



**City of Los Angeles
Department of Recreation & Parks
Metro Region-North District**



El Sereno Senior Citizen Center



**4818 KLAMATH PL. L. A., CA. 90032
Phone: (323) 222-2040
Website: www.laparks.org**

"The classes and programs in this brochure may be subject to change or cancellation"
"Las clases y programas en este folleto pueden ser sujetos á cambio o cancelación"

General Information / Información General

CENTER HOURS / HORARIO DEL CENTRO

Monday thru Friday / Lunes a Viernes
9:00a.m. - 4:00 p.m.

Saturday and Sunday / Sabado y Domingo
CLOSED / CERRADO

*Facility closed on All City Holidays /

El Centro estara cerrado en dias festivos de la Ciudad:

Creating Community through People, Parks and Programs!

Class Information / **Información de Clases**

Registration begins / Matriculación empieza
6/10/2024

Classes begin / Clases comienzan:
7/8/2024

Annual Registration / **Matriculación Anual**

Registration Cost / Costo de Matriculación: \$5.00

Payment Information / **Información sobre pagos**

Cash, credit card, check, and money order payments are accepted. Cash payments must be made in exact amount only. Please make check / money order payable to:

City of L. A. Department of Rec. and Parks

A collection fee will be charged for each returned check.

Pagos con dinero en efectivo, tarjeta de credito, cheques, y giros son aceptados. Pagos en efectivo deben ser en la cantidad exacta. Pagos con cheques deben ser hechos a:

"City of Los Angeles Dept. of Rec and Parks"

Se cobrara una cuota por cheques sin fondos



"Persons with disabilities are welcome to participate in our programs. Reasonable accommodations will be made with prior arrangement."

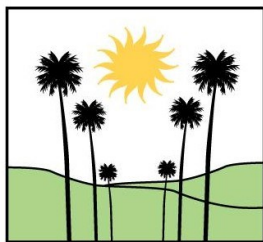
"Personas con discapacidades son bienvenidas a participar en nuestros programas. Se harán acomodaciones razonables con aviso previo."



Refund Policy / **Poliza de reembolso**

"Full refunds are only issued when the senior center cancels the activity. A 15% cancellation fee is assessed for all other refunds. Changes or transfers per class registration may be assessed additional fees after the first day of a session, "Reembolos completos seran hechos solamente cuando el Centro cancela la clase. Un cobro de 15% de costos administrativos para todo reembolso.

Tarifas adicionales pueden ser cobradas por cambios o transferencias por cada inscripción de clase después del primer día de una sesión.



LA-32

Neighborhood Council

LA 32 Neighborhood Council **Consular del Vecindario LA32**

Meetings held first Wednesday of the month
6:00PM-8:00PM

Juntas cada primer Miércoles del mes

General Information / Información General

EL SERENO SENIOR CENTER ADVISORY BOARD

The El Sereno Senior Citizen Center Advisory Board is a collective group of volunteers dedicated to making our center a better place. The Board is always looking for new members. If interested and would like more information, please contact the Director at: (323) 222-2040

COMITE CONSEJERO DE EL SERENO SENIOR CITIZEN CENTER

El Comité Consejero es un grupo colectivo de voluntarios dedicados a mantener nuestro centro un lugar mejor. El comité siempre está buscando nuevos miembros. Si está interesado y desea más información, favor de comunicarse con el Director al: (323) 222-2040.

CURRENT BOARD / COMITE ACTUAL

Jesus Ruiz- President, Guadalupe Estrada- Vice President, Kathleen Solano- Secretary, Patricia Salazar- member and Maria Ortega-member

REFERENCE PHONE NUMBERS / NUMEROS DE TELEFONO DE REFEREN- CIA

14th Council District, Councilman Kevin de León
Consulado Distrito 14, Consular Kevin de León.....
(323) 254-5295
Department of Aging / Departamento de Envejecimiento.....311 or (800)510-2020

CITY OF LOS ANGELES Mayor -Karen Bass Councilmember Kevin de Leon 14th District Department of Recreation and Parks Board of Recreation and Park Commissioners

Renata Simril- President
Luis Sanchez- Vice President
Members: Fiona Hutton, Marie Lloyd and Benny Tran

Recreation and Parks Administration

Jimmy Kim-General Manager
Matthew Rudnick-Executive Officer & Chief of Staff

Belinda Jackson - Assistant General Manager, Recreation Services Branch
Cathie Santo-Domingo- Assistant General Manager- Planning, Construction & Maintenance Branch

Brenda Aguirre-

Assistant General Manager,
Special Operations Branch

Metro Region Administration

Anita Meacham- Superintendent
Kimberly Simonet - Principal Recreation Supervisor II
Sharon Nishihara-Recreation Supervisor - North District

El Sereno Senior Citizen Center Staff

Jose Luis Gonzalez -Facility Director
Rec Assistants

Alex Sandoval, Rafa Frayre,
Griselda Ramirez and Maruca Medina

SOCIAL HOUR / HORA SOCIAL THURSDAY / JUEVES 12:00PM-1:00PM

*Feel like talking about social events, the community or anything in particular? Drop by and hang out.
Desea hablar de eventos sociales, la comunidad o cualquier otra cosa en particular? Venga y pase un rato.*

General Information / Información General

WEEKLY SCHEDULE AT A GLANCE / HORARIO SEMANAL EN UNA VISTA

MONDAY / LUNES

9:30 a.m. – 10:30 a.m.	Chair Exercise/Ejercicio en Silla
11:00 a.m.12:0p.m.	Arthritis Exercise/ Ejercicio para Artritis
11:00 a.m. – 12:00 p.m.	Lunch / Almuerzo
10:30 a.m.1:0p.m.	Music Jamboree / Musica Francachela
12:00 p.m. – 1:00 p.m.	Meditation Class / Clase de Meditación
1:00 p.m.2:0p.m.	Pickleball
10:00 a.m. – 12:00 p.m.	Pool / Billar
12:00 p.m. – 2:00p.m.	Chess / Ajedrez

TUESDAY / MARTES

9:30 a.m. – 10:30 a.m.	Chair Yoga / Yoga en Silla
10:00 a.m. – 12:00 p.m.	Pool / Billar
11:00 a.m. – 12:00p.m.	Bingo
11:00 a.m. – 12:00 p.m.	Lunch / Almuerzo
12:00 p.m. – 2:00 pm.	Water Color Painting / Pintar con Colores de Agua

WEDNESDAY / MIERCOLES

9:30 a.m. – 10:30 a.m.	Chair Exercise / Ejercicio en Silla
10:30 a.m.1:0p.m.	Music Jamboree/ Musica Francachela
10:00 a.m. – 12:00 p.m.	Pool / Billar
11:00 a.m. – 12:00 p.m.	Lunch / Almuerzo
11:00 a.m.12:00 p.m.	Arthritis Exercise / Ejercicio para Artritis
1:00 p.m. – 2:00 p.m.	Zumba Gold

THURSDAY / JUEVES

9:30 a.m. – 10:30 a.m.	Chair Yoga / Yoga en Silla
10:00 a.m. – 12:00 p.m.	Pool / Billar
11:00 a.m. – 12:00p.m.	Bingo
11:00 a.m. – 12:00 p.m.	Lunch / Almuerzo
12:00 p.m. – 1:00p.m.	Social Hour / Hora Social
12:00 p.m. – 2:00 p.m.	Knitting /Tejido

FRIDAY / VIERNES

9:30 a.m. – 10:30 a.m.	Chair Exercise/Ejercicio en Silla
11:00 a.m. – 12:00 p.m.	Smartphone Class / Clase de Smarphone
11:00 a.m. – 12:00 p.m.	Lunch / Almuerzo
10:00 a.m. – 12:00 p.m.	Pool / Billar
11:30 a.m. – 12:30 p.m.	Game / Juego: Dicho al Hecho
1:00 p.m.2:0p.m.	Pickleball

Fitness Classes / Clases de Forma Fisica

CHAIR EXERCISE / **EJERCICIO EN SILLA**

\$15 -10 weeks/semanas

Or \$1.00 each time you attend / Ó \$1.00 cada vez que venga

MONDAY, WEDNESDAY & FRIDAY
JULY 8 - SEPTEMBER 13

9:30AM-10:30AM

LUNES, MIERCOLES, Y VIERNES
8 de JULIO a 13 de SEPTIEMBRE



Safe, effective, low impact workout good for all fitness levels.
Sesión de bajo impacto, seguro y efectivo para todo nivel de forma física

CHAIR YOGA / **YOGA EN SILLA**

\$10 -10 weeks/semanas

Or \$1.00 each time you attend / Ó \$1.00 cada vez que venga



TUESDAY & THURSDAY
JULY 9 - SEPTEMBER 12

9:30AM-10:30AM

MARTES, Y JUEVES
9 de JULIO a 12 de SEPTIEMBRE

Beginning Yoga—Increase flexibility, reduce tension in neck, shoulders and back.

Yoga para Principiante—Aumente flexibilidad, reduja tension en el cuello, hombros y espalda.

Fitness Classes / Clases de Forma Fisica

ZUMBA GOLD **FREE / GRATIS** **10 weeks/semanas**



WEDNESDAYS
JULY 10- SEPTEMBER 11

1:00PM-2:00PM

MIERCOLES
10 de JULIO a
11 de SEPTIEMBRE

*Burn calories, improve heart health
and reduce stress.*
*Queme calorías, mejore salud del
corazón, y reduzca stress.*

ARTHRITIS EXERCISE / **EJERCICIO para ARTRITIS** **\$10 -10 weeks/semanas**

Or \$1.00 each time you attend / Ó \$1.00 cada vez que venga

MONDAY & WEDNESDAY
JULY 8 - SEPTEMBER 11

11:00 AM-12:00 PM

LUNES Y MIERCOLES
8 de JULIO a 11 de SEPTIEMBRE



Fitness Classes / Clases de Forma Fisica

MEDITATION CLASS / CLASE de MEDITACIÓN

**MONDAYS / LUNES
JULY 8 - SEPTEMBER 30 /
8 de JULIO a 30 de SEPTIEMBRE**

12:00PM-1:00PM

**ENJOY AN EMPOWERING AND
RELAXING TIME
DISFRUTE UN TIEMPO DE
EMPODERAMIENTO Y RELAJACIÓN**



PICKLE BALL



**MONDAY & FRIDAY
JULY 8 - SEPTEMBER 30**

1:00PM-2:00PM

**LUNES Y VIERNES
8 de JULIO a
30 de SEPTIEMBRE**

Come join and experience one of the fastest-growing sports in the country! If you have played tennis, squash, badminton, or table tennis, you are sure to enjoy this exciting game.

Playing equipment will be provided

Venga y aprenda uno de los deportes con un crecimiento más rápido en el país! Si ha jugado tennis, squash, badminton, o tennis de mesa, disfrutará este emocionante juego.

Se proporcionará equipo de juego

Fitness Classes / Clases de Forma Fisica

SMARTPHONE CLASS / **CLASE DE SMARTPHONE** **FREE—TWICE A MONTH /** **DOS VECES AL MES**



WEDNESDAYS

JULY 10– SEPTEMBER 11

12:00PM-1:00PM

MIERCOES

10 de JULIO a 11 de SEPTIEMBRE

Come and learn how to use our phone / Venga y aprenda a usar su telefono

**Text messages / Textear Mensajes, Apps / Aplicaciones, Listen to Music / Oir Musica, Take Pictures / Tome Fotos, Create an Email Account / Crear una Cuenta de Correo Electronico*

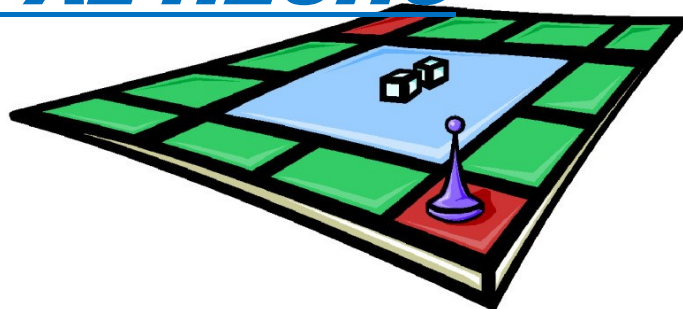
DICHO AL HECHO

TUESDAY and FRIDAYS
JULY 9—SEPTEMBER

11:30AM-12:30PM

VIERNES

5 de ABRIL a 7 de JUNIO



Come join us and play an entertaining bilingual (English/Spanish) board game called: "Dicho al Hecho". Join in on the fun while delightfully engaging in learning to play this new game.

Venga a jugar un divertido y bilingual (inglés/español) juego de mesa llamado: "Dicho al Hecho". Únase a la diversión mientras aprende a jugar este nuevo juego

Center Activities / Actividades en el Centro



\$0.25 per card / por tarjeta (6 max)
TUESDAY/MARTES & THURSDAY/JUEVES
11:00AM-12:00PM

WATER COLOR PAINTING
PINTAR con CLORES de AGUA

\$10 -10 weeks/semanas
Or \$1.00 each time you attend / cada vez que venga

TUESDAY
JULY 9 - SEPTEMBER 10
12:00PM-2:00PM

MARTES
9 de JULIO a 10 de SEPTIEMBRE

*Let your artistic side come out and have some fun. /
Deje que su lado artístico salga y diviértase.*



LUNCH / ALMUERZO



MEXICAN AMERICAN OPPORTUNITY FOUNDATION LUNCH PROGRAM
Hot meals for lunch provided Monday-Friday between
11AM-12PM. Donation \$2.00

PROGRAMA DE ALMUERZO POR LA FUNDACIÓN DE
OPORTUNIDAD DE MEXICANO AMERICANOS
Se ofrecen comidas calientes para almuerzo Lunes a
Viernes 11:00AM-12:00PM. Donacion \$2.00

Center Activities / Actividades en el Centro

CHESS



CHESS / AJEDREZ

MONDAY / LUNES

12:00PM -2:00PM

Learn to play Chess, or improve your knowledge. Advanced players are welcome to participate.

Aprenda a jugar ajedrez, o mejore su conocimiento. Jugadores avanzados son bienvenidos a participar

MUSIC PRACTICE / JAMBOREE

PRACTICA DE MUSICA / FRANCAHEL

MONDAY and WEDNESDAY / LUNES Y MIERCOLES

10:30AM-1:00PM



If you like to sing, play an instrument or just want to hear music. Come and participate. Its open to everyone.

Si le gusta cantar, tocar un instrumento, o solo oir musica. Venga y participe. Es abierto para todos.

KNITTING / TEJIDO

THURSDAYS / JUEVES

12:00PM-2:00PM

If you like to knit, come and Participate, it is open to everyone. Si le gusta tejer, venga y participe, es abierto para todos.



Special Events / Eventos Especiales

4th of July Celebration / Celebración del 4to de Julio

Wednesday/Miercoles
July 3 / 3 de Julio
10:00am-2:00pm

Come have a
fun time! / ¡Venga a
pasar un rato
agradable !

- FREE / GRATIS
- Age: 50 & older /
Edad: 50 y mayor
- Food / Comida
- Music / Musica
- Dance / Baile
- Raffle / Rifa

Please Sign-up Before
June 28
Space is Limited
Por Favor Apuntese
Antes del 28 de Junio
Espacio es Limitado

Special Events / Eventos Especiales



Mexican Independence Celebration / Celebración de la Independencia de México

Come have a
fun time! / ¡Venga a
pasar un rato
agradable !

- FREE / GRATIS
- Age: 50 & older /
Edad: 50 y mayor
- Music / Musica
- Dance / Baile
- Raffle / Rifa
- Food / Comida

Thursday / Jueves
September 12 / 12 de Septiembre
10:00am-2:00pm

Door opens at / Puerta
se abre a las - 9:45am

Please Sign-up Before
September 6
Space is Limited
Por Favor Apuntese
Antes del 6 de Septiembre
Espacio es Limitado

Facility Rental / Rentar la Facilidad

For information about available space and for obtaining a permit you can call: 323-222-2040 or come in to the main office. An **APPLICATION FOR USE OF FACILITIES** must be filled out, and fees paid, a minimum of one month prior to desired date of event.

Para obtener información sobre espacio disponible y para obtener un permiso pueden llamar al 323-222-2040 o entrar a la oficina principal. Una **SOLICITUD DE USO DE LAS INSTALACIONES** debe ser completada, y hacer el pago, un mínimo de un mes con anticipo de la fecha del evento.

ROOM FEE / CUOTA DEL CUARTO:

50 person/as max: \$20.00 per hour / por hora
100 person/as max \$30.00 per hour / por hora
100+ person/as: \$40.00 per hour / por hora

KITCHEN RENTAL / RENTAR LA COCINA: \$75.00

REFRESHMENT FEE / CUOTA DE REFRIGERIO: \$25.00

STAFF FEE /PERSONAL: \$30.00 per hour / por hora

***TABLES/MESAS:**

\$75.00 (9 or less/ 9 o menos),
\$100.00 (10 or more / 10 o mas)

CHAIRS/ SILLAS:

\$50.00 (Less than 100/ menos de 100),
\$100.00 (100 or more 100 o mas)

**CLEAN UP/BREAKAGE REFUNDABLE DEPOSIT / DEPOSITO
REEMBOLSABLE DE LIMPIAR O DAÑOS: \$100.00**

IN ADDITION: Permittee is required to have a \$1 million Event General Liability Insurance, with the City of L.A. as additionally Insured. / *EN ADICION: Se requiere que el permisionario tenga un Seguro de Responsabilidad Civil General de \$1 millón con la Ciudad de L.A. como asegurado adicional

**THE SALE, SERVING AND CONSUMPTION OF ALCOHOLIC
BEVERAGES IS NOT PERMITTED
NO SE PERMITE VENDER, SERVIR O CONSUMIR BEBIDAS
ALCOHÓLICAS**