



Elders Living Well Program Menu

Information and Referral:

Service coordinators are available by appointment and during office hours to provide linkage to resources in our community.

Exercise classes: A variety of opportunities to improve strength, flexibility, and to help relieve stress.

See the calendar for days and times.

Health Screenings: Monthly health education provided by a registered nurse along with blood pressure, glucose, and cholesterol checks. See the calendar for days and times she is at your property.

Medication Screenings:

Check for potential hazardous interactions with the medications and supplements you are taking. Schedule a full, personalized review with the service coordinator.

Volunteer Opportunities:

Tailored for you! Contact Linda Lyon for more information at: 483-3569

Volunteer-led activities: These vary, but have included reminiscence groups, arts & crafts, and music.

Let Linda know what interests you.



Elders Living Well Program Menu

Information and Referral:

Service coordinators are available by appointment and during office hours to provide linkage to resources in our community.

Exercise classes: A variety of opportunities to improve strength, flexibility, and to help relieve stress.

See the calendar for days and times.

Health Screenings: Monthly health education provided by a registered nurse along with blood pressure, glucose, and cholesterol checks. See the calendar for days and times she is at your property.

Medication Screenings:

Check for potential hazardous interactions with the medications and supplements you are taking. Schedule a full, personalized review with the service coordinator.

Volunteer Opportunities:

Tailored for you! Contact Linda Lyon for more information at: 483-3569

Volunteer-led activities: These vary, but have included reminiscence groups, arts & crafts, and music.

Let Linda know what interests you.



Elders Living Well Program Menu

Information and Referral:

Service coordinators are available by appointment and during office hours to provide linkage to resources in our community.

Exercise classes: A variety of opportunities to improve strength, flexibility, and to help relieve stress.

See the calendar for days and times.

Health Screenings: Monthly health education provided by a registered nurse along with blood pressure, glucose, and cholesterol checks. See the calendar for days and times she is at your property.

Medication Screenings:

Check for potential hazardous interactions with the medications and supplements you are taking. Schedule a full, personalized review with the service coordinator.

Volunteer Opportunities:

Tailored for you! Contact Linda Lyon for more information at: 483-3569

Volunteer-led activities: These vary, but have included reminiscence groups, arts & crafts, and music.

Let Linda know what interests you.

Coffee Chat: Monthly opportunity to learn about new activities and socialize with other residents and your service coordinator. See calendar.

Nutrition Classes: Learn about how nutrition affects your health and well-being. See calendar.

Cooking Classes: Put your nutrition knowledge to the test by learning how to make wholesome, easy, and affordable meals. See calendar.

New Connections Brain Health Class: Activity program focused on mind fitness. Check the calendar to see when it will be offered at your property

Matter of Balance: Learn how to avoid falls in a fun, interactive class. Let your service coordinator know if you are interested.

Chronic Disease Self Management: Take control of your chronic health conditions in 6 fun, interactive classes. Sign up with the service coordinator.

Diabetes Self Management: Take control of your diabetes in 6 fun, interactive classes. Sign up with the service coordinator.

SeniorWise: Memory improvement program to promote successful aging. Sign up with the service coordinator.



Coffee Chat: Monthly opportunity to learn about new activities and socialize with other residents and your service coordinator. See calendar.

Nutrition Classes: Learn about how nutrition affects your health and well-being. See calendar.

Cooking Classes: Put your nutrition knowledge to the test by learning how to make wholesome, easy, and affordable meals. See calendar.

New Connections Brain Health Class: Activity program focused on mind fitness. Check the calendar to see when it will be offered at your property

Matter of Balance: Learn how to avoid falls in a fun, interactive class. Let your service coordinator know if you are interested.

Chronic Disease Self Management: Take control of your chronic health conditions in 6 fun, interactive classes. Sign up with the service coordinator.

Diabetes Self Management: Take control of your diabetes in 6 fun, interactive classes. Sign up with the service coordinator.

SeniorWise: Memory improvement program to promote successful aging. Sign up with the service coordinator.



Coffee Chat: Monthly opportunity to learn about new activities and socialize with other residents and your service coordinator. See calendar.

Nutrition Classes: Learn about how nutrition affects your health and well-being. See calendar.

Cooking Classes: Put your nutrition knowledge to the test by learning how to make wholesome, easy, and affordable meals. See calendar.

New Connections Brain Health Class: Activity program focused on mind fitness. Check the calendar to see when it will be offered at your property

Matter of Balance: Learn how to avoid falls in a fun, interactive class. Let your service coordinator know if you are interested.

Chronic Disease Self Management: Take control of your chronic health conditions in 6 fun, interactive classes. Sign up with the service coordinator.

Diabetes Self Management: Take control of your diabetes in 6 fun, interactive classes. Sign up with the service coordinator.

SeniorWise: Memory improvement program to promote successful aging. Sign up with the service coordinator.





Los Programas de Elders Living Well

Información y referencia: Las coordinadoras de servicio están disponibles durante las horas de oficina y por cita para dar a los residentes recursos de la comunidad.

Clases del Ejercicio: Una variedad de oportunidades para mejorar la fuerza, flexibilidad, y para ayudar a aliviar el estrés. Consulte el calendario de días y horas.

Exámenes de Salud: Educación para la salud mensual proporcionada por una enfermera registrada, junto con la presión arterial, la glucosa, el colesterol y los controles. Consulte el calendario de días y horas que está en su propiedad.

Exámenes de medicinas: Compruebe que las potenciales interacciones peligrosas con los medicamentos y suplementos que esté tomando. Programe una revisión completa y personalizada con el SC.

Oportunidades para voluntarios: Llama a Linda Lyon para mas información: 483-3569

Actividades para voluntarios: Estos varían, pero han incluido grupos de reminiscencia, artes y artesanías, y música.



Los Programas de Elders Living Well

Información y referencia: Las coordinadoras de servicio están disponibles durante las horas de oficina y por cita para dar a los residentes recursos de la comunidad.

Clases del Ejercicio: Una variedad de oportunidades para mejorar la fuerza, flexibilidad, y para ayudar a aliviar el estrés. Consulte el calendario de días y horas.

Exámenes de Salud: Educación para la salud mensual proporcionada por una enfermera registrada, junto con la presión arterial, la glucosa, el colesterol y los controles. Consulte el calendario de días y horas que está en su propiedad.

Exámenes de medicinas: Compruebe que las potenciales interacciones peligrosas con los medicamentos y suplementos que esté tomando. Programe una revisión completa y personalizada con el SC.

Oportunidades para voluntarios: Llama a Linda Lyon para mas información: 483-3569

Actividades para voluntarios: Estos varían, pero han incluido grupos de reminiscencia, artes y artesanías, y música.



Los Programas de Elders Living Well

Información y referencia: Las coordinadoras de servicio están disponibles durante las horas de oficina y por cita para dar a los residentes recursos de la comunidad.

Clases del Ejercicio: Una variedad de oportunidades para mejorar la fuerza, flexibilidad, y para ayudar a aliviar el estrés. Consulte el calendario de días y horas.

Exámenes de Salud: Educación para la salud mensual proporcionada por una enfermera registrada, junto con la presión arterial, la glucosa, el colesterol y los controles. Consulte el calendario de días y horas que está en su propiedad.

Exámenes de medicinas: Compruebe que las potenciales interacciones peligrosas con los medicamentos y suplementos que esté tomando. Programe una revisión completa y personalizada con el SC.

Oportunidades para voluntarios: Llama a Linda Lyon para mas información: 483-3569

Actividades para voluntarios: Estos varían, pero han incluido grupos de reminiscencia, artes y artesanías, y música.

Café: Mensual oportunidad para aprender sobre nuevas actividades y socializar con otros residentes y la coordinadora de servicios.

Clases de nutrición: Obtenga información acerca de cómo la nutrición afecta su salud y bienestar.

Clases de cocina: Poner sus conocimientos de nutrición a prueba por aprender cómo hacer sano, fácil y asequible comidas.

Nuevas conexiones cerebrales salud clase: Programa de actividades de se centró en el gimnasio de mente. Consulte el calendario para ver cuando se ofrecerá en su propiedad

Cuestión de equilibrio: Aprender cómo evitar cae en una clase divertida e interactiva. Infórmele a su coordinador de servicios si estás interesado.

El manejo de Enfermedades crónicas: Condiciones de salud de toma el control de su crónica en 6 clases divertidas, interactivas. Inscribirse en el servicio Coordinador.

El manejo de Diabetes: Toma el control de su diabetes en 6 clases divertidas, interactivas. Inscribirse en el servicio Coordinador.

SeniorWise: Mejora de memoria de programa para promover el envejecimiento exitoso.



Café: Mensual oportunidad para aprender sobre nuevas actividades y socializar con otros residentes y la coordinadora de servicios.

Clases de nutrición: Obtenga información acerca de cómo la nutrición afecta su salud y bienestar.

Clases de cocina: Poner sus conocimientos de nutrición a prueba por aprender cómo hacer sano, fácil y asequible comidas.

Nuevas conexiones cerebrales salud clase: Programa de actividades de se centró en el gimnasio de mente. Consulte el calendario para ver cuando se ofrecerá en su propiedad

Cuestión de equilibrio: Aprender cómo evitar cae en una clase divertida e interactiva. Infórmele a su coordinador de servicios si estás interesado.

El manejo de Enfermedades crónicas: Condiciones de salud de toma el control de su crónica en 6 clases divertidas, interactivas. Inscribirse en el servicio Coordinador.

El manejo de Diabetes: Toma el control de su diabetes en 6 clases divertidas, interactivas. Inscribirse en el servicio Coordinador.

SeniorWise: Mejora de memoria de programa para promover el envejecimiento exitoso.



Café: Mensual oportunidad para aprender sobre nuevas actividades y socializar con otros residentes y la coordinadora de servicios.

Clases de nutrición: Obtenga información acerca de cómo la nutrición afecta su salud y bienestar.

Clases de cocina: Poner sus conocimientos de nutrición a prueba por aprender cómo hacer sano, fácil y asequible comidas.

Nuevas conexiones cerebrales salud clase: Programa de actividades de se centró en el gimnasio de mente. Consulte el calendario para ver cuando se ofrecerá en su propiedad

Cuestión de equilibrio: Aprender cómo evitar cae en una clase divertida e interactiva. Infórmele a su coordinador de servicios si estás interesado.

El manejo de Enfermedades crónicas: Condiciones de salud de toma el control de su crónica en 6 clases divertidas, interactivas. Inscribirse en el servicio Coordinador.

El manejo de Diabetes: Toma el control de su diabetes en 6 clases divertidas, interactivas. Inscribirse en el servicio Coordinador.

SeniorWise: Mejora de memoria de programa para promover el envejecimiento exitoso.

