MAYO

Eventos Destacados

Jueves Mayo 1ro 9:30-1:00 **Caja con el queso & Rompecabeza**

24 Horas de Give Local York "Día de Dar" *Jueves Mayo 1ro a 9pm hasta las 9pm del Viernes Mayo 2.*

Viernes Mayo 2 Give Local Bingo ($5.00)

Jueves Mayo 8 10:00 **Productos Frescos**

Viernes Mayo 9 10:00 **Bingo de Meriendas** ($5.00)

Lunes Mayo 12 9:30 **Té del Día de la Madre** (Por favor, regístrate. Debes registrarte antes de las 9:15. Usa tu atuendo para la fiesta del té)

Viernes Mayo 16 Salida a Green Dragon (Costo es $15 Ida Y Vuelta. Por favor, traiga dinero para compras y almuerzo. Debe ser 65+ para Rabbit Transit)

Viernes Mayo 23 10:00 **Bingo** ($5.00)

Lunes Mayo 26 *Centro estará Cerrado. Memorial Day.*

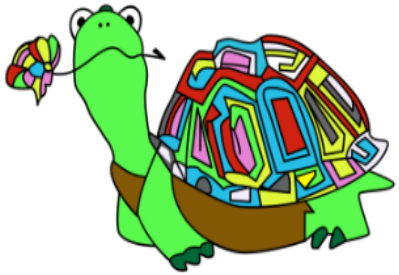
Jueves Mayo 29 10:00 **Productos Frescos**

Viernes Mayo 30 10:00-11:30 **Un día para recordar con DJ Chris** (Se recomienda usar atuendo para el baile de graduación)

MAYO

THE ROSE

White Rose Senior Center



27 South Broad Street
York PA 17403

Lunes a Viernes
Horario de oficina: 8:00 AM -4:00 PM
En Persona: 9:00 AM - 2:00 PM
www.whiteroseseniorcenter.org



Voluntarios: El corazón de nuestro jardín.

Pintado por Janeen Hershey

Nuestros voluntarios son la base de nuestra comunidad, impulsando el crecimiento y la alegría en cada rincón de nuestro Centro. Cada huella simboliza el impacto que USTED ha generado, ayudándonos a crecer, florecer y prosperar juntos.



Recuerde registrarse previamente para su comida, para que podamos pedir suficientes comidas.

El almuerzo se servirá en el interior en contenedores para llevar. Puedes comer dentro del edificio o llevar tu comida. El almuerzo se servirá de lunes a viernes, aproximadamente a las 11:30 (tenga en cuenta que esto está sujeto a cambios según los tiempos de entrega de Nutrition Group, nuestro proveedor de alimentos). Es su responsabilidad preinscribirse para sus propias comidas (lo capacitaremos sobre Co-Pilot y le pediremos que se preinscriba con al menos dos días hábiles de anticipación). Los almuerzos no se pueden reservar para el día siguiente debido al espacio limitado en el refrigerador.

El almuerzo se servirá a las 11:30 inmediatamente después de nuestra oración a la hora de comer. Si está preinscrito para su almuerzo, llegue a tiempo. Lo llamaremos para que recoja su almuerzo en la mesa en la que está sentado (si elige comer adentro).

Para aquellos que están tomando sus comidas y saliendo, es importante que estén aquí a las 11:30 para asegurarse de recibir su comida. Después de las 11:45 comenzamos a distribuir comidas por orden de llegada.

**** El menú siempre está sujeto a cambios según el grupo nutricional ****

¡Gracias por su cooperación!

Evite interrumpir al personal de cocina entre las 10:45 y las 11:30.

Durante este tiempo, nuestra principal prioridad es garantizar que las comidas se sirvan a tiempo.

Gracias por su comprensión y cooperación...



Give Local York es un "Día de Donaciones" de 24 horas en York, Pensilvania. El dinero recaudado para el Centro para Personas Mayores White Rose se destina a apoyar las actividades y operaciones del centro. La pandemia provocó una escasez en nuestra recaudación general de fondos durante el año, así que nos sentimos afortunados de haber recibido estas donaciones.

El evento se llevará a cabo el jueves 1 de mayo a las 9:00 pm y se extenderá hasta el viernes 2 de mayo a las 9:00 pm. En 2024, recaudamos más de $18,000.

(Más de 330 organizaciones sin fines de lucro en nuestra comunidad local recaudaron $4,64 millones)

Este año, nuestra meta es de $20,000 y no podemos alcanzarla sin ustedes. ¡Separa la fecha!

Bienvenidos

Nuevos Miembros

Tommie Smallwood
Theodore Hill
Terri Rot
Francene Donoprio
Linda Fisher
Joyce Miller
Barbara Owens
Camilla Martin
Sandra Murray
Carol Steis
Charles Kress
Donna Fox
Curtis Bones
Denise Drais Mary
Ann Eshelman
Betty Swingle
Dennis Pizarro
Bradley Smith
Linda Williams
Harry DeVeney

Productos Frescos Se distribuirán a las 10:00 a.m. Se espera que entre con su carrito/bolsas/cajas para pasar por la fila y recibir sus productos. No pasará por la fila hasta que llamen a su mesa para recoger sus artículos.

Las mesas se llamarán al **Azar**. Servimos a aproximadamente 180 personas, hasta agotar existencias. **No pasará por la fila de comida hasta que llamen a su mesa**. Recuerde que no proporcionamos bolsas ni cajas...

Jueves Mayo 8

Jueves Mayo 22



Senior del Mes: Jannie Burton fue nuestra Senior del mes de!

Las personas que almuercen en el interior serán seleccionadas al azar para ser la Persona Mayor del Mes. Esto le otorga el PRIMER puesto en todo, desde principios de mes hasta el final. También aparecerá destacado en nuestro boletín del mes siguiente. Se seleccionará una nueva persona mensualmente.





Hunger Free York

York County Food Bank

El Programa Senior Box es una iniciativa federal diseñada para mejorar la salud y la nutrición de las personas mayores con ingresos elegibles. Las personas mayores reciben una caja de comida gratis cada mes, lo que les ayuda a estirar sus limitados ingresos. . Cada mes, el Programa Senior Food Box proporciona a más de 2000 personas mayores una caja de alimentos gratuita para ayudarlas a estirar sus ingresos y mejorar su salud nutricional. Las cajas suelen incluir leche, jugo, carne, aves o pescado enlatados, avena, cereales listos para comer, arroz, pasta, frijoles secos, mantequilla de maní y frutas y verduras enlatadas.

48 CONTIGUOUS STATES AND DISTRICT OF COLUMBIA				
	Federal Poverty Guidelines - 100%	Elderly - 150%		
Household Size	Annual	Annual	Monthly	Weekly
1.....	$15,060	$22,590	$1,883	$435
2.....	20,440	$30,660	2,555	590
3.....	25,820	$38,730	3,228	745
4.....	31,200	$46,800	3,900	900
5.....	36,580	$54,870	4,573	1,056
6.....	41,960	$62,940	5,245	1,211
7.....	47,340	$71,010	5,918	1,366
8.....	52,720	$79,080	6,590	1,521
For each add'l household member, add...	5,380	8,070	673	156



Artesanos del Hilo
Miércoles
& Jueves

9:00–2:00

onthemove

Group Exercise for Improved Mobility in Older Adults®

con Stephanie
Lunes & Jueves @ 12:00



Yoga con Stephanie
Fuerza & Balance
Martes 12:00—1:00
Yoga en Silla
Viernes 12:00—1:00



ZUMBA
con Cindy Patterson
Miércoles @ 10:30 AM

Jueves Mayo 15



$1.00 por ticket.
6 Tickets por $5
18 Tickets por $10

Las entradas se venderán en dos partes.

La primera mitad constará de 5 rondas y se otorgarán 3 premios por ronda.

La segunda mitad constará de 5 rondas y se otorgarán 3 premios por ronda.

TÉ DEL DÍA DE LAS MADRES



Lunes Mayo 12

9:30

¡Brindemos por el amor, las risas y los recuerdos más preciados!

Inscríbete antes del 7 de mayo y regístrate antes de las 9:15 el día del té.

Debe registrarse

MAYO

TEMA: DIOS ES REDENTOR

- ☐ MAYO 1: MATEO 11:25-30
- ☐ MAYO 2: SALMOS 78:21-39
- ☐ MAYO 3: SALMOS 19:1-14
- ☐ MAYO 4: 1 CRÓNICAS 17: 16-27
- ☐ MAYO 5: GÁLATAS 3: 6-18
- ☐ MAYO 6: ISAÍAS 54:1-8
- ☐ MAYO 7: EFESIOS 1:3-14
- ☐ MAYO 8: MIQUEAS 6:1-5
- ☐ MAYO 9: DEUT.9:9-29
- ☐ MAYO 10: ÉXODO 3:1-10
- ☐ MAYO 11: LUCAS 1:67-79
- ☐ MAYO 12: ISAÍAS 44:1-8
- ☐ MAYO 13: MARCOS 10:42-45
- ☐ MAYO 14: MIQUEAS 4:6-13
- ☐ MAYO 15: OSEAS 13:1-16
- ☐ MAYO 16: ÉXODO 3:11-22
- ☐ MAYO 17: ROMANOS 3:21-31
- ☐ MAYO 18: ZACARÍAS 10:1-12
- ☐ MAYO 19: ISAÍAS 49:19-26
- ☐ MAYO 20: JOB 19:21-29
- ☐ MAYO 21: 1 CORINTIOS 1:17-24
- ☐ MAYO 22: JEREMÍAS 15:19-21
- ☐ MAYO 23: ISAÍAS 63:15-19
- ☐ MAYO 24: 1 PEDRO 1: 13-25
- ☐ MAYO 25: GÁLATAS 4:1-7
- ☐ MAYO 26: 1 CORINTIOS 1:18-31
- ☐ MAYO 27: 1 SAMUEL 1:7-18
- ☐ MAYO 28: COLOSENSES 1:3-14
- ☐ MAYO 29: LAMENTACIONES 3:55-60
- ☐ MAYO 30: SALMOS 107:1-9
- ☐ MAYO 31: LUCAS 21:25-38

Self ♥ Love CLUB

Dile adiós a las plagas

Penn Pest
TERMITE & PEST CONTROL

Presentación por Penn Pest

Mantente alerta.
Mantente seguro.
Actúa rápido.

MIÉRCOLES
MAYO 7
@ 11:00 CON
BOB & LISA

¡Si vive en Broad Park Manor, puede comunicarse con Mantenimiento (717-843-6309) y Penn Pest irá a su hogar sin costo alguno para usted.

Para garantizar la comodidad y el bienestar de todos en nuestro Centro, solicitamos amablemente que las personas que actualmente estén lidiando con una plaga de chinches se abstengan de ingresar a espacios compartidos hasta que el problema se haya resuelto por completo.



White Rose Senior Center, Inc.
27 S BROAD ST. • YORK, PA. 17403
717-843-9704

WHITE ROSE SENIOR CENTER



27 South Broad St, York

Martes Junio 24, 2025
9:00 am to 11:30 am

2025 PROXY FORMS

are required for eligible seniors authorizing another person to pick the vouchers up for them.

*** POA's, family members, spouses, etc. *MUST* use a 2025 Proxy form.**

**** ID for both SENIOR and PROXY is required.***

**** Only 2025 Proxy forms are accepted.***

Proxy forms are available after May 1st at these locations:

- York County Senior Centers,
- York County Area Agency on Aging office (2401 Pleasant Valley Road, York),
- and www.ycaaa.org.

2025 SFMNP Schedule

Vouchers will be distributed at these locations **or until supplies last.**

PROOF OF AGE and YORK COUNTY RESIDENCY IS REQUIRED.

All distribution will be IN PERSON.

Applications will NOT be used.

VOUCHERS WILL NOT BE MAILED

Requirements for participants:

* Be 60 years of age by December 31, 2025
* Live in York County
* Meet the 2025 household income requirements—which includes **total gross** income from Social Security (pre Medicare), wages, pensions, investment interest, IRA payments, etc.

PROOF OF AGE AND YORK COUNTY RESIDENCY IS REQUIRED.

2025 Annual Household Income (TOTAL GROSS):

1 person:	$ 28,952/ year
	$ 2,412/ month
2 people:	$ 39,127/ year
	$ 3,260/ month
3 people:	$ 49,302/ year
	$ 4,108/ month

(Pending final notification from PA Dept of Ag)

If more than one senior lives in the household **each** eligible household member may receive the vouchers if their **combined** total income is within the income limits.

Voucher DISTRIBUTION
June 1 to Sept 30, 2025 at scheduled locations throughout York County,
OR while supplies last.

Voucher REDEMPTION:
At any **participating** Farmers Market **in PA**, June 1 thru November 30, 2025.

Produce must be grown in PA.

Amigo Secreto

Recordatorio: no dejes que tu amigo secreto se te escape. Una tarjeta cariñosa por correo, una nota rápida o incluso un mensaje alegre pueden alegrarle el día más de lo que imaginas. Recuerda, son los pequeños gestos —postales de "solo pensando en ti", saludos sorpresa de cumpleaños o un mensaje de "espero que estés bien"— los que fortalecen nuestra conexión. Así que mantén el contacto, comparte una sonrisa a través de la distancia y hazle saber que nunca lo olvidamos.!

Plagas!

Como parte de nuestro compromiso con un entorno limpio y saludable, solicitamos respetuosamente que cualquier persona que experimente, o sospeche razonablemente, una infestación de chinches se abstenga de ingresar a nuestras instalaciones hasta que el problema haya sido tratado profesionalmente y resuelto por completo. Si cree haber estado expuesto, notifíquenos de inmediato y programe una inspección o remediación antes de regresar. Su cooperación contribuye a proteger el bienestar de todos en nuestra comunidad.

Salud & Bienestar Horarios de clases

Una cuestión de equilibrio

Cada clase consta de 8 sesiones. Debes asistir a todas las sesiones.
Lunes y miércoles
Mayo 12, 14, 19, 21, 26, 27, & Junio 2, & 4, 2025
(No hay clases por el Día de los Caídos - el día de recuperación es Mayo 27)
1:00 - 3:00 pm
Esta clase será en York Township Park Building, 25 Oak Street, York

Regístrese llamando a Megan at 717-855-0437 o envia un correo: **aging@yorkcountypa.gov** con tu nombre, # teléfono, nombre de la clase que desea tomar y lugar.

Chronic Pain Self-Management

Esta clase consta de 6 sesiones. Debes asistir a todas las sesiones.
Martes
Mayo 6, 13, 20, 27, & Junio 3, 10, 2025
12:30 - 3:00 pm
Esta clase será en Springettsbury Township Building
1501 Mt. Zion Road, York
Miércoles
Agosto 20, 27, & Septiembre 3, 10, 17, 24, 2025
12:30 - 3:00 pm **Esta clase será en York Township Park Building**
25 Oak Street, York **Regístrese llamando a Megan at 717-855-0437** o envia un correo: **aging@yorkcountypa.gov** con tu nombre, # teléfono, nombre de la clase que desea tomar y lugar.

Pasos saludables para personas mayores

Cada clase consta de dos sesiones. Debes asistir a ambas. Martes. **Junio 17 & 24, 2025** Noon - 2:00 pm **Esta clase será en Northeastern Senior Center,** 131 Center Street, Mt. Wolf Thursdays
Junio 19 & 26, 2025 10:00 am - Noon **Esta clase será en At Stewartstown Senior Center** 26 S. Main Street, Stewartstown Jueves **Julio 24, 2025**
9:00 am - 2:00 pm *(Almuerzo proporcionado por la iglesia. 11:00 - Noon)*

Esta clase será en Codorus Church of the Brethren 1129 Dunkard Valley Road, Dallastown Jueves **Agosto 7 & 14, 2025** 10:00 am – Noon

Esta clase será en Paul Smith Library
80 Constitution Avenue, Shrewsbury **Regístrese llamando a Lauren at 717-855-0479** o envia un correo: **aging@yorkcountypa.gov** con tu nombre, # teléfono, nombre de la clase que desea tomar y lugar



OLDER AMERICANS MONTH

FLIP THE SCRIPT ON AGING: MAY 20

Cada mes de mayo, la Administración para la Vida Comunitaria (ACL) lidera la celebración nacional del Mes de los Adultos Mayores (OAM), un momento para reconocer las contribuciones de los adultos mayores, destacar las tendencias del envejecimiento y reafirmar nuestro compromiso de servir a los adultos mayores.

El tema de 2025, "Cambiemos el guion del envejecimiento", se centra en transformar la forma en que la sociedad percibe, habla y aborda el envejecimiento. Anima a las personas y a las comunidades a desafiar los estereotipos y disipar los conceptos erróneos. Este año, únase a nosotros para honrar las contribuciones de los adultos mayores, explorar las numerosas oportunidades para mantenerse activos y comprometidos a medida que envejecemos, y destacar las oportunidades de propósito, exploración y conexión que conlleva el envejecimiento.

Días de exhibición en White Rose Senior Center

Give Local Bingo. Viernes Mayo 2

Cinco de Mayo. Lunes Mayo 5

Te de Mother's Day. Lunes Mayo 12

Celebración Memorial Day. Martes Mayo 27

S.T.A.R.S. Actividades para personas mayores residentes de Springettsbury
(Para adultos activos de 50 años o más)

Clase: **Bingo & Almuerzo en Hoss's Steak & Sea House**

White Rose Senior Center & Springettsbury Township ofrecera "Bingo" en Hoss's Steak & Sea House. Se entregarán premios a todos los ganadores. Se servirá un almuerzo antes del Bingo. ¡Ven y diviértete!

Fecha: Mayo 13, 2025 **Día:** Martes **Hora:** 11:00 AM – 1:30 PM
Lugar: Hoss's Steak & Sea House – 3604 E. Market St, York, PA 17402
Costo: $5.00 pagar a Springettsbury Township antes del bingo. (No Resident / Non-Resident Differentiation); Almuerzo port u cuenta.
(Approximadamente $11.00-$13.00 por comida & bebida)
¡Debe comer allí para poder jugar bingo!



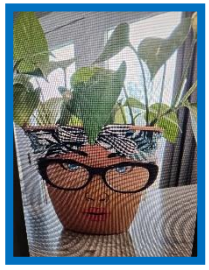
Clase: Un día de Playa

Bonita Bollinger Te mostraré cómo crear esta relajante escena playera con acuarelas.
La clase es para principiantes.
Recibirás un canva de 8" x 10"para pintar.
Ven a esta clase y disfruta de una tarde fantástica.
Materiales: Todos serán suplidos por el instructor.
Instructor: Bonita Bollinger
Fecha: Mayo 20, 2025 **Día:** Martes **Hora:** 2:00-4:00 PM
Lugar: White Rose Senior Center
27 S. Broad St., York, PA 17403
Costo: R-$10 NR-$15
pagar a Springettsbury Township antes de la clase



Clase: Dama elegante plantada

Esta es la época del año para plantar flores hermosas. ¡Qué divertido es tener una maceta creativa y original para tus flores! Joanne Kluk te enseñará a pintar rostros preciosos y expresivos, y luego a decorarlos con gafas, pendientes y pañuelos. ¡También recibirás tierra y una plantita por tu proyecto terminado!
Materiales: Todos serán suplidos por el instructor.
Instructor: Joanne Kluk **Fecha:** Junio 17, 2025
Día: Martes
Hora: 2:00-4:00 PM
Lugar: White Rose Senior Center
27 S. Broad St., York, PA 17403
Costo: R-$10 NR-$15
Pagar a Springettsbury Township antes de la clase



Clase: Casa del Hobbit hecha con fieltro de aguja

Con agujas de púas especiales y lana de mecha, Mary Jane Miller te enseñará a fieltrar con aguja una Casa Hobbit para cualquier hobbit de la Tierra Media. Primero le daremos forma a la casa y luego la adornaremos con muchas flores, arbustos y un camino. ¡Usa tu imaginación para crear la tuya! Es útil tener experiencia en fieltrar con aguja, pero no es imprescindible.
Materiales: Traiga su propia esponja para lavar el auto. El instructor le proporcionará el resto de los materiales.
Instructor: Mary Jane Miller **Fecha:** Junio 24, 2025 **Día:** Martes Hora**:** 2:00-4:00 PM
Lugar: White Rose Senior Center 27 S. Broad St., York, PA 17403
Costo: R-$10 NR-$15 Pagar a Springettsbury Township antes de la clase

Clase: Pintura De Mariposas

Acompáñanos a pintar esta mariposa prediseñada y usa los colores que prefieras. Janeen Hershey te dará instrucciones fáciles de seguir y la hará resaltar con los arbustos de lilas fáciles de pintar como fondo.
¡Te encantará esta clase divertida y fácil!



Instructor: Janeen Hershey
Fecha: Julio 15, 2025 **Día:** Martes
Hora: 2:00-4:00 PM
Lugar: White Rose Senior Center 27 S. Broad St., York, PA 17403
Costo: R-$10 NR-$15 Pagar a Springettsbury Township antes de la clase

Class: Bingo & Lunch @ Hoss's Steak & Sea House

White Rose Senior Center & Springettsbury Township ofrecera "Bingo" en Hoss's Steak & Sea House. Se entregarán premios a todos los ganadores. Se servirá un almuerzo antes del Bingo. ¡Ven y diviértete!
Fecha: Julio 22, 2025 **Día:** Martes **Hora:** 2:00-4:00 PM
Lugar: Hoss's Steak & Sea House – 3604 E. Market St, York, PA 17402
Costo: $5.00 pagar a Springettsbury Township antes del bingo. (No Resident / Non-Resident Differentiation); Almuerzo port u cuenta.
(Approximadamente $11.00-$13.00 por comida & bebida)
¡Debe comer allí para poder jugar bingo!!

Clase: Bandeja de yute y cartón

Becky Hickey Te enseñaremos a reciclar cartón y yute. Añade adornos con ribetes, cintas, cordel de colores, tela o papel tapiz. Ven y descubre esta forma única y fácil de reutilizar tus desechos. Este podría ser el comienzo para reciclar objetos más útiles que habrías tirado al vertedero. Ten en cuenta que esta clase durará 3 horas. Becky quiere que te lleves a casa una bandeja terminada.
Instructor: Beckey Hickey
Fecha: Agostot 12, 2025 **Día:** Martes
Hora: 1:00 PM to 4:00 PM
Lugar: White Rose Senior Center
27 S. Broad St., York, PA 17403
Costo: R-$10 NR-$15
Pagar a Springettsbury Township antes de la clase
Maximo por Clase: 10



Clase: Escena de playa otoñal en Ocean City, Maryland

Acompaña a Bonita Bollinger mientras nos muestra cómo pintar esta hermosa y relajante escena playera de Ocean City, Maryland. Pintarás con acuarela sobre un papel de acuarela de 20 x 25 cm. ¡Te sorprenderá lo bonito que quedará!
Materiales: El instructor proporcionará todos los materiales.
Instructor: Bonita Bollinger
Fecha: Agosto 26. 2025 **Día:** Martes **Hora:** 2:00-4:00 PM
Lugar: White Rose Senior Center
27 S. Broad St., York, PA 17403 **Cost:** R-$10 NR-$15
Pagar a Springettsbury Township antes de la clase