



HUMAN SERVICES
AGENCY

2024

Desarrollado por Connection

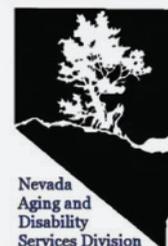
Mayo de 2024

Únase a nosotros este mes de mayo para el Mes de las Personas Mayores en los Estadounidenses. Celebremos el envejecimiento saludable y la diversidad de nuestra comunidad.

OLDER
AMERICANS
MONTH



POWERED BY CONNECTION: MAY 2024



Mes de los Estadounidenses Mayores 2024

Cada mes de mayo, la Administración para la Vida Comunitaria (Community Living) lidera la celebración nacional del Mes de los Estadounidenses Mayores (Older Americans Month, OAM). El tema del 2024 es Powered by Connection, que reconoce el profundo impacto que las relaciones significativas y las conexiones sociales tienen en nuestra salud y bienestar. Exploraremos el papel vital que desempeña la conectividad para apoyar la independencia y el envejecimiento en el lugar al combatir el aislamiento, la soledad y otros problemas.

Únase a nosotros para promover los beneficios de conectarse con otros. Aquí tiene algunas formas en las que puede participar.

- **Compartir** datos sobre los beneficios de la conexión social para la salud mental, física y emocional, y cómo contribuye al bienestar general.
- **Promover** recursos que ayuden a los adultos mayores a participar, como eventos comunitarios, clubes sociales y oportunidades de voluntariado.
- **Conectar** a los adultos mayores con servicios locales, como el transporte, que puedan ayudarlos a superar los obstáculos para lograr o mantener relaciones significativas.
- **Alentar** a los socios comunitarios a organizar un evento o programa centrado en la conexión enfocada en mentores de adultos mayores para jóvenes, apoyo entre pares o esfuerzos similares.
- **Desafiar** las redes profesionales y personales para priorizar conexiones sociales significativas y compartir los beneficios.
- **Inspirar** a los adultos mayores a compartir lo que significa para ellos la conexión en las redes sociales usando el hashtag #PoweredByConnection.

Para obtener más información, visite el sitio web oficial de OAM, siga a ACL en Twitter y Facebook y únase a la conversación usando #OlderAmericansMonth.

Opciones de Transporte

¿Quiere asistir a los eventos del Mes de los Estadounidenses Mayores, pero no sabe cómo llegar allí? ¡Nuestros socios comunitarios están aquí para ayudar!

RTC FlexRIDE: Además de las rutas regulares de autobús en todo el Condado de Washoe, RTC ofrece viajes gratuitos para adultos mayores de 60 años en las furgonetas FlexRIDE de acera a acera de Sparks/Spanish hasta el 30 de junio de 2024. Consulte rtcwashoe.com/public-transportation/flexride-on-demand-service o llame al 775 335 0035 para información de programas de viaje. FlexRIDE para adultos mayores de 60 años o más en North Valleys, Noroeste de Reno y a partir de mayo de 2024 en el sur de Reno, cuesta \$1.50 por un pase de un día. Coloque fondos en su aplicación móvil Token Transit de RTC o compre boletos con anticipación en las terminales de autobuses, 9th Street Senior Center, Savemart, Winco, or Smiths. Llame al 775 348 0477

Paseo RTC para Adultos Mayores/Taxi Bucks/Lyft/Uber: RTC ofrece \$60 por mes en viajes en taxi gratuitos dentro del Condado de Washoe a residentes mayores de 60 años, veteranos o clientes de ACCESS de cualquier edad. Solicite en persona en la terminal de RTC en 4th Street Reno. Aquellos con cuentas Lyft o Uber pueden obtener \$60 por mes en viajes gratis en Lyft o Uber en lugar de taxis. Los \$60 no se acumulan, por lo que comienza con \$60 nuevos cada mes. Comuníquese al 775 348 0477 o vía online en rtcwashoe.com/public-transportation/washoe-senior-ride-taxi-bucks-program o rtcwashoe.com/public-transportation/rtc-washoe-lyft-and-uber-rides-voucher-programs

Red de Vecinos del Norte de Nevada (Neighbor Network of Northern Nevada, N4) ofrece a los adultos mayores de 60 años o más de Reno/Sparks \$80 mensuales en viajes gratuitos en Lyft dentro del Condado de Washoe, y otros \$80 por valor de \$40. Las personas con discapacidades de cualquier edad pagan \$40 por \$80 de Lyft mensualmente. 775 453 4774 neighbornv.org

Acceso a la Atención Médica tiene transporte gratuito para personas con Medicare a citas médicas, obtención de recetas y compras. 877 385 2345 accesstohealthcare.org. Consulte con su propio plan médico para ver si ofrecen este beneficio. Llame al 2-1-1 para obtener más servicios a nivel estatal.

Centro Sanford para el Envejecimiento de la UNR (UNR's Sanford Center for Aging) ofrece transporte gratuito para los residents de Washoe mayores de 60 años que viven dentro de un radio de 15 millas del campo principal de la UNR y necesitan transporte para citas médicas, compras o diligencias. ****Lista de espera actual. ¡Se necesitan voluntarios!**** Llame al 775-784-4774 o por correo: sanfordmobility@unr.edu. Sanford también ofrece programas gratuitos de bienestar y administración de medicamentos para adultos mayores.



Celebrate Older Americans Month at Washoe County Library!

To register for a featured event, visit washoelibrary.org/olderamericansmonth



Book a Librarian

Downtown Reno Contact a librarian to make an appointment, and a librarian will do their best to help you navigate online job applications, file for unemployment, set up an email, apply for government assistance, and more. Remember, library staff cannot assess, review, or complete items for you.
Duncan/Traner
Incline Village
North Valleys
Senior Center
South Valleys
Sparks

South Valleys Library Events

Time-out Tuesday for Adults

Tuesday, May 7, 4-5 pm Tuesday, May 21, 4-5 pm
Tuesday, May 14, 4-5 pm Tuesday, May 28, 4-5 pm

Film Noir: Lost in the Shadows

The Maltese Falcon (1941)
Saturday, May 4, 1-3 pm

Bridge Group
Every Friday
1-4 pm
Have fun learning and playing bridge with a friendly group of fellow bridge players. All skill levels are welcome.

Downtown Reno Library Events

Downtown Reno Social Club

Sunday, May 5, 10:30 am-noon

Pioneer Center Golden Encore

Monday, May 6, 11 am-noon

Take a Trip Down Memory Lane-

The Classic American Songbook

presented by Erika Paul & David Aller



Spanish Springs Library Events

Master Gardener Series & Help Desk

Sunday, May 12

1 pm – Master Gardener Help Desk

1:30 pm – Native Bees and How to Host Them

2 pm – What Colors Attract Specific Pollinators

2:30 pm – Gardening with Herbs



Incline Village Library Events

Creative Aging for Adults

Watercolor with Jackie

Friday, May 3, 2-3:30 pm Friday, May 24, 2-3:30 pm

Friday, May 10, 2-3:30 pm Reception Event:

Friday, May 17, 2-3:30 pm Friday, May 31, 2-3:30 pm

Write Your Life: Memoir Workshop

Monday, May 13, 2-4 pm

Time-out Tuesday for Adults

Tuesday, May 7, 4:30-5:30 pm Tuesday, May 21, 4:30-5:30 pm

North Valleys Library Events

First Friday Bingo Night

Friday, May 3, 4:30-5:30 pm

Fifth Friday Bunco Night

Friday, May 31, 4:30-5:45 pm

Looking for more fun & games? Visit washoelibrary.org/funandgames for more game events at a library near you!



Northwest Reno Library Events

Enlighten & Engage: For Adults

Tuesdays in May, 1-2 pm

May 7 – Spring Arts and Crafts May 21 – Fun and Games

May 14 – How to Avoid Scams May 28 – Technology Assistance

Weekend Wind-Down

Sunday, May 19, 2-3 pm

Technology classes at the Sparks Library

Computer Skills 101: Using Your PC

Tuesday, May 7, 11 am-12:30 pm

Thursday, May 9, 11 am-12:30 pm

Computer Skills 102: Internet Basics

Tuesday, May 14, 11 am-12:30 pm

Thursday, May 16, 11 am-12:30 pm

Computer Skills 103: Using Email

Tuesday, May 21, 11 am-12:30 pm

Thursday, May 23, 11 am-12:30 pm

Computer Skills 104: Microsoft Word

Tuesday, May 28, 11 am-12:30 pm

Thursday, May 30, 11 am-12:30 pm

Learn About Your iPhone

Wednesday, May 1, 10:30 am-noon

Wednesday, May 15, 10:30 am-noon

Learn About Your Android Phone

Wednesday, May 8, 10:30 am-noon

Wednesday, May 22, 10:30 am-noon

Sparks Library Events

Make & Mingle for Adults

Sunday, May 26, 1-2:30 pm

Throw-it-Together Thursdays

Thursday, May 2, 3-4 pm Thursday, May 16, 3-4 pm

Catch a repeat of *How to Avoid Scams* presented by the Better Business Bureau at the Sparks Library on Tuesday, May 21, 11 am-noon

Virtual Event

Nevada Historical Society

Thursday, May 16, noon-1 pm

The Reno Historical Website and App

presented by Alicia Barber



Join a book club!

Scan the QR code or go to washoelibrary.org/bookclub for information about book clubs hosted around Washoe County Library System.



¡¡¡Bingo OAM!!!

Obtenga todas las casillas firmadas en los eventos de OAM durante mayo de 2024 y participe en el sorteo de premios en el OAM Sock Hop anual con helados, música, baile y diversión. Debe asistir al Sock Hop y entregar sus cartones de bingo una vez completados en la recepción del Centro para Adultos Mayores (Washoe County Senior Center) del Condado de Washoe, 1155 E 9th Street Reno, NV. Agregue su nombre y número de teléfono en la parte inferior de esta página antes de entregarla.

NOMBRE: _____ NÚMERO DE TELÉFONO: _____

APRENDER SOBRE EL CUIDADO	APRENDER SOBRE EL TRANSPORTE PARA PERSONAS MAYORES	PROBAR ALGUNAS ACTIVIDADES DE EJERCICIO Y APTITUD	ASISTIR A UN EVENTO O CLASE ACUÁTICA	APRENDER SOBRE SALUD Y BIENESTAR
APRENDER SOBRE FRAUDE/ ESTFADAS	IR A UN BAILE	VISITAR CUALQUIER BIBLIOTECA DEL CONDADO DE WASHOE	VER EXPOSICIÓN DE ARTE, HACER PROYECTO DE ARTE	ESCUCHAR MÚSICA
IR A UN ICE CREAM SOCIAL	VISITAR UN CENTRO PARA MAYORES O UN CENTRO DE RECREACIÓN	¡GRATIS! ¡GRATIS! ¡GRATIS! ¡GRATIS!	VISITAR CUALQUIER MUSEO	VISITAR CUALQUIER FERIA INFORMATIVA
DISFRUTAR DEL TEATRO U OTRO EVENTO DE ENTRETENIMIENTO	IR A UN EVENTO DE JARDÍN	APRENDER ALGO NUEVO PARA TI	CONFERENCIA SOBRE CUALQUIER TEMA	ASISTIR A UNA REUNIÓN DE ASESORAMIENTO ALTO
HISTORIAS Y POEMAS PARA ADULTOS MAYORES	ASISTIR A UN EVENTO AL AIRE LIBRE DE CUALQUIER TIPO	PLANIFICAR CON ANTICIPACIÓN PARA SU FUTURO	LLENA UN AUTOBÚS EL 23 DE MAYO EN TARGET EN SPARKS	COMER EN EL EVENTO SENIOR

Mes de los Estadounidenses Mayores 2024 – Lista de Eventos

Eventos de Varios Días

Si un evento no tiene precio, ¡es GRATIS! Para adultos mayores

Exposición de Arte para Adultos Mayores – Gratuita de todos los lunes a viernes de mayo – Deje su arte para la exposición de arte el 16 o 17 de abril, de 10 a. m. a 1 p. m.

Vea la exposición de arte para adultos mayores del Comité Asesor para Personas Mayores de Reno y/o presente una entrada para la exposición. La exposición estará abierta del 22 de abril al 7 de junio. Exposición de arte del comité senior de Reno.

Hora: 9:00 am-4:00 pm de lunes a viernes

Contacto: correo electrónico: baumanni@reno.gov / 775-351-4771

Ubicación: Mckinley Arts and Culture Center East and West Gallery, 925 Riverside Drive Reno, NV 89503

Exposición de Arte Gratuita todos los días de mayo y junio.

Celebre el Arte de los Artistas Mayores que liberan su Espíritu Creativo en la última etapa de su vida visitando la exhibición de arte durante todo el mes. Conozca a los 8 artistas en su Recepción el viernes 17 de mayo de 3:30 p. m. a 5:30 p. m. ¡Algunos artistas nunca han creado su propio arte y les gusta el proceso creativo tanto como ahora!

Hora: -Biblioteca Spanish Springs “Horario ABIERTO”: domingo de 10am-5pm; lunes de 10am-6pm; martes de 10am-7pm; miércoles-viernes 10am-6pm; cerrado los sábados.

Contacto: correo electrónico: art@varyCarol.com / 775-721-5338

Ubicación: Spanish Springs Library, 7100 A Pyramid Way Sparks NV 89436

Red Hawk Golf y Resort-Todos los Días en mayo-Tarifas para Húspedes

Disfruta de la tarifa de huésped para greens fees para el mes de mayo, debe mencionar esta promoción para recibir el descuento. También 20% de descuento en villas. No es válido con otros descuentos. Comuníquese con Stacy Dunster para obtener más información.

Hora: del 1 al 31 de mayo (el horario de apertura del resort)

Contacto: correo electrónico: sdunster@resortatredhawk.com / 775-626-6000

Ubicación: 6600 N Wingfield Pkwy Sparks, NV 89436

Granjas Sostenibles de Primeros Frutos – Gratis todos los sábados de mayo

Pruebe los frutos de la agricultura sostenible y aprenda cómo regenerar la tierra y el suelo. Además, los vendedores de comida para mascotas ofrecerán productos nutricionales para nuestros compañeros de cuatro patas.

Hora: 9:00am-1:00pm - 4, 11, 18, y 25 de mayo

Contacto: correo electrónico: barbaradperez2@gmail.com / 775-433-3515

Ubicación: Outlets at Legends located near Scheels, 1310 Scheels Drive Sparks, NV

Museo Nacional del Automóvil – Gratis todos los jueves de mayo

¡Pasee por las calles de este museo galardonado y vea más de 200 autos deslumbrantes!

Hora: 9:00am-5:00pm - 2, 9, 16, 23, 30 de mayo

Contacto: correo electrónico: colleen@automuseum.org / 775-333-9300

Ubicación: 1 Museum Drive Reno, NV 89501

TMCC EPIC/Educación Comunitaria – Armónica – 3 sábados de mayo

Practica en grupo sin lectura musical por \$69.

Hora: 10:00am-miércoles 4/5, 11/5 y 18/5

Contacto: correo electrónico: rsorensen@tmcc.edu / 775-824-3833

Ubicación: TMCC Meadowood Center, 5270 Neil Road Reno, NV

TMCC EPIC/Educación Comunitaria

Pueblos Fantasma y Campamentos Mineros de Nevada: Aprenda historia y visite sitios cercanos por \$99.

Hora: Sesión presencial el 16 de mayo de 6:00pm to 9:00pm, y excursión a pueblos fantasmas locales el 18 de mayo de 9:00am to 4:00pm

Contacto: correo electrónico: rsorensen@tmcc.edu / 775-824-38333833

Ubicación: TMCC Meadowood Center, 5270 Neil Road Reno, NV

Planetario & Centro de Ciencias Fleischmann de UNR – Exhibiciones gratuitas para adultos mayores de 60 años todos los sábados de mayo; \$10 para adultos mayores por proyecciones de teatro todo el día

Vea la excelente exhibición de meteoritos, un pozo de gravedad interactivo, módulos de la NASA donde los participantes conducen en la Luna o Marte, réplicas de naves espaciales famosas de la ciencia y la ciencia ficción, ¡y más! Las proyecciones públicas en el Teatro Full-Dome comienzan a las 11:00am (\$10 entradas para adultos mayores).

Hora: 10:00am-8:30pm - 4, 11, 18, 25 de mayo

Contacto: correo electrónico: planetarium@unr.edu / 775-784-4812

Ubicación: 1664 N Virginia Street Reno, NV 89557 Campus UNR al norte del centro de eventos Lawlor, estacionamiento en el 3er piso del complejo de estacionamiento West Stadium en la calle 15; gire a la derecha al entrar al estacionamiento y diríjase al lado oeste del 3er piso.

Sociedad Histórica de Nevada - Gratis todos los miércoles de mayo

¡Aprenda sobre el patrimonio único e increíble de Nevada en un museo rico en historia local!

Hora: 10:00am-4:00pm - 1, 8, 15, 22, 29 de mayo

Contacto: electrónico: cmagee@nevadaculture.org / 775-688-1190

Ubicación: 1650 N Virginia Street Reno, NV 89503

Museo de Arte de Nevada – Gratis todos los miércoles de mayo

¡Vea este increíble museo lleno de arte de clase mundial en el corazón de Reno!

Hora: 10:00am-6:00pm - 1, 8, 15, 22, 29 de mayo

Contacto: correo electrónico: chelseylundin@nevadaart.org / 775-329-3333

Ubicación: 160 W Liberty Street Reno, NV 89501

Caminatas de los miércoles para Adultos Mayores en Paradise Park

Realice una breve caminata de 20 minutos con los miembros del equipo de acción senior de AARP Age Friendly y disfrute de un hermoso día de primavera en el histórico Paradise Park de Reno, justo en la frontera entre Reno y Sparks. ¡Hay un regalo gratis para todos los caminantes!

Hora: 10:00am - 8, 15, 22, 29 de mayo

Contacto: correo electrónico: donnanorm1@yahoo.com / 775-240-2745

Ubicación: Reúnase frente al Centro de Actividades, 2745 Elementary Drive, Reno 89512

Zumba Gold - G Fusion Fitness & Health – Gratis todos los miércoles de mayo

¡Prueba una clase gratuita de Zumba Gold! ¡Combina ejercicio con ritmos que te hagan sonreír!

Hora: 10:30am-11:30am - 1, 8, 15, 22, 29 de mayo

Contacto: correo electrónico: patriciagauimore1@gmail.com / 775-846-2952

Ubicación: Teglia's Paradise Park, 2745 Elementary Drive

Museo Sparks Heritage – Gratis todos los viernes de mayo

Descubra el rico patrimonio y la diversidad de Sparks y Truckee Meadows.

Hora: 11:00am-4:00pm - 3, 10, 17, 24, 31 de mayo

Contacto: correo electrónico: christine@sparksmuseum.org / 775-355-1144

Ubicación: 814 Victorian Avenue Sparks, NV 89431

Ice Cream Socials – Los primeros tres martes de mayo - Gratis

¡Únase a nosotros para disfrutar del Super Swirl ice cream, el servicio de trituración gratuito disponible (traiga documentos no deseados para triturar) y socializar!

Hora: 11:00am-1:00pm -7 de mayo en el Parque Paradise; 14 de mayo en el Parque Dorothy McAlinden; 21 de mayo en el Centro Recreativo Neil Road

Contacto: correo electrónico: baumanni@reno.gov / 775-351-4771

Ubicaciones: Paradise Park: 2745 Elementary Drive, Reno; Dorothy McAlinden Park: 14000 Stead Blvd., Reno; Neil Road Recreation Center: 3925 Neil Road, Reno

Teatro de Repertorio Eterno (ART) presenta "Senior Follies"-Gratis

Disfrute de actores experimentados interpretando una lectura en vivo de una maravillosa comedia, **Senior Follies**, de Billy St. John, donde el balanceo no se realiza en sillas en la Casa de Retiro Pleasant Valley. ART es el teatro principal de lectores de Reno. **Los eventos son gratuitos pero las donaciones son bienvenidas.**

Hora: 1:00pm - martes 7 de mayo y viernes 10 de mayo

Contacto: correo electrónico: ronaldsmith@charter.net / 775-348-6625

Ubicación: Reno Little Theater, 147 E. Pueblo Street Reno, NV

Profundice para Crecer Saludablemente -Centro para el Evenjecimiento Saludable – Gratis todos los lunes de mayo

Aprenda sobre la horticultura exitosa con el maestro jardinero, Randy Robinson. Explore formas de incorporar una alimentación saludable y actividad física para mejorar el bienestar, con algunos ejercicios de bajo impacto y otras actividades prácticas.

Hora: 1:00pm-2:00pm - 6, 13, 20 de mayo y 3 de junio

Contacto: correo electrónico: jjenkins.cha@gmail.com / 775-525-1340

Ubicación: Washoe County Senior Center, 1155 E 9th Street Reno, NV 89512

Senior Idol presentado por Circle of Life Hospice Gratis – Martes de mayo y junio

¡Demuestre su talento, ya sea cantando, tocando un instrumento, leyendo poesía o cualquier otra cosa, e intenta ser elegido como Senior Idol! Pruebas el 5/21, 5/28, 6/04, con gran final el 6/11 donde los tres mejores seniors/grupos senior ganarán premios en efectivo! 1er lugar \$250, 2do lugar \$125, y 3er lugar \$75.

Hora: 1:00pm-3:00pm - 21 & 28 de mayo; 4 & 11 de junio

Contacto: correo electrónico: jaldana@colhospice.com / 775-233-9795

Ubicación: Washoe County Senior Center, 1155 E 9th Street Reno, NV 89512

Bingo de Medicare patrocinado por My Insurance Solutions – Primeros tres martes de mayo - Gratis

¡Ven y diviértete con Judy Bowen y Robert Silva presentando juegos de bingo de Medicare en Holiday by Atria Senior Living! Para alojamiento de personas con necesidades especiales en reuniones llame al 775-852-1712 de lunes a viernes de 8:00am-5:00pm.

Hora: 3:00pm - 7, 14, y 21 de mayo

Contacto: correo electrónico: judybowen@myinsurancesolutionsinc.com / 775-852-1712

Ubicación: Sky Peaks, 1520 Sky Valley Drive Reno, NV 89523

TMCC EPIC/Educación Comunitaria

Lettering como Arte: Caligrafía con pincel, acuarelas y marcador de punta por \$99.

Hora: 5:30pm-7:30pm - 16 y 23 de mayo

Contacto: correo electrónico: rsorensen@tmcc.edu / 775-824-3833

Ubicación: TMCC Meadowood Center, 5270 Neil Road Reno, NV

TMCC EPIC/ Educación Comunitaria – Flores de Verano en Acuarela – Cuatro miércoles de mayo

Descubre técnicas para pintar flores realistas por \$129.

Hora: 6-8pm - 5/8, 5/15, 5/22 y 5/29

Contacto: correo electrónico: rsorensen@tmcc.edu / 775-824-3833

Ubicación: TMCC Meadowood Center, 5270 Neil Road Reno, NV

The Discovery – Gratis todos los miércoles de mayo

The Discovery, el centro científico práctico más grande de Nevada, cuenta con exhibiciones en constante cambio centradas en ciencia, tecnología, ingeniería, arte, historia e invención, todas diseñadas para inspirar curiosidad, creatividad y la alegría del aprendizaje permanente en todos los que lo visitan.

Hora: 4:00pm-8:00pm - 1, 8, 15, 22, 29 de mayo

Contacto: correo electrónico: pturner@nvdm.org / 775-398-5940

Ubicación: 490 S Center Street Reno, NV 89501

Clases Gratuitas de Baile – Gratuitas todos los jueves de mayo

¡Clases gratuitas de baile para personas mayores!

Hora: 3:00pm-4:00pm - 2, 9, 16, 23, 30 de mayo

Contacto: correo electrónico: baumanni@reno.gov / 775-351-4771

Ubicación: Evelyn Mount Northeast Community Center in Bullfrog Room, 1301 Valley Road Reno, NV 89512

TMCC EPIC/Clases de Educación Comunitaria – Cuatro jueves de mayo – Se aplican tarifas

Fotografía 2: Más Allá de los Básico- Aprenda nuevas técnicas de iluminación, acción y noche por \$99.

Hora: 6:00pm-8:00pm - 5/2, 5/9, 5/16 y 5/23

Contacto: correo electrónico: rsorensen@tmcc.edu / 775-824-3833; Llame al 775-829-9010 para obtener información sobre becas.

Ubicación: TMCC Meadowood Center, 5270 Neil Road Reno, NV

MAYO 01

MIÉRCOLES

Vea eventos de varios días los miércoles: Exposición de Arte para Adultos Mayores, Exhibición de Arte, Red Hawk, Sociedad Histórica de NV, Museo de Arte de NV, Zumba Gold, TMCC Watercolour, The Discovery

Feria Informativa de Inicio de OAM y Almuerzo Gratuito - El estacionamiento adicional para OAM está disponible en 9th Street, frente al Senior Center y al otro lado de 9th Street y Sutro, en West Hills: 1240 E 9th Street Reno, NV 89512

Disfrute visitando mesas para conocer expertos, obtener información y hacer preguntas sobre actividades, eventos y recursos en el Condado de Washoe, diseñados especialmente para adultos mayores. Tómate un descanso y únete a nosotros para disfrutar de un delicioso almuerzo gratis.

Hora: 10:00am-1:00pm; Almuerzo 11:15am-12:30pm

Contacto: correo electrónico: hsa-sroam@washoecounty.gov / 775 328-2575

Ubicación: Washoe County Senior Center, Multipurpose RM, 1155 E. 9th Street Reno NV 89512

Centro para el Envejecimiento Saludable - Concurso de Celebración del Girasol - Gratis

¡Únase al concurso de celebración del girasol! ¿Quién puede cultivar el girasol más grande, más alto o más colorido? El Centro para el Envejecimiento Saludable entregará kits de cultivo de girasoles gratuitos en la feria informativa del Mes de las Adultos Mayores.

Hora: 10:00am-1:00pm

Contacto: correo electrónico: jjenkins.cha@gmail.com

Ubicación: Washoe County Senior Center, 1155 E 9th Street Reno, NV 89512

La Tienda de Medicare- Gratis

Medicare puede ser complejo e incluso abrumador. Es por eso que nuestro dedicado equipo de profesionales está aquí para ayudarlo, brindándole asesoramiento imparcial y soporte personalizado. Estamos comprometidos con su mejor interés y con hacer un esfuerzo adicional para ayudarlo a inscribirse en el plan que mejor se adapte a sus necesidades, incluso un plan que no nos compense.

Hora: 10:00am-1:00pm

Contacto: Pamela- (775) 249-0702 O Jason- (775) 990-4884

Ubicación: Washoe County Senior Center, 1155 E 9th Street Reno, NV 89512

MAYO 01

MIÉRCOLES

Reunión de la Junta Asesora Senior del Condado de Washoe

Conozca a los adultos mayores que dan su opinión a los Servicios para Adultos Mayores del Condado de Washoe y a la Comisión WC sobre cuestiones relacionadas con los adultos mayores. ¡Queremos escuchar de ti!

Hora: 3:00-5:00pm**Contacto:** 775-328-2575**Ubicación:** Washoe County Senior Center, Game RM, 1155 E 9th Street Reno, NV 89512

MAYO 02

JUEVES

Vea Eventos de Varios Días los Jueves: Exposición de Arte para Adultos Mayores, Exposición de Arte, Red Hawk, Museo Nacional del Automóvil, Baile, Fotografía de TMCC

Sr. H2O Fitness-Gratis

Aumente la resistencia y el nivel de condición física mientras se divierte en el agua a través de este programa de ejercicios para adultos mayores. No se aceptarán visitas sin cita previa cuando la clase esté llena.

Hora: 9:00am-10:00am - 2 de mayo**Contacto:** correo electrónico: tramociotti@cityofsparks.us**Ubicación:** Alf Sorensen Community Center, 1400 Baring Blvd., Sparks, NV 89434**Recepción del Espectáculo de Artistas de Reno**

¡Únase a nosotros para una recepción con una exposición de arte con aperitivos ligeros!

Hora: 5:00pm-7:00pm - 2 de mayo**Contacto:** correo electrónico: baumanni@reno.gov / 775-351-4771**Ubicación:** McKinley Park Building, 925 Riverside Drive Reno, NV 89503

MAYO 03

VIERNES

Veá Eventos de Varios Días los Viernes: Exposición de Arte para Adultos Mayores, Exhibición de Arte, Red Hawk, Museo del Patrimonio de Sparks

Circle of Life Hospice Death Café-Gratis

Únase a nosotros para tomar té, galletas, almuerzo y hacer discusiones interesantes y confidenciales sobre la muerte, el morir y la vida, para ayudarlo a sentirse cómodo con las múltiples facetas de la muerte y el morir, superar sus miedos acerca de la muerte y comprender que solo aceptando la muerte puede vivir plenamente.

Hora: 1:00pm-3:00pm - 3 de mayo

Contacto: correo electrónico: jaldana@colhospice.com / 775-233-9795

Ubicación: Sparks Senior Center, 97 Richards Way Sparks, NV 89431

Conversación Central de Connections-Gratis

Únase a otros adultos mayores para una conversación en grupos pequeños sobre el tema "momentos de bondad en su vida". ¡Connections es un nuevo evento comunitario que ofrece la oportunidad de conectarse en persona, compartir nuestras historias y participar en conversaciones inspiradoras!

Hora: 1:00pm-2:30pm - 3 de mayo

Contacto: correo electrónico: debra@connectionscentral.org / 512-888-3985

Ubicación: Sparks Library, 1125 12th Street Sparks, NV 89431

MAYO 04

SÁBADO

Veá Eventos de Varios Días los Sábados: Exposición de Arte para Adultos Mayores, Exhibición de Arte, Red Hawk, Primeros Frutos, Planetario, Armónica TMCC

TMCC EPIC/Educación Comunitaria

Arte Floral Prensado - Cree portavasos, un marco de pared y un colgante por \$49.

Selección de Plantas del Alto Desierto - descubra qué plantas prosperarán en su jardín por \$49.

Hora: 10:00am - 4 de mayo

Contacto: correo electrónico: rsorensen@tmcc.edu / 775-824-3833

Ubicación: TMCC Meadowood Center, 5270 Neil Road Reno, NV

MAYO 04

SÁBADO

Asociación de Alzheimer- Evento Bilingüe en Español

Únase a nosotros para un programa de concientización: Programa Cuerpo Sano es Cerebro Saludable en español. Las acciones cotidianas positivas pueden marcar una diferencia en la salud del cerebro, incluso reduciendo el riesgo de deterioro cognitivo con los Diez Hábitos Saludables del Alzheimer.

Hora: 10:00am - 4 de mayo

Contacto: correo electrónico: cpmarcus@alz.org / 775-254-0329 ext. 9852

Ubicación: 639 Isbell Road Reno, NV 89509

Fiesta de la Cuadra de Veteranos del Norte de Nevada- Primer Evento Anual Gratuito para los Miembros del Servicio, los Veteranos y sus Familias -Pre-inscripción

¡Bienvenidos, veteranos, miembros del servicio, sus familias, cuidadores y aliados de la comunidad! Lo invitamos a un evento especial diseñado para celebrar nuestra comunidad militar y conectarlo con recursos y apoyo, fomentando un sentido de pertenencia y camaradería. Preinscríbase para el evento en www.nnveteransblockparty.org

Hora: 10:00am-4:00pm - el sábado 4 de mayo

Contacto: correo electrónico: nnveteransblockparty@gmail.com

Ubicación: Sparks Marina, 300 Howard Street Sparks, NV

Coro del Dólar de Plata-Gratis

Únase a nosotros para un espectáculo de música vocal a capella al estilo de una barbería para adultos mayores interpretado por un coro de hombres de Reno.

Hora: 10:30am - 4 de mayo

Contacto: correo electrónico: irishmountaineer@gmail.com / 775-287-3718

Ubicación: Sparks Heritage Museum, 814 Victorian Avenue 89431

MAYO 05

DOMINGO

Festival de Cine Judío del Norte de Nevada-Gratis

El Festival de Cine Judío del Norte de Nevada presenta cuatro películas diversas de temática judía, incluidas preguntas y respuestas. Las películas del festival de este año dan una idea de la identidad, la historia y la cultura judía. Una oportunidad para celebrar el cine, la cultura y el arte judío. Póngase en Contacto con Mara Langer para obtener más información o visite este sitio: www.jewishnevada.org/nnfilmfestival

Hora: 9:45am - 5 de mayo

Contacto: correo electrónico: Mara@jewishnevada.org / 415-867-3358

Ubicación: National Automobile Museum, 1 Museum Drive Reno, NV 89501

MAYO 06

LUNES

[Vea Eventos de Varios Días los Lunes: Exposición de Arte para Adultos Mayores, Exhibición de Arte, Red Hawk, Dig In](#)

Tai Chi-Gratis

¡Ven a probar una clase gratuita de tai chi en el centro recreativo!

Hora: 8:00am-9:00am - 6 de mayo

Contacto: correo electrónico: sandersm@reno.gov / 775-657-4654

Ubicación: Evelyn Mount Northeast Community Center, 1301 Valley Road Reno, NV 89512

Centro de Aprendizaje Judío-Gratis

Únase a nosotros para una discusión sobre judaísmo, diseñada para personas interesadas en explorar la fe judía, aprender sobre una nueva religión o buscar obtener más conocimientos. La clase está abierta a personas de todas las religiones y orígenes, y no se requiere conocimiento previo del judaísmo. Comuníquese con Rabbi Levi Sputz para obtener más información.

Hora: 1:00pm - 6 de mayo

Contacto: correo electrónico: JewishLearningnn@gmail.com/347-262-4531

Ubicación: Sparks Library Meeting Room, 1125 12th Street Sparks, NV

MAYO
06

MONDAY

Yoga en Silla-Gratis

¡Únase a nosotros para una clase de yoga en silla gratuita!

Hora: 10:00am-11:00am - 6 de mayo

Contacto: correo electrónico: sandersm@reno.gov / 775-657-4654

Ubicación: Evelyn Mount Northeast Community Center, 1301 Valley Road
Reno, NV 89512

Golden Encore presentado por el Centro Pioneer- Gratis

Golden Encore es el programa de entretenimiento de aprendizaje permanente del Centro Pioneer diseñado a medida para adultos mayores. Los músicos de jazz, Erika Paul y David Aller, llevan a los adultos mayores en un viaje al pasado a través del cancionero clásico americano y los estándares del jazz. Únase a nosotros y toque, aplauda, chasquee, muévase y cante con la música para “sentirse bien” interpretada por este dúo dinámico.

Hora: 2:00pm-3:00pm - 6 de mayo

Contacto: sitio web: events.washoecountylibrary.us/calendar/ /
775-327-8330

Ubicación: Downtown Reno Library, 301 S Center Street Reno, NV 89501

Judith Schumer- Gratis - Abierto al Público con Confirmación de Asistencia

“Más Allá del Coraje: Resistencia Judía y Héroes durante el Holocausto”
- El programa presenta las historias de judíos que lucharon contra los nazis. Oradora principal: Doreen Rappaport es una autora galardonada de más de 85 libros.

Hora: 7:00pm-9:00pm - 6 de mayo

Contacto: correo electrónico: judith.schumer18@gmail.com / 775-815-6587

Ubicación: Atlantis Hotel, 3800 S Virginia Street Reno, NV 89512

MAYO 07

MARTES

Veá Eventos de Varios Días los Martes: Exposición de Arte para Adultos Mayores, Exhibición de Arte, Red Hawk, Ice Cream Socials, Bingo Medicare, Senior Follies

Feria de Voluntariado Senior OAM-Gratis

Si ha estado pensando en ofrecer su Hora como voluntario, pero no sabe cómo encontrar la oportunidad de voluntariado adecuada para usted, venga a la Feria de voluntariado para adultos mayores y hable con representantes de grupos locales que prestan servicios a personas mayores aquí. El voluntariado puede ayudarle a hacer amigos, aprender nuevas habilidades, utilizar las que ya tiene e incluso sentirse más saludable y feliz. Organizaciones participantes: AARP Nevada; Acceso a la Atención Sanitaria; NAACP; Voluntarios de Nevada; Sistemas Alimentarios de Reno; Centro Sanford para el Envejecimiento; Adultos Mayores en Servicio; Centro para Adultos Mayores del Condado de Washoe; ¡y más!

Hora: 10:00am-12:00pm - 7 de mayo

Contacto: 775-971-4190

Ubicación: Regency at Caramella Ranch, 12501 Regency Ridge Dr., Reno, NV 89521

Cómo Llegar: Cómo las Opciones de Transporte pueden Mejorar la Calidad de Vida de los Adultos Mayores - Evento Bilingüe - Español y Tagalo - Gratis

La Comisión Regional de Transporte del Condado de Washoe (RTC), la Red de Vecinos del Norte de Nevada (N4) y otras organizaciones brindarán a los adultos mayores información y recursos para acceder a las opciones de transporte disponibles en el Condado de Washoe. Puede aprender sobre diversas tecnologías de transporte y cómo pueden ayudarle a planificar sus viajes de manera más eficiente en el área de Reno-Sparks.

Hora: 11am-1pm - 7 de mayo

Contacto: correo electrónico: strinidad@rtcwashoe.com 775-332-2173 / amy@neighbornv.org 775-453-4774

Ubicación: Washoe County Senior Center, 1155 E 9th Street Reno, NV 89512

MAYO 08

MIÉRCOLES

Vea Eventos de Varios Días los Miércoles: Exposición de Arte para Adultos Mayores, Exhibición de Arte, Red Hawk, Sociedad Histórica de NV, Museo de Arte de NV, Zumba Gold, TMCC Watercolor, The Discovery, Caminatas de los Miércoles

Introducción a Pickleball City por Parques & Recreación de Reno-Gratis

Visítanos y conoce a nuestro equipo de instructores de Pickleball, ¡juega un partido de Pickleball! y disfrute de algunas actividades divertidas e interactivas de pickleball. También se proporcionará información sobre las próximas clases y cómo participar en este deporte popular de rápido crecimiento.

Hora: 9:00am-11:30am - 8 de mayo

Contacto: 775-433-4964

Ubicación: Plumas Gym, 575 Monroe Street Reno, NV 89509

Presentación de Reno Gem & Mineral Society-Gratis

Descubra el mundo de los minerales que hacen cambios en nuestras vidas a través de avances tecnológicos con minerales comunes que utilizamos a diario. La naturaleza está cambiando lentamente nuestro entorno, pero algunos cambios más rápidos provocan catástrofes importantes.

Hora: 10:00am-11:00am - 8 de mayo

Contacto: correo electrónico: snorm11@hotmail.com / 775-560-4782

Ubicación: Washoe County Senior Center Game Room, 1155 E 9th Street Reno, NV 89512

Golden Encore presentado por Centro Pioneer – Hello Hollywood Hello- Gratis

Golden Encore es el programa de entretenimiento de aprendizaje permanente del Centro Pioneer diseñado a medida para adultos mayores. Karen Burns comparte la rica historia del mundo del espectáculo en la región de Reno/Tahoe y el vestuario del mundialmente famoso espectáculo estrella "Hello Hollywood, Hello! ¡Un tributo al mágico mundo del cine!" que se inauguró en el MGM Grand Hotel-Reno en 1978. Este brillante programa de diamantes de imitación reúne a adultos mayores para revivir recuerdos compartidos y celebrar una cultura que ayudaron a crear mientras disfrutaban de una nueva experiencia de entretenimiento.

Hora: 11:30am-12:30pm - 8 de mayo

Contacto: correo electrónico: cbrantner@cityofsparks.us / 775-353-2385

Ubicación: Alf Sorensen Community Center, 1400 Baring Blvd Sparks, NV 89434

MAYO 08

MIÉRCOLES

Taller de Directivas Anticipadas de Living Well NV – Confirme su Asistencia antes del 8 de mayo. - Gratis

Asista a un taller gratuito sobre directivas anticipadas donde le explicaremos qué es, por qué es importante y cómo completar una. Complete sus propias directivas anticipadas durante el taller. **Por favor confirme su asistencia a Shawna Alto.**

Hora: 2:00pm-3:30pm - 8 de mayo

Contacto: correo electrónico: Shawna.alto@gmail.com / 775-762-3845

Ubicación: Sparks Library, 1125 12th Street Sparks, NV 89431

TMCC EPIC/ Educación Comunitaria

Decoración de Pasteles con Fondant de Malvavisco: A plique varios colores y diseños a los cupcakes por \$49.

Decoración de galletas para el Día de la Madre: Diseño con aerografía, stencils, fondant y moldes por \$49.

Hora: 6:00pm-8:00pm - 8 de mayo

Contacto: correo electrónico: rsorensen@tmcc.edu / 775-824-3833

Ubicación: CC Meadowood Center, 5270 Neil Road Reno, NV

MAYO 09

JUEVES

[Vea Eventos de Varios Días los Jueves: Exposición de Arte para Adultos Mayores, Exposición de Arte, Red Hawk, Museo Nacional del Automóvil, Baile, Fotografía de TMCC](#)

Desayuno del Capítulo RPEN Sparks - Gratis

¿Es usted un empleado público jubilado? Si es así, venga a vernos y únase a sus compañeros jubilados en un desayuno de trabajo del capítulo Sparks de los Empleados Públicos Jubilados de Nevada. Paga su propio desayuno.

Hora: 8:30am - 9 de mayo

Contacto: correo electrónico: rpen.sparks@gmail.com / 775-843-8444

Ubicación: Denny's, 205 Nugget Avenue Sparks, NV

MAYO 09

JUEVES

Utilizando un Intercambio 1031 para Ayudarle en su Jubilación-Gratis

Aprenda cómo reposicionar sus bienes raíces para cumplir mejor con sus objetivos financieros actuales utilizando el Intercambio de Impuestos Diferidos 1031. Discutiremos el impuesto a las ganancias de capital, la compra de una residencia o casa de vacaciones con un 1031, la eliminación de los dolores de cabeza de ser propietario de bienes raíces, la planificación patrimonial con 1031 y la compra/venta en otros estados.

Hora: 1:00pm-2:30pm - 9 de mayo

Contacto: correo electrónico: thuytran@ferrari-lund.com / 775-250-1417

Ubicación: TICOR Title, 5441 Kietzke Lane Suite 100 Reno, NV 89511

Compras para Adultos Mayores y Helado

¿Es usted un adulto mayor y busca una experiencia de compra de ropa gratuita? ¡Únase a nosotros para un día de compras de ropa gratis con un evento social sobre helados!

Hora: 3:00pm-5:00pm - 9 de mayo

Contacto: correo electrónico: myra@gsccreno.org / 775-530-7623

Ubicación: Good Shepherd's Clothes Closet, 540 Greenbrae Drive Sparks, NV 89431

MAYO 10

VIERNES

Vea Eventos de Varios Días los Viernes: Exposición de Arte para Adultos Mayores, Exhibición de Arte, Red Hawk, Museo del Patrimonio de Sparks, Senior Follies

Golden Encore presentado por el Centro Pioneer- Gratis

Golden Encore es el programa de entretenimiento de aprendizaje permanente del Centro Pioneer diseñado a medida para adultos mayores. Los músicos de jazz, Erika Paul y David Aller, llevan a los adultos mayores en un viaje al pasado a través del cancionero clásico americano y los estándares del jazz. Únase a nosotros y toque, aplauda, chasquee, muévase y cante con la música para "sentirse bien" interpretada por este dúo dinámico.

Hora: 12:30pm-1:30pm - 10 de mayo

Contacto: 775-353-3110

Ubicación: Sparks Senior Center, 97 Richards Way Sparks, NV 89431

MAYO 10

VIERNES

Fiesta en la Piscina de Reno - Gratis

Únase a nosotros para una divertida fiesta en la piscina para adultos mayores en la piscina Northwest patrocinada por el Comité Asesor para Adultos Mayores de Reno. ¡Tendremos un nado abierto, una fiesta en la piscina para disfrutar del agua, refrigerios junto a la piscina y nos divertiremos con amigos!

Hora: 1:00pm-3:00pm - 10 de mayo

Contacto: correo electrónico: baumanni@reno.gov / 775-351-4771

Ubicación: Northwest Pool, 2925 Apollo Way Reno, NV 89503

MAYO 11

SÁBADO

Vea Eventos de Varios Días los Sábados: Exposición de Arte para Adultos Mayores, Exhibición de Arte, Red Hawk, Primeros Frutos, Planetario, Armónica TMCC

Visita al Arboreto y Jardín Botánico Wilbur D. May y visita al Museo May - Gratis

Únase a nosotros para un recorrido gratuito por el museo de 11am-1pm, luego visite el hermoso arboreto y jardín botánico de 1pm-2:30pm! Los visitantes pueden explorar toda la colección a su propio ritmo, ¡solo mencione “Mes de los Estadounidenses Mayores” en la puerta! Las exhibiciones incluyen monturas de caza y artefactos de todo el mundo, así como detalles de la vida y el legado de Wilbur. El tour se reunirá en la entrada oeste del parque, que se encuentra justo afuera del museo. Los visitantes pueden realizar ambos recorridos o solo uno.

Hora: Visita al Museo 11am-1:00pm luego visita al Arboreto: 1pm-2:30pm - 11 de mayo

Contacto: correo electrónico: hhill@washoecounty.gov / 775-785-4153

Ubicación: May Museum Arboretum and Botanical Garden, 1595 N Sierra Street Reno, NV 89503

MAYO 13

LUNES

Veá Eventos de Varios Días los Lunes: Exposición de Arte para Adultos Mayores, Exhibición de Arte, Red Hawk, Dig In

Clase Gratuitas de Fitness Acuático- 3 horas de clases diferentes

La ciudad de Reno ofrece clases gratuitas de ejercicios acuáticos sin cita previa durante todo el día 13 de mayo. Las clases son “aquajoints” de bajo impacto. Las personas que no hablan inglés pueden seguir las demostraciones del instructor.

Hora: 10:30am, 11:45am, 1:00pm - 13 de mayo

Contacto: correo electrónico: kazL@reno.gov / 775-657-4651

Ubicación: Evelyn Mount Northeast Community Center, 1301 Valley Road Reno, NV 89512

Better Business Bureau: Cómo Evitar Estafas- Gratis

Venga a conocer qué estafas afectan más a las personas y obtenga 10 consejos que pueden ayudarlo a evitar la mayoría de las estafas.

Hora: 11:00am - 13 de mayo

Contacto: email: tjohnston@mw.bbb.org phone: 775-284-0277

Ubicación: Sierra View Library Meeting Room, 4001 S Virginia Street Reno, NV 89502

Taller Gratuito de Poesía

Únase a nosotros para un taller de poesía gratuito con Terry Brooks, miembro del Comité Asesor para Adultos Mayores de la Ciudad de Reno. ¡Para que los adultos mayores den rienda suelta a su creatividad, hablen sobre poesía y compartan sus pensamientos entre ellos!

Hora: 1:00pm-2:00pm - 13 de mayo

Contacto: correo electrónico: baumanni@reno.gov / 775-351-4771

Ubicación: Washoe County Senior Center Conference Room, 1155 E 9th Street Reno, NV 89512

MAYO 14

MARTES

Vea Eventos de Varios Días los Martes: Exposición de Arte para Adultos Mayores, Exhibición de Arte, Red Hawk, Senior Idol, Ice Cream Socials, Bingo Medicare

Café a Puertas Abiertas: Golden Encore presentado por el Centro Pioneer-Gratis

Los músicos de jazz, Erika Paul y David Aller, llevan a los adultos mayores en un viaje al pasado a través del cancionero clásico americano y los estándares del jazz. Únase a nosotros y toque, aplauda, chasquee, muévase y cante con la música para “sentirse bien” interpretada por este dúo dinámico.

Hora: 11:00am-1:00pm - 14 de mayo

Contacto: correo electrónico: deerprogram@unr.edu / 775-682-9444

Ubicación: McKinley Arts & Culture Center, 925 Riverside Drive Reno, NV 89503

Better Business Bureau: Cómo Evitar Estafas - Gratis

Venga a conocer qué estafas afectan más a las personas y obtenga 10 consejos que pueden ayudarlo a evitar la mayoría de las estafas.

Hora: 1:00pm - 14 de mayo

Contacto: correo electrónico: tjohnston@mw.bbb.org / 775-284-0277

Ubicación: Northwest Reno Library Meeting Room, 2325 Robb Drive Reno, NV 89523

Reunión Mensual del Comité Asesor para Adultos Mayores de Reno

¡Únase a otros adultos mayores, vecinos y amigos en nuestra reunión mensual del comité asesor para adultos mayores! Opción de unirse a través de zoom o en persona en la dirección a continuación.

Hora: 2:00-4:00pm - 14 de mayo

Contacto: correo electrónico: baumanni@reno.gov / 775-351-4771

Ubicación: Mckinley Arts & Culture Center Board Room, 925 Riverside Drive Reno, NV 89503

MAYO 15

MIÉRCOLES

Veja Eventos de Varios Días los Miércoles: Exposición de Arte para Adultos Mayores, Exhibición de Arte, Red Hawk, Sociedad Histórica de NV, Museo de Arte de NV, Zumba Gold, TMCC Watercolor, The Discovery, Caminatas de los Miércoles

SafeTALK – Alerta sobre Suicidio para Todos – ¡Regístrese ahora! - Gratis

Nevada tiene tasas de suicidio más altas que el promedio entre las personas de 65 años o más, y SafeTALK de la Oficina de Prevención del Suicidio de Nevada lo ayudará a reconocer cuándo una persona está luchando y cómo acercarse para ayudarla a mantenerse segura conectándola rápidamente con más apoyo. **Es necesario registrarse**, así que llame, envíe correo electrónico o visite el sitio web en suicideprevention.nv.gov Find it under “SP Trainings”.

Hora: 10:00am-1:00pm - 15 de mayo

Contacto: correo electrónico: t.morgan@health.nv.gov / 775-684-2238

Ubicación: Spanish Springs Library, 7100A Pyramid Way Sparks, NV 89436

Fundación Sierra Arts & Día de Compromiso con las Artes de la Ciudad de Reno - Evento Bilingüe en Inglés/Español - Gratis

Únase a nosotros para un evento artístico divertido y atractivo donde podrá diseñar y pintar una maceta de terracota y hacer un marco de fotos decorativo de madera. Para registrarse, llame al número de teléfono que aparece a continuación.

Hora: 10:00am-12:00pm - 15 de mayo

Contacto: correo electrónico: baumanni@reno.gov / 775-351-4771

Ubicación: Silverada Manor Community Room, 1400 Silverada Blvd Reno, NV 89512

Grupo de Ukelele Back Stage Gang- Gratis

¡Escuche y cante con estos músicos inspiradores mientras irradian calidez y alegría con sus ukeleles!

Hora: 11:30am-12:30pm - 15 de mayo

Contacto: correo electrónico: barbaradperez2@gmail.com/775-433-3515

Ubicación: Sparks Senior Center, 97 Richards Way Sparks, NV

MAYO 16

JUEVES

Veá Eventos de Varios Días los Jueves: Exposición de Arte para Adultos Mayores, Exhibición de Arte, Red Hawk, Museo Nacional del Automóvil, Baile, Fotografía de TMCC, Arte de Letras de TMCC, Pueblos Fantasma de TMCC

Ciudad de Reno/Centro de Ciclismo Adaptado - ¡Día OAM gratuito!

Recorra el centro de alquiler de equipos del Centro de Ciclismo Adaptado en el Área de Estudio de la Naturaleza de Rosewood. El centro ofrece un programa basado en membresía para que los adultos mayores y las personas con discapacidades accedan a bicicletas adaptadas y salten directamente a los senderos para bicicletas cercanos y monten con amigos y familiares.

Hora: 8:00am-12:00pm - 16 de mayo

Contacto: correo electrónico: wolfea@reno.gov / 775-333-7765

Ubicación: Rosewood Nature Study Area, 6800 Pembroke Drive Reno, NV

Serie de Seminarios sobre la Verdad de la Vida de Jubilados- La Verdad sobre la Vida Comunitaria para Adultos Mayores: Obtenga Información Privilegiada-Gratis

Muchos adultos mayores están optando por reducir, ajustar o simplificar sus vidas después de la jubilación trasladándose a comunidades de jubilados. Con tantos para elegir, todos con diferentes comodidades y estructuras de precios, ¿cómo saber cuál es el adecuado para usted? Venga a escuchar al personal y a los residentes de las comunidades locales de residencias para adultos mayores para obtener información privilegiada sobre cómo es ubicarse, reubicarse y vivir en una comunidad de jubilados.

Hora: 10:00am-11:30am - 16 de mayo

Contacto: correo electrónico: info@RetiredLivingTruthSeries.com / 775-432-6398

Ubicación: Reno Sparks Convention Center, 4590 South Virginia Street Reno, NV 89502

Clase de Aquacise para Adultos Mayores - Gratis

Disfrute de un entrenamiento a un ritmo más lento que aumenta el nivel de condición física y la fuerza, con estiramientos, calentamiento, entrenamiento y enfriamiento.

Hora: 10:00am-11:00am - 16 de mayo

Contacto: correo electrónico: tramociotti@cityofsparks.us

Ubicación: Alf Sorensen Community Center, 1400 Baring Blvd. Sparks, NV 89434

MAYO 16

JUEVES

Narrador Connections Central y Conversaciones - Gratis

Este evento de Connections Community invita a todas las personas a escuchar a un narrador destacado sobre “El arte de vivir bien” y luego dividirse en grupos pequeños para hablar sobre lo que les resonó y compartir sus historias. Disfrute de comida y refrigerios de cortesía.

Hora: 5:00pm-6:30pm - 16 de mayo

Contacto: correo electrónico: debra@connectionscentral.org / 512-888-3985

Ubicación: Brewery Arts Center, 449 W King Street Carson City, NV

Noche de Bolos Strike Out Fraud - Gratis

¡Únase a AARP Nevada para disfrutar de una noche divertida y gratuita mientras “eliminamos el fraude”! Conozca lo último sobre fraudes y estafas que ocurren en el norte de Nevada y qué puede hacer para protegerse. Además, disfrute de los bolos y los refrigerios. El espacio es limitado y es necesario registrarse. Regístrese aquí:

<https://events.aarp.org/5-16-24StrikeOutFraud>

Hora: 5:30pm-7:30pm - 16 de mayo

Contacto: correo electrónico: rfranco@aarp.org / 702-218-2749

Ubicación: Coconut Bowl at Wild Island, 1855 E Lincoln Way Sparks, NV 89434

MAYO 17

VIERNES

[Vea Eventos de Varios Días los Viernes: Exposición de Arte para Adultos Mayores, Exhibición de Arte, Red Hawk, Museo del Patrimonio de Sparks](#)

Conversaciones sobre Demencia – ¡Regístrese ahora! - Gratis

Los cuidadores aprenderán cómo tener conversaciones importantes sobre la demencia con su ser querido que vive con Alzheimer u otra forma de demencia---incluida la conducción, las visitas al médico y la planificación legal y financiera. ¡Se servirán refrigerios! Para registrarse vaya a: <https://tinyurl.com/DConMay17>

Hora: 10:00am-11:30am - 17 de mayo

Contacto: correo electrónico: saseverance@alz.org / 775-241-1508

Ubicación: 639 Isbell Road, Suite 240 Reno, NV 89509

MAYO 17

VIERNES

Parques y Recreación de Sparks/Ice Cream Social - Gratis

¡Únase a nosotros para socializar y tomar un helado!

Hora: 11:30am-12pm - 17 de mayo

Contacto: correo electrónico: tramociotti@cityofsparks.us

Ubicación: Sparks Senior Center, 97 Richards Way Sparks, NV 89431

Almuerzo de Conexión de Cuidadores de AARP Nevada - Gratis

Venga a conocer a otros cuidadores y a quienes apoyan apasionadamente a los cuidadores familiares mientras AARP analiza programas, recursos y cómo defendemos a los cuidadores familiares durante un delicioso almuerzo.

Hora: 11:30am-1:30pm - 17 de mayo

Contacto: correo electrónico: jpadron@aarp.org / 702-539-6764

Ubicación: Access to Healthcare inside Reno Town Mall, 4001 S Virginia Street

Presentación: Reducir el tamaño no es fácil... ¡pero es factible! - Gratis

Patti Thaheld, tasadora certificada de propiedades personales, explicará cómo los adultos mayores pueden superar la resistencia a reducir el tamaño de sus amadas posesiones, mudarse a una nueva Ubicación y reducir la frustración, la confusión y el trauma en el proceso.

Hora: 1:00pm-2:00pm - 17 de mayo

Contacto: correo electrónico: patti@thaheldstateconsultant.com / 775-722-2066

Ubicación: Sierra View Library inside Reno Town Mall, 4001 S Virginia Street Reno, NV

**Exposición/Recepción del Artista 17 de mayo 3:30pm-5:30pm
Diversión con una mancha - Arte en pasteles al óleo" - Gratis**

Conoce y experimenta el arte de 8 artistas mayores que dan rienda suelta a su espíritu artístico. Algunos artistas nunca han creado su propio arte y les gusta el proceso creativo tanto como ahora. Se servirán refrigerios ligeros el 17 de mayo.

Hora: La exhibición estará abierta del 1 de mayo al 29 de junio.

Asegúrese de comunicarse con la biblioteca para conocer el horario de atención.

Contacto: correo electrónico: art@varyCarol.com / 775-721-5338

Ubicación: Spanish Springs Library, 7100 A Pyramid Way Sparks NV 89436

MAYO 17

VIERNES

Spring Fling Patrocinado por Circle of Life - Gratis

¡Prepárate para ponerte los zapatos de baile y girar toda la noche! Si usted es un bailarín experimentado o simplemente busca pasar una buena hora, ¡los adultos mayores pueden venir a disfrutar de la música, los aperitivos y crear recuerdos duraderos con amigos y seres queridos!

Hora: 5-6:30pm - 17 de mayo

Contacto: correo electrónico: jaldana@colhospice.com / 775-233-9795

Ubicación: Washoe County Senior Center, 1155 E 9th Street Reno, NV 89512

MAYO 18

SÁBADO

Veá Eventos de Varios Días los Sábados: Exposición de Arte para Adultos Mayores, Exhibición de Arte, Red Hawk, Primeros Frutos, Planetarios, Armónica de TMCC, Pueblos Fantasma de TMCC

Paseo Fuera de la Oscuridad en Reno/Sparks - Gratis

Únase a nosotros en un viaje de recuerdo, esperanza y apoyo que une a nuestras comunidades y brinda la oportunidad de reconocer las formas en que el suicidio y las condiciones de salud mental han afectado nuestras vidas y las vidas de aquellos a quienes amamos y nos preocupamos. Para obtener apoyo y recursos, visite: www.afsp.org.

Hora: 9:00am - 18 de mayo

Contacto: correo electrónico: cblackburn@colhospice.com / 916-300-2841

Ubicación: Sparks Marina 300 Howard Drive Sparks, NV

Fiesta a Pie en el Centro Comercial Patrocinada por Prominence Health – Gratis

Asista a la fiesta de inauguración del programa de caminatas bajo techo de un año de duración en el centro comercial Meadowood. Premios con el número de entrada, rifas, vendedores, abiertos y gratis para todos.

Hora: 10:00am-12:00pm - 18 de mayo

Contacto: correo electrónico: mary.granger@UHSINC.com / 775-772-8990

Ubicación: Meadowood Mall Center Court, 5000 Meadowood Mall Circle Reno, NV 89502

MAYO 18

SÁBADO

Celebre el Valle de Washoe - Gratis

Conozca a sus vecinos del Valle de Washoe, disfrute de la entrada gratuita al parque y conozca los recursos al aire libre.

Hora: 10:00am-2:00pm - 18 de mayo

Contacto: correo electrónico: karenandchris@charter.net / 775-772-7715

Ubicación: Washoe Lake State Park, 4855 Eastlake Blvd. New Washoe City, NV 89704

TMCC EPIC/ Educación Comunitaria

Espiritualidad de los Nativos Americanos: Explore estas tradiciones y participe en un baile circular por \$59.

Hora: 12:30pm-4:30pm - 18 de mayo

Contacto: correo electrónico: rsorensen@tmcc.edu / 775-824-3833

Ubicación: TMCC Meadowood Center, 5270 Neil Road Reno, NV

MAYO 19

DOMINGO

Inicio de la Fiesta Inaugural en el Jardín Comunitario para Adultos Mayores-Gratis

¡Únase a nosotros para un divertido evento en el jardín de la granja! Con marquesinas y sillas, disfrute de un espacio de jardín comunitario para adultos mayores donde aprenderá estiramientos ergonómicos y cómo cultivar alimentos para que un adulto mayor esté sano y feliz. Contacte a Jolene para más información.

Hora: 2pm-4pm - 19 de mayo

Contacto: 775-771-2580

Ubicación: Reno Food Systems farm, 3295 Mayberry Drive Reno, NV

MAYO 20

LUNES

Veá Eventos de Varios Días los Lunes: Exposición de Arte para Adultos Mayores, Exhibición de Arte, Red Hawk, Dig In

Golden Encore presentado por el Centro Pioneer - Gratis

Golden Encore es el programa de entretenimiento de aprendizaje permanente del Centro Pioneer hecho a medida para adultos mayores. Los músicos de jazz, Erika Paul y David Aller, llevan a los adultos mayores en un viaje al pasado a través del cancionero clásico americano y los estándares del jazz. Únase a nosotros y toque, aplauda, chasquee, muévase y cante con la música para “sentirse bien” interpretada por este dúo dinámico.

Hora: 1:00pm-2:00pm - 20 de mayo

Contacto: 775-328-2575

Ubicación: Washoe County Senior Center, 1155 E 9th Street Reno, NV 89512

MAYO 21

MARTES

Veá Eventos de Varios Días los Martes: Exposición de Arte para Adultos Mayores, Exhibición de Arte, Red Hawk, Senior Idol, Bingo Medicare

Better Business Bureau – Cómo Evitar Estafas - Gratis

Conozca qué estafas afectan más a las personas y obtenga 10 consejos que pueden ayudarlo a evitar la mayoría de ellas.

Hora: 11:00am - 21 de mayo

Contacto: correo electrónico: tjohnston@mw.bbb.org / 775-284-0277

Ubicación: Sparks Library Meeting Room, 1125 12th Street Sparks, NV 89431

Seminario Gratuito de Poderes Notariales/Planificación Patrimonial- Debe Confirmar su Asistencia- Asistencia Jurídica del Norte de Nevada, Centro Jurídico para Adultos Mayores

No hay tarifa, solo le pedimos al público que confirme su asistencia. Plazas limitadas hasta 15 personas.

Hora: 11:00am - 21 de mayo

Contacto: Confirmar asistencia: arivera@nnlegalaid.org / 775-332-0606.

Ubicación: Washoe County Senior Center, 1155 E. 9th Street, Bldg. E. Senior Center in the Game Room.

MAYO
21

TUESDAY

Acuáticos Adaptados Dos - Gratis

Esta clase es para aquellos que han avanzado en el programa de Deportes Acuáticos Adaptados y necesitan un programa de ejercicios completo pero sin impacto, que incluya estiramientos en aguas poco profundas, fortalecimiento y acondicionamiento aeróbico en aguas profundas. Los estudiantes deben ser autosuficientes en el agua.

Hora: 11:30am-12:30pm - 21 de mayo

Contacto: correo electrónico: tramociotti@cityofsparks.us

Ubicación: Alf Sorensen Community Center, 1400 Baring Blvd. Sparks, NV 89434

Educación e Investigación sobre la Participación en la Demencia- Programa DEER-Gratis

Asista a la sesión informativa de 90 minutos sobre amigos con demencia para adquirir conocimientos y comodidad sobre la demencia que lo inspirarán a caminar hacia las personas que viven con demencia en lugar de alejarse. Aprenderá los seis mensajes clave sobre: demencia, reducción de riesgos, en qué se diferencia del envejecimiento normal, estrategias de comunicación efectivas y acciones prácticas para ayudar a las personas que viven con demencia en nuestras comunidades.

Hora: 1:00-3:00pm - 21 de mayo

Contacto: correo electrónico: marclemon@nevada.unr.edu / 916-768-3821

Ubicación: Neil Road Recreation Center, 3925 Neil Road Reno, NV 89502

Panel de Expertos en Planificación del Final de la Vida y Sesión de Preguntas y Respuestas - Gratis

El panel formado por el director ejecutivo de la Junta de Funerales del Estado de NV, el administrador público del condado de Washoe, un educador de NV POLST, un abogado patrimonial y un funcionario de fideicomisos responderá preguntas sobre: planificación patrimonial (testamentos versus fideicomisos); cuestiones de entierro y necesidades previas; Directivas anticipadas y POLST; y otras preguntas de planificación relacionadas con individuos, parejas, niños con necesidades especiales y familias mixtas.

Hora: 1:30pm-4:30pm - 21 de mayo

Contacto: correo electrónico: kimspoon912@gmail.com / 775-527-0865

Ubicación: Sparks Senior Center, 97 Richards Way Sparks, NV 89431

MAYO 22
MIÉRCOLES

Veá Eventos de Varios Días los Miércoles: Exposición de Arte para Adultos Mayores, Exhibición de Aarte, Red Hawk, Sociedad Histórica de NV, Museo de Arte de NV, Zumba Gold, TMCC Watercolor, The Discovery, Caminatas de los Miércoles

Reunión del Comité Asesor de Personas Mayores de Sparks - Gratis

Este comité brinda aportes esenciales de los adultos mayores al Concejo Municipal de Sparks sobre temas relacionados con la población de adultos mayores y la calidad de vida de los adultos mayores. Asista y comparta sus inquietudes sobre los adultos mayores de Sparks. ¡Queremos escuchar de ti!

Hora: 9:00am - 22 de mayo

Contacto: correo electrónico: adecaf@sbcglobal.net / 775-560-7862

Ubicación: Sparks Legislative Building, 745 4th Street Sparks, NV 89431

Cómo Llegar: Cómo las Opciones de Transporte pueden Mejorar la Calidad de Vida de los Adultos Mayores- Evento Bilingüe – Inglés/Español y Tagalo-Gratis

La Comisión Regional de Transporte del Condado de Washoe (RTC), la Red de Vecinos del Norte de Nevada (N4) y otras organizaciones brindarán a los adultos mayores información y recursos sobre sus opciones de transporte en el Condado de Washoe. Descubra cómo diversas tecnologías de transporte pueden ayudarle a planificar sus viajes de forma más eficiente.

Hora: 11am-1pm - 22 de mayo

Contacto: correo electrónico: strinidad@rtcwashoe.com / amy@neighbornv.org / 775-332-2173

Ubicación: Sparks Senior Center, 97 Richards Way Sparks, NV 89431

MAYO 23

JUEVES

Veá Eventos de Varios Días los Jueves: Exposición de Arte para Adultos Mayores, Exhibición de Arte, Red Hawk, Museo Nacional del Automóvil, Baile, Fotografía de TMCC, Arte de Letras de TMCC

Desayuno para Adultos Mayores del Condado de Washoe - Gratis

Invitamos a nuestros adultos mayores a unirse a nosotros para un desayuno de cortesía en honor al OAM 2024. El personal del Condado de Washoe servirá el desayuno que consistirá en galletas y salsa, tocino, fruta fresca y jugo de naranja.

Hora: 8:30am-10:00am - 23 de mayo

Contacto: 775-328-2575

Ubicación: Washoe County Senior Center, 1155 E 9th Street Reno, NV 89512

Better Business Bureau: Cómo Evitar Estafas - Gratis

Venga a conocer qué estafas afectan más a las personas y obtenga 10 consejos que pueden ayudarlo a evitar la mayoría de las estafas.

Hora: 10:00am - 23 de mayo

Contacto: correo electrónico: tjohnston@mw.bbb.org / 775-284-0277

Ubicación: Sparks Senior Center Arts & Crafts Room, 97 Richards Way Sparks, NV 89431

Club de Vecinos y Recién Llegados del Norte de Nevada - Reserve ahora - Consulte el costo a continuación

Únase a nosotros para un almuerzo que se llevara a cabo el 4to jueves de cada mes. El NNCNN es un club social sin fines de lucro que ofrece una enorme lista de actividades y oportunidades para conocer gente nueva. Visita nuestro sitio web para más detalles: **Reserve su lugar para almorzar por \$35.50.**

Hora: 10:00am-1:00pm - 23 de mayo

Contacto: correo electrónico: reservations@nncnn.org

Ubicación: Atlantis Hotel and Casino 2nd Floor, 3800 S Virginia Street Reno, NV

¡11° Rellena-el-Autobus anual para adultos mayores!

¡La ciudad de Reno y Sparks, RTC y el Condado de Washoe, en asociación con KOLO News 8, organizarán esta campaña de donación! ¡Se recolectará ropa, pases de autobús, tarjetas de regalo, artículos de limpieza, productos de higiene y más para ayudar a los adultos mayores de la zona! Todos los artículos donados deben ser nuevos y sin usar.

Hora: 2:00pm-6:00pm - 23 de mayo

Contacto: 775-328-2575

Ubicación: Target Sparks South, 1550 E. Lincoln Way Sparks, NV 89434

MAYO 24

VIERNES

Veá Eventos de Varios Días los Viernes: Exposición de Arte para Adultos Mayores, Exhibición de Arte, Red Hawk, Museo del Patrimonio de Sparks

MAYO 25

SÁBADO

Veá Eventos de Varios Días los Sábados: Exposición de Arte para Adultos Mayores, Exhibición de Arte, Red Hawk, Primeros Frutos, Planetarios

MAYO 26

DOMINGO

El Salón de Baile de Reno

¡Ven el domingo por la tarde a bailar todo tipo de música interpretada por nuestro gran DJ! **Entrada: \$5**

Hora: 2:00pm-5:00pm - 26 de mayo

Contacto: correo electrónico: deannabragg@att.net / 408-596-0317

Ubicación: 2540 Sutro Street Suite 4, Reno, NV 89512

MAYO 28

MARTES

Veá Eventos de Varios Días los Martes: Exposición de Arte para Adultos Mayores, Exhibición de Arte, Red Hawk, Senior Idol

MAYO 29

MIÉRCOLES

Veá Eventos de Varios Días los Miércoles: Exposición de Arte para Adultos Mayores, Exhibición de Arte, Red Hawk, Sociedad Histórica de NV, Museo de Arte de NV, Zumba Gold, Acuarela TMCC, The Discovery, Caminatas de los Miércoles

Visita al Centro de Rehabilitación Canina y Santuario de Gatos - Gratis

Únase a nosotros para una presentación y un recorrido por las instalaciones del Centro de Rehabilitación Canina y Santuario de Gatos, donde los animales del refugio que no se pueden adoptar vuelven a la vida. Nuestro enfoque es el rescate, la recuperación, el entrenamiento y la colocación de perros y gatos en riesgo, brindando un refugio y una oportunidad para perros y gatos que no tienen opciones y necesitan desesperadamente un nuevo comienzo.

Hora: 11:00am-12:00pm - 29 de mayo

Contacto: correo electrónico: kristen@crccs.org / carol@crccs.org

Ubicación: 555 Old US Highway, 395 N Washoe Valley, NV 89704

MAYO 30
JUEVES

Vea Eventos de Varios Días los Jueves: Exposición de Arte para Adultos Mayores, Exhibición de Arte, Red Hawk, Museo Nacional del Automóvil, Baile

MAYO 31
VIERNES

Vea Eventos de Varios Días los Viernes: Exposición de Arte para Adultos Mayores, Exhibición de Arte, Red Hawk, Museo del Patrimonio de Sparks

¡Regrese al tiempo con nuestro OAM Sock Hop anual! - Gratis

¡Disfrute de helados, música, baile y diversión! Comuníquese con el Centro para Adultos Mayores del Condado de Washoe para obtener más información.

Hora: 2:00pm-4:00pm - 31 de mayo

Contacto: 775-328-2575

Ubicación: Washoe County Senior Center, 1155 E 9th Street Reno, NV 89512

Cualquier evento en junio de 2024

Vea Eventos de Varios Días: Exposición de Arte, Inmersión el 3 de Junio, Circle of Life Senior Idol el 4 y 11 de Junio



HUMAN SERVICES
AGENCY



Stuff-A-Bus

For Seniors

Friday, May 24, 2024

1:00 pm - 6:00 pm

**Target in Sparks
1550 E Lincoln Way, Sparks**

Help local seniors in our community by stuffing-a-bus with needed necessities such as deodorant, brushes, combs, denture cream and non-perishable snack items.



HUMAN SERVICES
AGENCY

Big thank you to our sponsors.