Felton institute | 66 Raymond Community Services

SENIOR ACTIVITY CALENDAR
OCTOBER, 2026

66 Raymond Ave., San Francisco, CA
vzvalleyseniors@felton.org
Call (415) 574-5935 for more information.

MONDAY	TUESDAY	WEDNESDAY	THURSDAY	FRIDAY
			01 9:30 - 10:30 AM **Salsa Dancing at 290 Malosi** 10:30 AM - 12 PM **Super Seniors at 290 Malosi** 11 AM - 1:30 PM **Ping Pong/Badminton at 66 Raymond**	02
05 10 - 11 AM Bingo 11 AM - 12 PM Chinese Karaoke 11 AM - 1:30 PM Knitting	06 11-11:15 AM Resource Presentation 11:15 AM - 1 PM Ping Pong/Badminton 12:30 - 1:30 PM Ukulele Class	07 **9:30 - 10:30 AM Exercise with Kim** **11 AM - 1:30 PM Chinese Calligraphy** **11AM - 1:30 PM Knitting** **11 AM - 12 PM Free Tech Support** **12 - 1:30 PM Chinese Karaoke**	08 9:30 - 10:30 AM **Salsa Dancing at 290 Malosi** 10:30 AM - 12 PM **Super Seniors at 290 Malosi** 11 AM - 1:30 PM **Ping Pong/Badminton at 66 Raymond**	09
12 10 - 11 AM Bingo 11 AM - 12 PM Chinese Karaoke 11 AM - 1:30 PM Knitting	13 11 AM - 12 PM Dept. of Elections Presentation 12 - 1 PM Ping Pong/Badminton 12:30 - 1:30 PM Ukulele Class	14 **9:30 - 10:30 AM Exercise with Kim** **11 AM - 1:30 PM Chinese Calligraphy** **11AM - 1:30 PM Knitting** **11 AM - 12 PM Free Tech Support** **12 - 1:30 PM Chinese Karaoke**	15 9:30 - 10:30 AM **Salsa Dancing at 290 Malosi** 10:30 AM - 12 PM **Super Seniors at 290 Malosi** 11 AM - 1:30 PM **Ping Pong/Badminton at 66 Raymond**	16
19 10 - 11 AM Bingo 11 AM - 12 PM Chinese Karaoke 11 AM - 1:30 PM Knitting	20 11 - 11:15 AM Resource Presentation 11:15 AM - 1 PM Ping Pong/Badminton 12:30 - 1:30 PM Ukulele Class	21 **9:30 - 10:30 AM Exercise with Kim** **11 AM - 1:30 PM Chinese Calligraphy** **11AM - 1:30 PM Knitting** **11 AM - 12 PM Free Tech Support** **12 - 1:30 PM Chinese Karaoke**	22 9:30 - 10:30 AM **Salsa Dancing at 290 Malosi** 10:30 AM - 12 PM **Super Seniors at 290 Malosi** **11 AM -1:30 PM Ping Pong/Badminton at 66 Raymond**	23
26 10 - 11 AM Bingo 11 AM - 12 PM Chinese Karaoke 11 AM - 1:30 PM Knitting	27 11 AM - 1 PM Ping Pong/Badminton 12:30 - 1:30 PM Ukulele Class	28 **9:30 - 10:30 AM Exercise with Kim** **11 AM - 1:30 PM Chinese Calligraphy** **11AM - 1:30 PM Knitting** **11 AM - 12 PM Free Tech Support** **12 - 1:30 PM Chinese Karaoke**	29 9:30 - 10:30 AM **Salsa Dancing at 290 Malosi** 10:30 AM - 12 PM **Super Seniors at 290 Malosi** 11 AM - 1:30 PM **Ping Pong/Badminton at 66 Raymond**	30

Project Open Hand Lunches | Served Monday - Sunday, 11:30 AM to 12:30 PM

- Come early, at 9:30 AM, to register.
- All clients and volunteers can donate $2.00.
- The customer's visitor must pay the fee of $6.00 for a meal.
- Your meals are partially funded by voluntary contributions.
- Individuals over the age of sixty and adults with disabilities are eligible for meals, whether or not a voluntary contribution is made.
- Please put your contribution in the box.
- Employees and volunteers are not permitted to process donations.

All of our activities are FREE.

SAN FRANCISCO HUMAN SERVICES AGENCY
Department of Disability and Aging Services

This program serving the community is funded by the City of San Francisco's Department of Disability and Aging Services.

Felton institute | 66 Raymond Community Services

CALENDARIO DE ACTIVIDADES PARA PERSONAS MAYORES
OCTUBRE DE 2026

66 Raymond Ave., San Francisco, CA
vzvalleyseniors@felton.org
Call (415) 574-5935 for more information.

MONDAY	TUESDAY	WEDNESDAY	THURSDAY	FRIDAY
			9:30 - 10:30 a. m. **01** Bailar salsa en 290 malosi 10:30 a. m. - 12 p. m. Super Seniors en 290 malosi 11 a. m. - 13:30 p. m. Ping pong/bádminton en 66 Raymond	**02**
10:00 - 11:00 **05** Bingo 11:00 - 12:00 Karaoke chino 11:00 - 13:30 Tejer	**11:00 – 11:15 a. m.06** **Presentación de recursos** **11:15 a. m. – 1:00 p. m.** **Ping-pong/Bádminton** **12:30 – 1:30 p. m.** **Clase de ukelele**	**9:30 - 10:30 a. m. 07** **Ejercicio con Kim** **11:00 a. m. - 1:30 p. m.** **Caligrafía china** **11:00 a. m. - 1:30 p. m.** **Tejido** **11:00 a. m. - 12:00 p. m.** **Soporte técnico gratuito** **12:00 - 1:30 p. m. Karaoke chino**	9:30 - 10:30 AM **08** **Salsa Dancing at 290 Malosi** 10:30 AM - 12 PM **Super Seniors at 290 Malosi** 11 AM - 1:30 PM **Ping Pong/Badminton at 66 Raymond**	**09**
10:00 - 11:00 **12** Bingo 11:00 - 12:00 Karaoke chino 11:00 - 13:30 Tejer	**11:00 a. m. – 12:00 p. m. 13** **Presentación del Departamento de Elecciones** **12:00 – 1:00 p. m.** **Ping-pong / Bádminton** **12:30 – 1:30 p. m.** **Clase de ukelele**	**9:30 - 10:30 a. m. 14** **Ejercicio con Kim** **11:00 a. m. - 1:30 p. m.** **Caligrafía china** **11:00 a. m. - 1:30 p. m.** **Tejido** **11:00 a. m. - 12:00 p. m.** **Soporte técnico gratuito** **12:00 - 1:30 p. m. Karaoke chino**	9:30 - 10:30 a. m. **15** Bailar salsa en 290 malosi 10:30 a. m. - 12 p. m. Super Seniors en 290 malosi 11 a. m. - 13:30 p. m. Ping pong/bádminton en 66 Raymond	**16**
10:00 - 11:00 **19** Bingo 11:00 - 12:00 Karaoke chino 11:00 - 13:30 Tejer	**11:00 – 20** **11:15 a. m.** **Presentación de recursos** **11:15 a. m. – 1:00 p. m.** **Ping-pong / Bádminton** **12:30 – 1:30 p. m.** **Clase de ukelele**	**9:30 - 10:30 a. m. 21** **Ejercicio con Kim** **11:00 a. m. - 1:30 p. m.** **Caligrafía china** **11:00 a. m. - 1:30 p. m.** **Tejido** **11:00 a. m. - 12:00 p. m.** **Soporte técnico gratuito** **12:00 - 1:30 p. m. Karaoke chino**	9:30 - 10:30 a. m. **22** Bailar salsa en 290 malosi 10:30 a. m. - 12 p. m. Super Seniors en 290 malosi 11 a. m. - 13:30 p. m. Ping pong/bádminton en 66 Raymond	**23**
10:00 - 11:00 **26** Bingo 11:00 - 12:00 Karaoke chino 11:00 - 13:30 Tejer	**11:00 a. m. – 27** **1:00 p. m.** **Ping-pong/ Bádminton** **12:30 – 1:30 p. m.** **Clase de ukelele**	**9:30 - 10:30 a. m. 28** **Ejercicio con Kim** **11:00 a. m. - 1:30 p. m.** **Caligrafía china** **11:00 a. m. - 1:30 p. m.** **Tejido** **11:00 a. m. - 12:00 p. m.** **Soporte técnico gratuito** **12:00 - 1:30 p. m. Karaoke chino**	9:30 - 10:30 a. m. **29** Bailar salsa en 290 malosi 10:30 a. m. - 12 p. m. Super Seniors en 290 malosi 11 a. m. - 13:30 p. m. Ping pong/bádminton en 66 Raymond	**30**

Almuerzos de Project Open Hand | Se sirven de lunes a domingo, de 11:30 a. m. a 12:30 p. m.

- Llegue temprano, a las 9:30 a. m., para registrarse.
- Todos los clientes y voluntarios pueden donar $2.00.
- El visitante de un cliente debe pagar una tarifa de $6.00 por la comida.
- Sus comidas están financiadas parcialmente mediante contribuciones voluntarias.
- Las personas mayores de sesenta años y los adultos con discapacidades tienen derecho a recibir comidas, independientemente de si realizan o no una contribución voluntaria.
- Por favor, deposite su contribución en la caja.
- No se permite a los empleados ni a los voluntarios procesar donaciones.

Todas nuestras actividades son gratuitas.

SAN FRANCISCO HUMAN SERVICES AGENCY
Department of Disability and Aging Services

Este programa de servicio a la comunidad está financiado por el Departamento de Servicios para Personas con Discapacidad y Personas Mayores de la Ciudad de San Francisco.

Felton institute | 66 Raymond Community Services

老年人活动日程表
2026年10月

66 Raymond Ave., San Francisco, CA
vzvalleyseniors@felton.org
致电 (415) 574-5935 了解更多信息。

周一	周二	周三	周四	星期五
			01 上午 9:30 - 10:30 萨尔萨舞在 第290章 上午 10:30 - 中午 12 点 超级老年人 第290章 上午 11 点 - 下午 1:30 66 Raymond 的乒乓球/羽毛球	02
05 上午 10:00 – 11:00 宾果游戏 上午 11:00 – 中午 12:00 中文卡拉OK 上午 11:00 – 下午 1:30 编织	06 上午 11:00 – 11:15 资源介绍 上午 11:15 – 下午 1:00 乒乓球/羽毛球 下午 12:30 – 1:30 尤克里里课程	07 **上午 9:30 - 10:30** **跟随 Kim 健身** **上午 11:00 - 下午 1:30** **中国书法** **上午 11:00 - 下午 1:30** **编织** **上午 11:00 - 中午 12:00** **免费技术支持** **中午 12:00 - 下午 1:30** **中文卡拉OK**	08 上午 9:30 - 10:30 萨尔萨舞在 第290章 上午 10:30 - 中午 12 点 超级老年人 第290章 上午 11 点 - 下午 1:30 66 Raymond 的乒乓球/羽毛球	09
12 上午 10:00 – 11:00 宾果游戏 上午 11:00 – 中午 12:00 中文卡拉OK 上午 11:00 – 下午 1:30 编织	13 上午 11:00 – 中午 12:00 选举局宣讲 中午 12:00 – 下午 1:00 乒乓球/羽毛球 中午 12:30 – 下午 1:30 尤克里里课程	14 **上午 9:30 - 10:30** **跟随 Kim 健身** **上午 11:00 - 下午 1:30** **中国书法** **上午 11:00 - 下午 1:30** **编织** **上午 11:00 - 中午 12:00** **免费技术支持** **中午 12:00 - 下午 1:30** **中文卡拉OK**	15 上午 9:30 - 10:30 萨尔萨舞在 第290章 上午 10:30 - 中午 12 点 超级老年人 第290章 上午 11 点 - 下午 1:30 66 Raymond 的乒乓球/羽毛球	16
19 上午 10:00 – 11:00 宾果游戏 上午 11:00 – 中午 12:00 中文卡拉OK 上午 11:00 – 下午 1:30 编织	20 上午 11:00 – 11:15 资源介绍 上午 11:15 – 下午 1:00 乒乓球/羽毛球 下午 12:30 – 1:30 尤克里里课程	21 **上午 9:30 - 10:30** **跟随 Kim 健身** **上午 11:00 - 下午 1:30** **中国书法** **上午 11:00 - 下午 1:30** **编织** **上午 11:00 - 中午 12:00** **免费技术支持** **中午 12:00 - 下午 1:30** **中文卡拉OK**	22 上午 9:30 - 10:30 萨尔萨舞在 第290章 上午 10:30 - 中午 12 点 超级老年人 第290章 上午 11 点 - 下午 1:30 66 Raymond 的乒乓球/羽毛球	23
26 上午 10:00 – 11:00 宾果游戏 上午 11:00 – 中午 12:00 中文卡拉OK 上午 11:00 – 下午 1:30 编织	27 上午 11:00 – 下午 1:00 乒乓球/羽毛球 下午 12:30 – 1:30 尤克里里课	28 **上午 9:30 - 10:30** **跟随 Kim 健身** **上午 11:00 - 下午 1:30** **中国书法** **上午 11:00 - 下午 1:30** **编织** **上午 11:00 - 中午 12:00** **免费技术支持** **中午 12:00 - 下午 1:30** **中文卡拉OK**	29 上午 9:30 - 10:30 萨尔萨舞在 第290章 上午 10:30 - 中午 12 点 超级老年人 第290章 上午 11 点 - 下午 1:30 66 Raymond 的乒乓球/羽毛球	30

我們所有的活動和演示都是免費的。

Project Open Hand Lunches | 周一至周日提供的午餐由, 11:30 AM to 12:30 PM

- 早上 9:30 早点来注册。
- 所有客戶和義工可選擇捐助$2.00
- 客戶的來客必須支費用餐$6.00
- 你的膳食餐部分由自願捐款提供資金。
- 個人六十歲以上和殘疾成年人有資格用餐，
- 無論是否自願捐款。客戶的來客必須要支付費用。
- 請將貢獻放入框內。員工和義工不得處理捐款。

SAN FRANCISCO HUMAN SERVICES AGENCY
Department of Disability and Aging Services
此項社區服務計劃務計劃是由三藩市殘疾人與老齡化服務部資助的。