann Lane al número 214-793-3738 al menos 48 horas antes de la salida del viaje.
- Los autobuses saldrán del Golden Eagle a la hora indicada y todas las personas mayores deben llegar al Centro al menos 15 minutos antes de la hora de salida. Los registros y reembolsos del dinero del depósito se realizarán en este momento.
- Todos los viajes tendrán un itinerario establecido antes de las salidas. Los itinerarios de viaje no se modificarán de ninguna manera para acomodar a los asistentes al viaje.
- Se requieren un mínimo de 10 inscripciones para hacer posible cada viaje.