

City of Los Angeles  
Department of Recreation & Parks  
**Mid-Valley Senior Citizen Center**  
8801 Kester Ave. Panorama City, Ca, 91402  
818-892-0892

# Noviembre 2025



Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

3 **Hora social y café**  
9:00 AM - 10:30 AM  
**Tai Chi**  
10:30 AM - 11:30 AM  
**Lotería**  
12:00 PM - 3:30 PM

4 **Hora social y café**  
9:00 AM - 10:30 AM  
**Ballet Folklórico Cardio**  
10:30 AM - 11:30 AM  
**Lotería**  
12:00 PM - 3:30 P M

5 **Hora social y café**  
9:00 AM - 10:30 AM  
**Ejercicio en silla de bajo impacto**  
10:30 AM - 11:30 AM  
**Lotería**  
12:00 PM - 3:30 PM

6 **Hora social y café**  
9:00 AM - 10:30 AM  
**Lotería**  
10:30 AM - 11:30 AM  
12:00 PM - 3:30 PM

7 **Hora social y café**  
9:00 AM - 10:30 AM  
**Clase de cocina**  
10:30 AM - 11:30 AM  
**Lotería**  
12:00 PM - 3:30 PM

10 **Hora social y café**  
9:00 AM - 10:30 AM  
**Tai Chi**  
10:30 AM - 11:30 AM  
**Lotería**  
12:00 PM - 3:30 PM

11 **Día de los Veteranos  
CERRADO**

12 **Hora social y café**  
9:00 AM - 10:30 AM  
**Ejercicio en silla de bajo impacto**  
10:30 AM - 11:30 AM  
**Lotería**  
12:00 PM - 3:30 PM

13 **Hora social y café**  
9:00 AM - 10:30 AM  
**Lotería**  
10:30 AM - 11:30 AM  
12:00 PM - 3:30 PM

14 **Hora social y café**  
9:00 AM - 10:30 AM  
**Clase de cocina**  
10:30 AM - 11:30 AM  
**Lotería**  
12:00 PM - 3:30 PM

17 **Hora social y café**  
9:00 AM - 10:30 AM  
**Tai Chi**  
10:30 AM - 11:30 AM  
**Lotería**  
12:00 PM - 3:30 PM

18 **Hora social y café**  
9:00 AM - 10:30 AM  
**Ballet Folklórico Cardio**  
10:30 AM - 11:30 AM  
**Lotería**  
12:00 PM - 3:30 PM

19 **Hora social y café**  
9:00 AM - 10:30 AM  
**Ejercicio en silla de bajo impacto**  
10:30 AM - 11:30 AM  
**Lotería**  
12:00 PM - 3:30 PM

20 **Hora social y café**  
9:00 AM - 10:30 AM  
**Celebración de cumpleaños**  
11:30 AM - 1:00 PM  
**Aurora: Información para personas mayores**  
11:30 AM - 12:00 PM  
**Lotería**  
10:30 AM - 11:30 AM  
1:00 AM - 3:30 PM

21 **Hora social y café**  
9:00 AM - 10:30 AM  
**Clase de cocina**  
10:30 AM - 11:30 AM  
**Lotería**  
12:00 PM - 3:30 PM

24 **Hora social y café**  
9:00 AM - 10:30 AM  
**Tai Chi**  
10:30 AM - 11:30 AM  
**Lotería**  
12:00 PM - 3:30 PM

25 **Hora social y café**  
9:00 AM - 10:30 AM  
**Ballet Folklórico Cardio**  
10:30 AM - 11:30 AM  
**Fiesta de Acción de Gracias**  
11:30 AM - 1:00 PM  
**Lotería**  
1:00 PM - 3:30 PM

26 **Hora social y café**  
9:00 AM - 10:30 AM  
**Ejercicio en silla de bajo impacto**  
10:30 AM - 11:30 AM  
**Lotería**  
12:00 PM - 3:30 PM

27 **Día de Acción  
de Gracias  
CERRADO**

28 **CERRADO**

**El programa de comidas de Vic se  
sirve de lunes a viernes**

Por orden de llegada  
11:30 AM - 12:00 PM

TODOS LOS PROGRAMAS ESTÁN SUJETOS A CAMBIOS O CANCELACIONES SIN PREVIO AVISO. LAS PERSONAS CON DISCAPACIDADES SON BIENVENIDAS A PARTICIPAR EN NUESTROS PROGRAMAS. SE REALIZARÁN ADAPTACIONES RAZONABLES CON ARREGLOS PREVIOS. TENGA EN CUENTA QUE ALGUNAS ADAPTACIONES PUEDEN TARDAR 30 DÍAS O MÁS. ENVÍE SU SOLICITUD DE ALOJAMIENTO LO ANTES POSIBLE.

**CELEBRACIÓN DE  
CUMPLEAÑOS!**  
El Jueves 11/20/2025  
y fiesta de Acción  
de Gracias  
11/25/2025

**HAPPY  
BIRTHDAY**

11/13 Cynthia Paz  
11/16 Ramona Lujano  
11/19 Lydia Arca  
11/26 Majorie Fortuna

Te deseo un Día de  
Acción de Gracias  
lleno de amor, risas  
y recuerdos  
preciados

