

Número Principal
(954) 450-6888

Transportación
(954) 450-6850

The Carl Shechter Southwest Focal Point Community Center

Ciudad de Pembroke Pines
Departamento de Servicios Comunitarios
301 N. W. 103rd Avenue, Pembroke Pines, FL
www.ppines.com • Fax: (954) 450-6899

Residencias
(954) 450-6960

Cuidado Diurno
para Adultos
(954) 450-6855

OCTUBRE 2017



Silver Sneakers® "Classic" está en el SWFP!

¡Ponerse en forma y mantenerse en forma en un ambiente de la diversión! **Viernes 10:30 am-11:30am en el Salón Principal.** Para más información por favor llame al (786) 866-4106. *Patrocinado por Chen Senior Medical Center*

★ FERIA DE EMPLEO PARA VETERANOS ★

Martes, Octubre 3, 2017 • 10:00 am hasta las 2:00 pm
(10:00am a 12:00pm exclusivamente para veteranos)

3er expo anual de empleo que beneficia a personal jubilado y activo. ¡Más de 40 compañías diferentes y una docena de agencias de servicios sociales estarán presentes!

La feria estará abierta al público a partir de las 12:00pm



Fiesta de Té de Halloween

¡Únase a nosotros en una espeluznante fiesta de mini-sándwiches, postres cautivantes y tés variados!

Miércoles, Octubre 25, 2017
a las 2:00pm

\$18.00 por persona (se requiere reservación)



Halloween

Cena Baile con
Entretenimiento con Vivo

\$10.00 por persona – Cena Buffet a las 5:30pm (se requiere reservación). El baile comienza a las 6:30pm. Música y entretenimiento a cargo del DJ Mack. ¡Se otorgarán premios a los mejores disfraces de Halloween!

Viernes, Octubre 27, 2017



Entretenimiento
Patrocinado por
Caremax Medical Center

Exhibición de Antiquedades y Objetos Coleccionables

Sábado, Octubre 14, 2017
9:00am a 4:00pm

Domingo, Octubre 15, 2017
10:00am a 4:00pm

50 espacios para exhibidores – Estacionamiento gratis.
Admisión \$2.00 o \$3.00 para dos días – Menores de 12 años, gratis



El Centro Comunitario Southwest Focal Point, 301 NW 103 Ave, está localizado en el corazón de Pembroke Pines. La membresía en el CCSWFP para adultos de 18 años y más es gratis pero se requiere hacer el trámite. Si necesita un cambio, quiere nuevas oportunidades de conocer gente, crear una red de apoyo, información o simplemente un sitio para leer un libro o dar un tiro de billar por favor llame al Centro Comunitario SWFP al 954-450-6888.

Pembroke Pines, una ciudad designada nacionalmente con el galardón de All-America, Pembroke Pines es un sitio de sabor tradicional e internacional, calificado por sus residentes y negocios así como por su comida y sitios de compras. Fácilmente accesible desde la I-95, el Turnpike, la I-75 y el Palmetto en el sur del condado de Broward, Pembroke Pines goza de una reputación como comunidad innovadora y progresista que ostenta un sólido compromiso con la educación, los negocios y el ambiente.

CLASES DIURNAS



El Centro Comunitario Southwest Focal Point de la Ciudad de Pembroke Pines esta aceptando inscripciones para las clases diurnas para adultos y adultos mayores. A continuación una lista completa de clases aparece debajo.

Para participar en las clases uno debe ser un miembro registrado del centro (la membresía es gratuita). **Miembros deben presentar su carnet de membresía del SWFP al registrarse en todas las clases, actividades y eventos.** El plazo límite para inscribirse es a más tardar una semana antes de que comience la clase. Todas las clases se imparten en el Centro Comunitario SWFP. Para información sobre todas las actividades que se ofrecen el CCSWFP por favor visite www.ppines.com.

Talleres de Actuación para Adultos

¡Impartido por Inside Out Theater Company, Inc., que ha producido y realizado más de 450 espectáculos en el sur de la Florida! **Jueves 9:30 am a 11:30 am.** \$40.00 por sesión de seis semanas. Para más información y para registrarse por favor llame al (954) 385-3060 o visite www.insideouttheater.org

Poesía en Francés

GRATIS para los miembros registrados de SWFP solamente. **Se reúne el 3er jueves de cada mes. 10:00 am - 11:00 am** en el Salón Principal.

Poesía en Español

GRATIS para los miembros registrados de SWFP solamente. **4to jueves de cada mes. 10:00 am - 11:00 am** en el Salón Principal.

¡Día de Spa!

¡Disfrute de un relajante masaje de manos y pintura de uñas! **GRATIS** para los miembros registrados de SWFP solamente. Por orden de llegada. **1er y 3er miércoles de cada mes. 9:30 am - 10:30 am** en S/A.

¡NUEVA CLASE! "De Desecho a Tesoros" Clase de Elaboración

¡En esta clase única, los estudiantes crearán ilustraciones asombrosas re-usando objetos cotidianos que a menudo son arrojados como basura! No te pierdas esta oportunidad de explorar formas no convencionales y creativas de reducir, reutilizar y reciclar haciendo arte ecológico original! Usando materiales reciclados y reutilizados, diseñaremos creaciones únicas. ¡Estos proyectos, "verdes" le dan la oportunidad de explorar maneras prácticas y creativas de preservar nuestro valioso ambiente! ¡Prepárate para experimentar y divertirte! **Jueves: 9:30 am - 11:30 am.** **Inicio: 11/2/17 - 12/14/17 (no clase 11/23).** \$20.00 por persona (55 años o más) \$40.00 por persona (54 años o menos)

Diario de Arte Creativo

El propósito de este curso es para generar inspiración, organizar las ideas artísticas y desarrollar una apreciación del arte. Cada semana, la clase comenzará con una breve descripción y discusión de un artista famoso. Se prestará atención al estilo, medio, tema, así como elementos del arte prominente en la obra del artista. A continuación, los estudiantes desarrollarán sus ideas usando una variedad de medios en sus revistas de arte. Se ofrece en sesión de 6 semanas. ¡Seis artistas diferentes se introducirán cada sesión! **Viernes: 12:00pm - 2:00pm. 9/22/17 - 10/27/17 y 11/3/17 - 12/22/17 (no clase 11/10 y 11/24).** \$20.00 por persona (55 años o más) \$40.00 por persona (54 años o menos)

3-D arte de la Foto del Collage

En esta clase emocionante, los estudiantes aprenderán cómo transformar varias fotos y las impresiones del arte en increíblemente sorprendentes trabajos 3-D de arte que se pueden enmarcar. Se ofrecen en sesión de 6 semanas. Los materiales no incluidos – recoger Lista de suministro al registrarse. **Martes 9:30am - 11:30am. 9/19/17 - 10/24/17 y 10/31/17 - 12/5/17.** \$20.00 por persona (55 años o más) \$40.00 por persona (54 años o menos)

Coloración de Adulto

¡Para el alivio del estrés, relajación y diversión! Estamos proporcionando algunas hojas para colorear, pero los estudiantes pueden traer sus propios papeles. Por lo tanto, traiga su bolígrafos o lápices de colores y únense a nosotros – ¡Mantenga la calma y colorea! Se ofrecen en sesión de 6 semanas. **Lunes 12:00pm - 2:00pm. 9/18/17 - 10/23/17 y 10/30/17 - 12/4/17.** **Gratis** para miembros de SWFP solamente. La inscripción anticipada es obligatoria.

Guitarra para Principiantes

¡Para el verdadero principiante! Traiga su guitarra y obtenga la guía e instrucción necesaria para aprender a tocar la guitarra. Puede comprar el libro del curso con el

instructor. Se ofrecen en sesión de 6 semanas. **Lunes 9:30am - 10:30am. 9/18/17 - 10/23/17 y 10/30/17 - 12/4/17.** \$30.00 por persona (55 años o más) \$50.00 por persona (54 años o menos)

Guitarra Intermedia

Guitarra para principiantes y haber obtenido un papel escrito de aprobación por parte del instructor para inscribirse en esta clase. Puede comprar el libro del curso con el instructor. Se ofrecen en sesión de 6 semanas. **Lunes de 10:30am - 11:30am. 9/18/17 - 10/23/17 y 10/30/17 - 12/4/17.** \$30.00 por persona (55 años o más) \$50.00 por persona (54 años o menos)

¡Usted Puede Coser!

En este curso "sin presiones" lo importante es divertirse y crear los productos ¡que usted desee coser! Dos clases se ofrecen en sesión de 6 semanas. *Los materiales no están incluidos.* **Lunes: 12:30pm - 2:30pm. 10/30/17 - 12/4/17. – O – Miércoles: 9:30am - 11:30 am. 9/20/17 - 10/25/17 y 11/1/17 - 12/6/17.** \$38.00 por persona (55 años o más) \$42.00 por persona (54 años o menos) Se ofrecen clases diurnas o vespertinas.

¡Tejer por DIVERSIÓN!

En esta clase usted aprenderá lo básico del tejido y ¡eliminará su estrés! Se ofrecen en sesión de 6 semanas. *Los materiales no están incluidos.* **Miércoles: 12:00pm - 2:00pm. 9/20/17 - 10/25/17 y 11/1/17 - 12/6/17.** \$38.00 por persona (55 años o más) \$58.00 por persona (54 años o menos)

Taller de Flores de Seda

En este completo taller podrás crear eventos hermosos centros de mesa, decoraciones y arreglos con flores de seda. Habrá un tema y un proyecto diferente en cada clase y al final del taller ¡Cada estudiante se llevará su arreglo a casa! Los talleres se ofrecen dos veces al mes los **Martes de 9:30am a 11:30am.** \$18.00 por persona. *Materiales incluidos. (Debe registrar una semana antes por 4:00pm)* Próximo sesiones:
• Octubre – 10/17/17 • Noviembre – 11/21/17
• Diciembre – 12/19/17

Taller de Arreglos de Flores

Habrá un tema y un proyecto diferente en cada clase y al final del taller  Cada estudiante se llevará su arreglo a casa! Los talleres se ofrecen dos veces al mes los **Martes de 9:30am a 11:30am**. \$18.00 por persona. Materiales incluidos. **(Debe registrar el día antes por 4:00pm)** Próximo sesiones:

- **Octubre** – 10/10/17 y 10/24/17
- **Noviembre** – 11/14/17 y 11/28/17
- **Diciembre** – 12/12/17 y 12/26/17

Fundamentos de Dibujo

La base del estudio de todas las clases de arte es el dibujo. Los estudiantes aprenderán los fundamentos del dibujo, incluyendo el estudio de la línea, la perspectiva, la luz y la sombra, la forma y la proporción en esta clase fácil de seguir. Los estudiantes intermedios usarán el lápiz de grafito, carbón, y pluma y tinta. Se ofrecen en sesión de 6 semanas. *Materiales no incluidos*. **Miércoles: 12:30pm - 2:30pm. 9/20/17 - 10/25/17 y 11/1/17 - 12/6/17.** \$20.00 por persona (55 años y mayores) \$40.00 por persona (54 años y menores)



Dibujo Intermedia

Esta clase es el siguiente paso después de Fundamentos de Dibujo y ampliar  su conocimiento sobre las técnicas de dibujo. Se ofrecen en sesión de 6 semanas. *Los materiales no est n incluidos* – Traiga un cuaderno de bosquejos y un lápiz de dibujo a su primera clase. **Jueves: 9:00am - 11:00am. 9/21/17 - 10/26/17 y 11/2/17 - 12/14/17 (no clase 11/23).**

\$20.00 por persona (55 años o más)
\$40.00 por persona (54 años o menos)

Dibujo de Figura

Explore el mundo del dibujo de figura en este curso fácil de seguir. Esta clase le ayudará a obtener el conocimiento y a desarrollar sensibilidad ante las complejidades de la figura humana. Es preferible tener cierta experiencia previa en dibujo. Se ofrecen en sesión de 6 semanas. *Materiales no incluidos traiga un pizarrón de bosquejos y lápiz de dibujar a su primera clase.* **Martes: 12:30pm - 2:30pm. 9/19/17 - 10/24/17 y 10/31/17 - 12/5/17.**

\$20.00 por persona (55 años y mayores)
\$40.00 por persona (54 años y menores)

Dibujo de Retrato

Aprender el arte del retrato dibujo informativo a través de este curso. Trabajando a partir de fotografías, los alumnos aprenderán a dibujar retratos, culminando sus estudios mediante la creación de un autorretrato usando un espejo de mano al final de las 6 semanas del curso. Por favor traiga un boceto de notas, lápiz de dibujo y la fotografía al estilo retrato de primera clase. **Viernes:**

9:30am - 11:30am. 9/22/17 - 10/27/17 y 11/3/17 - 12/22/17 (no clase 11/10 y 11/24). \$20.00 por persona (55 años y mayores) \$40.00 por persona (54 años y menores)

Introducción a la Acuarela

Esta creativa clase está diseñada para individuos que desean aprender las técnicas básicas del dibujo a la acuarela. Este curso dará a los estudiantes las habilidades básicas necesarias para trabajar con acuarelas. Se ofrecen en sesión de 6 semanas. *Materiales no incluidos*. **Jueves: 12:30pm a 2:30pm. 9/21/17 - 10/26/17 y 11/2/17 - 12/14/17 (no clase 11/23).**

\$20.00 por persona (55 años y mayores)
\$40.00 por persona (54 años y menores)

Pintura con Acrílicos

(Principiantes) Aprenda las habilidades básicas necesarias para comenzar a pintar en esta clase fácil de seguir. Se ofrecen en sesión de 6 semanas. *Los materiales no est n incluidos*. **Viernes: 9:30am - 11:30am. 9/22/17 - 10/27/17 y 11/3/17 - 12/22/17 (no clase 11/10 y 11/24).** GRATIS para miembros registrados.



Pintura con Acrílicos (Intermedio)

El siguiente pas  después de la pintura acrílica de principiante, los estudiantes ampliarán su conocimiento de técnicas de pintura. Se ofrecen en sesión de 6 semanas. *Materiales no incluidos*. **Lunes: 9:30am - 11:30am. 9/18/17 - 10/23/17 y 10/30/17 - 12/4/17.**

\$20.00 por persona (55 años y mayores)
\$40.00 por persona (54 años y menores)

Pintura con Acrílicos (Avanzado)

En un ambiente de apoyo, amistoso y relajado, los estudiantes explorarán el margen amplio de los efectos que se logran usando acrílicos. Se ofrecen en sesión de 6 semanas. *Materiales no incluidos*.

Viernes: 12:00pm - 2:00pm. 9/22/17 - 10/27/17 y 11/3/17 - 12/22/17 (no clase 11/10 y 11/24).

\$20.00 por persona (55 años y mayores)
\$40.00 por persona (54 años y menores)

Clase de Cerámica

La clase incluye trabajo con fuego e instrucción. Se ofrecen en sesión de 6 semanas. *Materiales no incluidos*.

Martes: 9:00am a 12:00pm. 9/19/17 - 10/24/17 y 10/31/17 - 12/5/17.

GRATIS para miembros registrados.



Clases de Alfarería

Cree piezas de alfarería de barro al alto horneado usando tanto el método manual como el torno. Se ofrecen en sesión de 6 semanas. *Materiales no incluidos*.

Miércoles: 9:30am - 11:30am. 9/20/17 - 10/25/17 y 11/1/17 - 12/6/17.

\$42.00 por persona (18 años o mayores – se ofrecen clases diurnas o vespertinas)

Clase de Español para Principiantes

Se ofrecen en sesión de 6 semanas.

Miércoles: 10:00 am - 12:00pm. 9/20/17 - 10/25/17 y 11/1/17 - 12/6/17.

\$20.00 por persona (55 años o mayores)
\$40.00 por persona (54 años o menores)

Fotografía de Smartphone 101

 Si usted tiene un Android o iPhone, esta clase le ense ar  a tomar mejores fotos con su teléfono celular! Los estudiantes aprenderán acerca de la composición básica y las opciones en sus teléfonos. También aprenderán a enviar sus fotos a familiares y amigos o publicar sus fotos en sitios de redes sociales como Facebook. **Cada segundo y cuarto lunes del mes de 12:00 pm a 2:00 pm. GRATIS** a los miembros registrados de SWFP.

LUNES

9:15 - 10:15 • Gimnasio 1
Tai Chi (Prin/Int/Adv)

9:30 - 10:30 • Rm 213
Guitarra para Principiantes

9:30 - 11:30 • Rm 209
Pintura Acrílicos (Int)

10:00 - 11:00 • Salón Principal
JoyDanz

10:00 - 11:00 • Rm 215
Entendiendo Nuestras Perdidas
4to Lunes de cada mes (Bilingüe)

10:15 - 11:15 • Rm 205
Songbirds

10:30 - 11:30 • Gimnasio 1
Yoga en la Silla

10:30 - 11:30 • Rm 213
Guitarra Intermedia

10:30 - 11:30 • Rm 212
Inglés con Morris

11:30 - 12:30 • Gimnasio 1 • **Yoga**

11:45 - 1:45 • Salón Principal • **Bingo**

12:00 - 1:00 • Rm 215
**Envejeciendo Saludable y
Viviendo Independiente**
1er, 2do y 3er Lunes de cada mes (Español)

12:00 - 2:00 • Rm 212
Fotografía de Smartphone 101
2do & 4to Lunes

12:00 - 2:00 • Rm 205
Coloración de Adulto

12:00 - 4:00 • N/A
Cartas y Juegos de Mesa

12:30 - 1:20 • Gimnasio 1
Ejercicio en la Silla

12:30 - 1:30 • Gimnasio 2
“Abajo la Báscula”
Ejercicio para perder peso

12:30 - 2:30 • Rm 209
¡Usted Puede Coser!

MARTES

9:00 - 10:00 • Piscina
Ejercicio Aeróbico en el Agua

9:00 - 12:00 • Rm 207
Clase de Cerámica

9:00 - 10:00 • Gimnasio 1 • **Yoga**

9:30-11:30 • Rm 205
3-D arte de la foto del collage

9:30 - 11:30 • Rm 209
Taller de Arreglos de Flores
2do y 4to Martes de cada mes
(Debe registrar el día antes por 4:00pm)

9:30 - 11:30 • Rm 209
Taller de Flores de Seda
3ª Martes de cada mes
(Debe registrar una semana antes por 4:00pm)

10:00 - 11:00 S/A • **Ageless Grace**

10:00 - 11:30 • Rm 215
**Tendencias Actuales
para los Cuidadores**
(Español)

10:30 - 11:30 • Gimnasio 1
Baile Flamenco (Prin)

11:30 - 12:30 • Gimnasio 1
Baile Flamenco (Prin)

11:45 - 1:45 • Salón Principal
Bingo

12:00 - 1:00 • Rm 212
**Temas de Actualidad y
Juegos de Cerebro**

12:00 - 1:00 • Gimnasio 2 • **Zumba**

12:00 - 4:00 • N/A
Cartas y Juegos de Mesa

12:30 - 2:30 • Rm 209
Dibujo de Figura

12:30 - 4:00 • Rm 205
Bridge Duplicado

MIÉRCOLES

9:00 - 10:00 • Gimnasio 2
Yo-Chi-Lates

9:30 - 10:20 • Gimnasio 1
Ejercicio en la Silla

9:30 - 10:30 • S/A
Día de Spa
1er y 3er Miércoles de cada mes

9:30 - 11:30 • Rm 207
Clase de Alfarería

9:30 - 11:30 • Rm 209
¡Usted Puede Coser!

9:30 - 1:30 • Rm 213
Clase de VIP

10:00 - 11:00 • Salón Principal
Salsa

10:00 - 12:00 • Rm 205
Clase de Español

10:30 - 12:00 • Rm 215
**Tendencias Actuales
para los Cuidadores**
(Inglés)

10:30 - 11:30 • Gimnasio 1
Yoga en la Silla

11:30 - 12:25 • Gimnasio 1
Fuerte y En Forma

11:30 - 12:30 • Gimnasio 2
Ejercicio 20/20/20

12:00 - 2:00 • Rm 212
Tejer por Diversión

12:00 - 4:00 • N/A
Cartas y Juegos de Mesa

12:30 - 1:20 • Gimnasio 1
Total Fitness en Silla

12:30 - 2:30 • Rm 209
Fundamentos de Dibujo



JUEVES

9:00 - 10:00 • Piscina
Ejercicio Aeróbico en el Agua

9:00 - 10:00 • Gimnasio 1
Yoga

9:00 - 11:00 • Rm 209
Dibujo Intermedia

9:00 - 12:00 • Rm 212
Clase de Ciudadanía

9:30 - 11:30 • Rm 207
**“De Desecho a Tesoros”
Clase de Elaboración**

9:30 - 11:30 • Rm 205
Talleres de Actuación

10:00 - 11:00 • Salón Principal
Poesía en Francés
3er jueves de cada mes

10:00 - 11:00 • Salón Principal
Poesía en Español
4to Jueves de cada mes

10:00 - 11:00 • Gimnasio 2
Mat Pilates

10:00 - 11:00 • Gimnasio 1
Club de Caminar
(Video)

10:00-11:30 • Rm 116
Manejando los desafíos de la Vida
*1er y 3er Jueves de cada mes
por Vitas Healthcare (Inglés)*

10:30 - 11:30 • M/H
Ejercicio de Bajo Impacto

11:00 - 12:00 • Gimnasio 2
Senior Total Fitness

11:45 - 12:45 • Gimnasio 1
Tai Chi (Prin/Int)

11:45 - 1:45 • Salón Principal
Bingo del Centro

12:00 - 4:00 • N/A
Cartas y Juegos de Mesa

12:30 - 2:30 • Rm 209
Introducción a la Acuarela

12:30 - 4:00 • Rm 205
Bridge Duplicado

1:00 - 2:00 • Gimnasio 1
Tai Chi (Prin)

VIERNES

9:00 - 10:00 • Gimnasio 2
Yoga en la Silla

9:30 - 10:20 • Gimnasio 1
Ejercicio en la Silla

9:30 - 11:30 • Rm 213
Dibujo de Retrato

9:30 - 11:30 • Rm 209
Pintura Acrílicos (Prin)

10:00 - 11:00 • Rm 215
**Grupo de
Enriquecimiento Personal**
(Español)

10:30 - 11:30 • M/H
Silver Sneakers “Classic”

10:30 - 11:30 • Gimnasio 1
Yoga

11:15 - 12:15 • Rm 197
Gimnasio Entrenamiento

12:00 - 1:00 • Gimnasio 1
Tai Chi (Prin/Int)

12:00 - 1:00 • M/H
Zumba

12:00 - 2:00 • Rm 213
Diario de Arte Creativo

12:00 - 2:00 • Rm 209
Pintura Acrílicos (Adv)

12:00 - 4:00 • N/A
Cartas y Juegos de Mesa



FUTURO EVENTOS

BINGO CON LOS KNIGHTS

Una noche de Bingo y refrescos gratis
3er martes de cada mes a las 6:00pm –
a cargo de los Knights de Columbus.
Los paquetes comienzan a \$15,
juegue toda la noche.
October 17, 2017

FIESTA DE Halloween con DJ Tom Caminiti

¡Concurso de disfraces con premios gratis!
Martes, Octubre 31, 2017
12:00pm en la sala principal

Desayuno DE OTOÑO

Jueves, Noviembre 2, 2017
8:00-10:00am

Desayuno continental gratuito sólo
para los miembros registrados de SWFP.
Debe presentar su tarjeta de membresía.
Patrocinado por Caremax Medical Center

MERCADO DE PULGAS Y BAZAR

Sábado, Noviembre 4, 2017
8:00am a 4:00pm

Domingo, Noviembre 5, 2017
9:00am a 3:00pm

Más de 100 vendedores en el edificio
GRATIS admisión y estacionamiento

COLECTA ANUAL DE ALIMENTOS DE “ACCIÓN DE GRACIAS”/THANKSGIVING

Por los últimos 14 años, el Centro Comunitario S.W. Focal Point junto con donaciones de escuelas, negocios y residentes asisten a 100 familias en nuestra comunidad ofreciendo generosamente arcones llenos de alimentos secos y enlatados, pavos y mucho más para una buena cena de Thanksgiving. Para ayudar con la colecta de alimentos de este año, por favor llame al (954) 450-6888. Las donaciones deben entregarse antes del Lunes, Noviembre 6, 2017.

CLASES NOCTURNAS



El Centro Comunitario Southwest Focal Point de la Ciudad de Pembroke Pines esta aceptando inscripciones para las clases nocturnas para personas 18 años y mayores. A continuación una lista completa de clases aparece debajo.

Para participar en las clases uno debe ser un miembro registrado del centro (la membresía es gratuita). **Miembros deben presentar su carnet de membresía del SWFP al registrarse en todas las clases, actividades y eventos.** El plazo límite para inscribirse es a más tardar una semana antes de que comience la clase. Todas las clases se imparten en el Centro Comunitario SWFP. Para información sobre todas las actividades que se ofrecen el CCSWFP por favor visite www.ppines.com

Baile Flamenco

Luna Calé es una compañía profesional de baile que promueve música y el baile Flamenco y la cultura hispánica. Nuestro propósito es fomentar el crecimiento de estudiantes y artistas flamencos profesionales patrocinando eventos, música y clases de flamenco. \$10 por 1 hora de clase. Para inscribirse, llame a Luna Calé Flamenco al (954)235-8221 o visite www.lunacaleusa.com

Martes, Miércoles y Jueves: 5:00 pm - 6:00 pm (Principiantes) y **6:00 pm - 7:00 pm** (Intermedio)

Baile de Salón

Para más información por favor contactar a Simon Prilutsky al (954) 963-5338. **Jueves de 5:30pm to 9:30pm.** \$10 por 1 hora de clase.

Talleres de "Pintura y Vino"

Traiga su propia botella de vino, ¡todo lo demás está incluido! **Se ofrece el primer martes de cada mes, de 6:30pm - 9:30pm.** Debe tener 21 años para participar.

\$45.00 por persona (materiales de arte incluidos).

- **Octubre** – 10/3/17
- **Noviembre** – 11/7/17
- **Diciembre** – 12/5/17

*Tarifas especiales para grupos (mínimo 10 personas). ¡Email hdaniels@ppines.com para más información!

Estudio de Alfarería

Cree piezas de alfarería de barro al alto horneado usando tanto el método manual como el torno. Se ofrecen en sesión de 6 semanas. Materiales no incluidos. **Miércoles: 7:00pm - 9:00pm.** 9/20/17 - 10/25/17 y 11/1/17 - 12/6/17. \$42.00 por persona.

Taller de Preparación de Vidriados

Este es un taller de un día con todo incluido para el estudiante de cerámica experimentado que esté listo para comenzar a hacer vidriados. Aprenda las fórmulas del vidriado básico, pesos y medidas, colorantes, técnicas de mezcla y almacenamiento. Cada estudiante se llevará a la casa 3 recipientes vidriados ¡elaborados por ellos desde el principio! Clase impartida por el Artista Profesional y Educador de Arte Leroy Daniels. **Miércoles 6:00pm - 9:00pm. Octubre 25, 2017.** \$45.00 por persona. *Incluye todos los materiales.*



Clases de Costura para Adultos

En esta creativa clase, los estudiantes aprenderán a hacer alteraciones, artículos de decoración del hogar y cómo hacer atuendos a la medida.

Traiga su propia máquina o use una de las nuestras. Todos los niveles de habilidad son bienvenidos. Se ofrecen en sesión de 6 semanas. *Materiales no incluidos.*

Miércoles: 7:00pm - 9:00pm. 11/1/17 - 12/6/17. \$42.00 por persona.



Diseño de Joyería Fina

Usando piedras semi-preciosas, perlas, oro de 14K y plata esterlina, los estudiantes crearán exquisitas piezas de joyería fina, únicas en su tipo. Se ofrecen en sesión de 6 semanas. *Materiales no incluidos.* **Miércoles: 4:30pm - 6:30pm.** (La primera clase será de 4:30pm a 7:30pm). 11/1/17 - 12/6/17. \$45.00 por persona.

¡Nivel Básico de Danza del Vientre con Nailah!

Este curso fácil de seguir está diseñado tanto para principiantes como para estudiantes ligeramente avanzados. ¡Diviértase mientras hace ejercicio! Se ofrecen en sesión de 6 semanas. **Martes: 7:00pm - 8:00pm.** 9/19/17 - 10/24/17 y 10/31/17 - 12/5/17. \$45.00 por persona (18 años y mayores).

Introducción al Vidrio Horneado

Aprenda las técnicas fundamentales requeridas para crear piezas únicas en proyectos de vidrio horneado. Se ofrecen en sesión de 6 semanas. *Materiales no incluidos.* **Jueves: 6:30pm - 8:30pm.** 9/21/17 - 10/26/17 y 11/2/17 - 12/14/17 (no clase 11/23). \$42.00 por persona

Pines West Camera Club

Una organización en fotografía e imagen digital, que esta abierto a todo tipo de fotógrafos. Para mas información visítenos en nuestra página en la Internet www.pineswestcc.com **2do y 4to Martes del mes - 7:00pm - 9:30pm.**

Talleres de Grupos de Fotografía New Way

Una amplia variedad de talleres de fotografía se ofrecen para las personas que buscan aprender más sobre el arte de la fotografía o adquirir nuevas habilidades en varios programas de edición de fotos. Para más información llame a Cesar al (305) 206-3938 o visite nuestro sitio. Meetup en: <http://www.meetup.com/new-way-photography/> **Primeros 4 martes de cada mes: 7:00 pm - 9:30 pm - o bien- 1er y 3er jueves: 7:00 pm - 9:30 pm.**

R.A.D.: Defensa contra Agresión y Violación (R.A.D.) para Adultos

Para mayor información por favor llame a R.A.D. al (954) 655-7587.

GRATIS Juegos de Tarjetas y Tableros y Billar

Todos los martes, miércoles y jueves. Gratis para miembros registrados (6-9pm) Se requiere identificación con fotografía.





CLASES CONTINUAS DE EJERCICIO



El Centro Comunitario Southwest Focal Point de la Ciudad de Pembroke Pines esta aceptando inscripciones para las clases continuas de ejercicio. Las clases se ofrecen mensualmente. A continuación una lista completa de clases aparece debajo.

Para participar en las clases uno debe ser un miembro registrado del centro (la membresía es gratuita). **Miembros deben presentar su carnet de membresía del SWFP al registrarse en todas las clases, actividades y eventos.** El plazo límite para inscribirse es a más tardar una semana antes de que comience la clase. Todas las clases se imparten en el Centro Comunitario SWFP. Para información sobre todas las actividades que se ofrecen el CCSWFP por favor visite www.ppin.es.com



¡NEUVA! Silver Sneakers® "Classic" está en el SWFP!

¡Ponerse en forma y mantenerse en forma en un ambiente de la diversión! Viernes 10:30 am-11:30am en el Salón Principal. Para más información llame al (786) 866-4106. Patrocinado por Chen Senior Medical Center

Danza Flamenco

Luna Calé es una compañía profesional de baile que promueve música y el baile Flamenco y la cultura hispánica. Nuestro propósito es fomentar el crecimiento de estudiantes y artistas flamencos profesionales patrocinando eventos, música y clases de flamenco. Se ofrecen clases diurnas y nocturnas. \$10 por 1 hora de clase. Para inscribirse, llame a Luna Calé Flamenco al (954)235-8221 o visite www.lunacaleusa.com

DIURNAS Adultos y Mayores: Martes

10:30am - 11:30am (Principiantes)
11:30am - 12:30pm (Principiantes)

NOCTURNAS Adultos y Niños:

Martes, Miércoles y Jueves
5:00pm - 6:00pm (Principiantes)
6:00pm - 7:00pm (Intermedio)

¡NEUVA DIA! Ejercicio de Bajo Impacto

en el Salón Principal. **Jueves: 10:30am - 11:30am. GRATIS** para los miembros de SWFP solamente. Patrocinado por Caremax Medical Center

Mat Pilates

Jueves: 10:00am - 11:00am
GRATIS para miembros registrados de SWFP. Patrocinado por Baptist Health South Florida

Fuerte y En Forma

Los estudiantes deben haber tomado Senior Total Fitness y tener la

aprobación por escrito del instructor para registrarse en esta clase.

Combina el gimnasio y la actividad aeróbica al aire libre/interior. Esta clase es para avanzar en fuerza y resistencia y para desafiar a los individuos a un mejor nivel de condición física. Mejore su salud del corazón, fortalezca los músculos, los huesos y las articulaciones.

Miércoles, 11:30 am - 12:25 pm. GRATIS para los miembros de SWFP solamente. (\$5 depósito en efectivo requerido para reservar su espacio para el mes - debe asistir a todas las clases para ser reembolsado.) Patrocinado por Coventry Health

Senior Total Fitness

¡Esta enérgica clase tiene todos los elementos de física que todo el mundo debe disfrutar de un estilo de vida activo y saludable! Combina el entrenamiento de resistencia, flexibilidad, cardiovascular y neuromotor de formación para todos los niveles. Los participantes experimentarán mejoras en fuerza, resistencia, flexibilidad y coordinación, que son los componentes clave para una óptima salud física. ¡Cada entrenamiento es dinámico y cambiante para satisfacer las necesidades individuales de los participantes: estudiantes de todos los niveles físicos son bienvenidos! **Jueves 11:00am - 12:00pm. Gratis** para miembros SWFP solamente.

Senior Total Fitness en Silla

Esta clase abarca todos los elementos proporcionados en la clase superior de **Total Fitness** pero mientras está sentado en una silla. **Miércoles 12:30pm - 1:20pm. Gratis** para miembros SWFP solamente.

Yo-chi-lates

¡Una combinación de Yoga, Tai chi y Pilates - todo en una sola clase! Los **miércoles de 9:00am-10:00am en el gimnasio 2 - GRATIS** para miembros registrados de SWFP. Patrocinado por Baptist Health South Florida

Gimnasio Entrenamiento

Una vez a la semana, nuestra experimentada entrenadora personal asistirá a los miembros con el uso apropiado de equipo de gimnasio. ¡También creará un régimen de ejercicio diseñado para ayudar a los individuos a ejercer de manera independiente para alcanzar sus metas de salud y acondicionamiento físico! **Viernes 11:15am-12:15pm en**

la sala de entrenamiento – **GRATIS** para miembros registrados de SWFP

JoyDanz

El baile se trata de estar alegre, mover el cuerpo de maneras orgánicas al ritmo y al compás. Venga a sacudir el alma con los ritmos africanos, indios, caribeños, irlandeses, latinos ¡y más! Aprenda bailes adaptados y modificados como el tango, vals, tap, así como una danza interpretativa que se realiza en pareja e individual ¡donde usted se deja ir y sentir libre y feliz! **Lunes 10:00am-11:00am en el Salón Principal – GRATIS** para miembros registrados.

Ageless Grace®- BRAIN AND BODY WORKOUT!

¡Ejercite su cuerpo y su cerebro! Mientras está sentado en la silla, los estudiantes tienen ejercicios divertidos así también estimulando las 5 funciones del cerebro. Dirigiéndose así a todas las funciones de un envejecimiento saludable – flexibilidad, movilidad, agilidad, fuerza, aliento, balance etc. **Martes 10:00am GRATIS** para todos. Patrocinado por Caremax Medical Center

Salsa

Miércoles 10:00am-11:00am en el Salón Principal – GRATIS para miembros registrados.

“Abajo la Báscula”

Ejercicio para perder peso Una combinación de fusión de bailes, guía nutricional y pesarse semanalmente ayudará a los estudiantes a lograr sus metas de pérdida de peso y ¡desarrollar un estilo de vida saludable! Para personas de 18 años y más. **Lunes 12:30pm - 1:30pm** \$10.00 por mes (55 años y mayores) \$30.00 por mes (54 años y menores)

Ejercicio 20/20/20

¡Esta clase en grupo de todo en uno para estar en forma le da 3 tipos de ejercicios en uno! 20 minutos de baile, 20 minutos de pesas y 20 minutos de yoga ¡le darán un entrenamiento total del cuerpo en sólo una hora! Para personas de 18 años o mayores. Los estudiantes deben traer su propio tapete y pesas de mano.

DIURNAS

Miércoles 11:30am - 12:30pm –o– NOCTURNAS
Jueves 6:30pm - 7:30pm

\$10.00 por mes (55 años y mayores)
\$30.00 por mes (54 años y menores)

Ejercicio en Silla

Lunes: 12:30pm - 1:30pm
Miércoles: 9:30am - 10:30am
Viernes: 9:30am - 10:30am
GRATIS para miembros registrados.

Aeróbicos Acuáticos

Martes -O- Jueves: 9:00am - 10:00am. GRATIS para miembros registrados.

Yoga

4 clases mensuales se ofrecen cada semana. Cada día y hora por mes es una tarifa aparte.

Lunes: 11:30am - 12:30pm

Martes: 9:00am - 10:00am

Jueves: 9:00am - 10:00am

Viernes: 10:30am - 11:30am

\$10.00 por mes (55 años y mayores)
\$30.00 por mes (54 años y menores)

Yoga en la Silla

3 clases mensuales se ofrecen cada semana. Cada día y hora por mes es una tarifa aparte.

Lunes: 10:30am - 11:30am

Miércoles: 10:30am - 11:30am

Viernes: 9:00am - 10:00am

\$10.00 por mes (55 años y mayores)
\$30.00 por mes (54 años y menores)

Tai Chi

Jueves: 1:00pm - 2:00pm (Prin)
GRATIS para miembros registrados de SWFP. Patrocinado por Baptist Health South Florida

Tai Chi

4 clases mensuales se ofrecen cada semana. Cada día y hora por mes es una tarifa aparte. **DIURNAS**

Lunes: 9:15am - 10:15am

(Prin/Int/Adv)

Jueves: 11:45am - 12:45pm

(Prin/Int)

Viernes: 12:00pm - 1:00pm

(Prin/Int)

NOCTURNAS

Miércoles 7:00pm - 8:00pm

\$10.00 por mes (55 años y mayores)
\$30.00 por mes (54 años y menores)

¡Zumba!

Martes: 12:00 - 1:00pm



\$10.00 por mes (55 años y mayores)
\$30.00 por mes (54 años y menores)

¡Zumba en el Salón Principal!

Viernes: 12:00pm - 1:00pm

GRATIS para miembros registrados. Patrocinado por Baptist Health South Florida

OCTUBRE 2017

LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES	SABADO/DOMINGO
2 10:00 M/H JoyDanz GRATIS 11:45-1:45 BINGO	3 10:00am to 2:00pm  FERIA DE EMPLEO PARA VETERANOS NO AGELESS GRACE HOY NO BINGO HOY	4 10:00 M/H Clases de Salsa GRATIS 12:30 Música y Baile con Winston	5 11:45-1:45 BINGO	6 9:00am-3:00pm S/A AARP Driver Safety (Inglés) 10:00 Paseo de compras al SAWGRASS MILLS	7/8
9 10:00 M/H JoyDanz GRATIS 11:45-1:45 BINGO 9:00-12:30 S/A SHINE Open Enrollment	10 10:00 S/A Ageless Grace GRATIS NO BINGO HOY 12:30 6 ^a Concurso Anual de ORTOGRAFÍA EN ESPAÑOL	11 10:00 M/H Clases de Salsa GRATIS 10:00 Rincón del Perrito <i>patrocinado por Petland</i> 12:00 Celebración de Cumpleaños <i>Patrocinado por Chen Senior Medical</i> 12:30 Música y Baile con Winston	12 11:45-1:45 BINGO GRANDE	13 11:00 CHOW TIME Almuerzo Viaje	14/15 Exhibición de Antigüedades y Objetos de Colección Sabado 9:00am a 4:00pm Domingo 10:00am a 4:00pm
16 10:00 M/H JoyDanz GRATIS 11:45-1:45 BINGO 9:00-12:30 S/A SHINE Open Enrollment	17 10:00 S/A Ageless Grace GRATIS 11:45-1:45 BINGO 6:00 Noche de Bingo 7:00-9:00pm Taller de Arreglos de Flores	18 10:00 M/H Clases de Salsa GRATIS 12:30 Música y Baile con Winston 12:30 "Sound of Music" Paseo al Teatro	19 10:00 M/H Poesía en French 11:45-1:45 BINGO 6:30pm-9:00pm CRAFT SHOW por la Southern Handcraft	20 9:30am "CARRIE B. CRUISE" Paseo en barco por el puerto \$25.00 por persona EFECTIVO SOLAMENTE 9:00am-9:00pm CRAFT SHOW por la Southern Handcraft	21/22 Saturday 9:00am-3:00pm CRAFT SHOW por la Southern Handcraft
23 10:00 M/H JoyDanz GRATIS 11:45-1:45 BINGO 9:00-12:30 S/A SHINE Open Enrollment	24 10:00 S/A Ageless Grace GRATIS 11:45-1:45 BINGO	25 10:00 M/H Clases de Salsa GRATIS 12:00 M/H Entretenimiento con "DJ Mack" <i>Patrocinado por el Consejo Consultivo Local</i> 2:00-4:00 Fiesta de Te de Halloween	26 10:00 S/A Conferencista: AARP Dulce De Villa 10:00 M/H Poesía en Español 11:45-1:45 M/H BINGO	27 HALLOWEEN CENA BAILE con DJ Mack \$10.00 por persona Cena Buffet a las 5:30pm (se requiere reservación) <i>Patrocinado por Caremax Medical Center</i> 12:00-1:30pm M/H Karaoke con Hury	28/29
30 10:00 M/H JoyDanz GRATIS 11:45-1:45 M/H BINGO 9:00-12:30 S/A SHINE Open Enrollment	31 10:00 Rm 212 Conferencista (Creole) 10:00 S/A Ageless Grace GRATIS NO BINGO 12:00 Fiesta de Halloween con DJ Tom Caminiti y Concurso de disfraces con premios gratis	 FERIA DE SALUD Y EDUCACIÓN Miércoles, Noviembre 1, 2017 – 9:00am a 1:00pm ¡GRATIS y abierta al público, exámenes de salud, demostraciones de clases de ejercicios, entretenimiento, 50 exhibidores, obsequios y mucho más!			S.H.I.N.E Información sobre toda necesidad de seguro de salud. Martes, Miércoles y Viernes 9:00am a 11:30am Rm 198

Este proyecto esta patrocinado bajo un acuerdo con el Florida Department of Elder Affairs y el Aging and Disability Resource Center del Condado de Broward, a traves de fondos provistos por la Older Americans Act de 1965 anmendada. Se otorgan fondos equivalentes localmente a traves de la Ciudad de Pembroke Pines. MEMBRESIA GRATIS.