



Waukegan Township Anuncios de Park Place



Celebre en Park Place con galletas y ponche de cortesía

Celebre el Dia de San Patricio **Viernes 16 de Marzo en Park Place - 9:00am a 4:00pm**, Únase a nosotros para un ponche y galletas de cortesía en la celebración del Día de San Patricio.

San Patricio, es una celebración cultural y religiosa que se celebra el 17 de Marzo, la fecha de muerte tradicional de San Patricio (c. AD 385–461). El patrón más importante de Irlanda. ¡Celebremos juntos el Día de San Patricio!

Park Place celebrara El Dia de la Tierra el Viernes 27 de Abril - 9:00am a 4:00pm. Únase a nosotros para un ponche y galletas de cortesía en la celebración del Dia de la Tierra. El Dia de La Tierra es un día para demostrar y promover la conciencia ambiental y exige la protección de nuestro planeta. Sabías que se celebra en más de 193 países cada año? No dudes en pasar por Park Place y unirte a la celebración!



Park Place es un citio Official de votacion.

26 de Febrero 2019 - Consolidado
Elección primaria

2 de Abril 2019, Elección primaria.
Las Casillas estaran abiertas de 6am a 7pm.

Marzo Y Abril, 2019

Si vamos a actuar como individuos felices y productivos, debemos tomarnos muy en serio nuestro Salud y Bienestar. Esto significa no solo cuidar nuestro bienestar físico, sino también cuidar nuestra estabilidad financiera y mental. Mantenerse al día con la información fiscal más reciente lo ayudará a aliviar el estrés y lo ayudará a comprender mejor cómo funciona su plan de jubilación. **Vea los últimos consejos sobre impuestos para personas mayores en la página 6 y los próximos talleres de salud y bienestar en la página 4.**

Comprender los Factores de Riesgo en la Enfermedad Mental

Uno de los problemas actuales con el diagnóstico y el tratamiento de las enfermedades mentales en las personas mayores es que los adultos mayores tienen más probabilidades de reportar síntomas físicos que quejas psiquiátricas.

Sin embargo, el estrés emocional y físico normal que acompaña al envejecimiento puede ser un factor de riesgo para enfermedades mentales, como la ansiedad y la depresión.

La Fundación geriátrica de salud mental enumera una serie de enfermedades mentales en personas mayores:

Abuso de alcohol o sustancias

Cambio de ambiente, como mudarse a la vida asistida.

Demencia (por ejemplo, enfermedad de Alzheimer)

Enfermedad o pérdida de un ser querido.

Enfermedad a largo plazo (por ejemplo, cáncer o enfermedad cardíaca)

Interacciones de medicamentosas

Discapacidad física

Enfermedades físicas que afectan la emoción, la memoria y el pensamiento.

Mala alimentación o malnutrición.

Si nota cambios en su estado mental, comuníquese con su médico o con el Departamento de Salud del Condado de Lake. Su personal brinda tratamiento, capacitación y servicios de apoyo a personas con problemas relacionados con enfermedades emocionales y mentales, o adicción a las drogas y el alcohol.

Park Place ofrece una variedad de Grupos de mejoría para ayudar a conectarse con personas que enfrentan desafíos similares y que tengan un propósito común para entenderse entre sí.

Park Place Memory Café se reune cada Segundo Miércoles de 1:30 pm - 3:00 pm. Comparta sus historias y socialize con personas que tienen preocupaciones sobre la memoria de un ser querido. Durante un tiempo de pérdida, recuerda que no estás solo. Para una lista de fechas y horarios del Grupo, consulte la página 5.

Datos

Aumenta el nivel de educación: En 1965 un 5 porciento de personas mayores de 65 años completaron una licenciatura o más. En el 2014, esta participación aumentó un 25 por ciento.



Patricia Jones, M. Ed
Waukegan Township
Supervisor

Boletines estan disponibles por internet. Porfavor visite nuestra pagina www.waukegantownship.com

O escriba un correo electronico a kwoods@waukegantownship.com para ser añadido a nuestra lista.



¡Emocionantes Viajes y Excursiones de un Día

Recorrido emocionante de 5 días y viajes a... Detroit y Washington DC!!



***Detroit:** Motown, Proyectos de Heidelberg, Monumento de Joe Lewis, Y Museo de Charles H. Wright de historia AfroAmericana.

***Washington DC:** Casa Blanc, Monumento de MLK, Museo de Artes AfroAmericanas, Cementerio Nacional, Tumba de los soldados desconocidos, Memorial de Vietnam, y el Museo Memorial de Holocausto.

Pago final 5 de Abril 2019



\$1180.00

Días de Paseo
5/2/19-5/6/19



Waukegan Township ofrece asistencia:

* Notaria *Registro de Votante *
Procesamiento de Passaportes en la
oficina

administrativa localizada en 149 S.
Genesee Street is Pasaport y Sitio de
foto. Para mas informacion y tarifas
de passaporte llame 847-244-4900.



Shedd Aquarium Martes 5 de Marzo 2019

Puedes divertirte con los pingüinos! Pase el día reuniéndose con 32,000 animales increíbles y explore los océanos, ríos y arrecifes del mundo en el Acuario Shedd! Su pase incluye Abbott Oceanarium, Presentación aquática, Arrecife salvaje, Gallerías del Acuario, Experiencia 4-D y exhibiciones especiales. El almuerzo corre por su cuenta en el patio de comidas. Salida del Paseo de Park Place a las 8:15 a.m., 414 S. Lewis Ave. La tarifa de \$ 49 incluye un pase de acceso completo y transporte

Chicago Flower and Garden Show Jueves 21 de Marzo 2019

EL Show, celebrado cada Marzo en el Chicago's Navy Pier es una experiencia para recordar la primavera después de un frío y largo invierno. Puede pasar todo su tiempo en el espectáculo o disfrutar de las compras en el interior en el Navy Pier. El viaje sale de Park Place – 414 S. Lewis Ave., a las 9:00 a.m. La tarifa de \$38 incluye pase de admision al show y transporte.



Highlights: Montecatini Terme, Florence, Lucca, Gothic Line, Pisa, Cooking Class, Siena, Choice on Tour, Winery Tour, Cheese Farm, San Gimignano

Recorra Italia con estilo con guías expertos y conductores. Toscana es el hogar del arte y la arquitectura renacentistas más reconocidos del mundo, como Michelangelo's estatua de "David", Las obras de Botticelli en la Galería Uffizi y la Basílica Duomo. Su paisaje variado abarca las Escarpadas montañas de los Apeninos, Playas de la Isla De Elba en el Mar Tirreno y Olivares, Y viñedos de Chianti. Todas las tarifas son por persona, ocupación doble y ocupación triple. Depósito de \$ 500, **\$315 de Seguro al momento de inscripción.** Precio incluye transportación hacia y desde el aeropuerto, de Park Place, todas las tarifas aéreas y translados. **\$2,999 de ocupación doble por persona.**

Almuerzo étnico progresivo en Milwaukee Miercoles 17 de Abril 2019

Viajaremos por la histórica cocina de Milwaukee de toda Europa. Comenzaremos con Old World 3rd Street con salchichas, queso y cerveza de raíz antes de mudarnos al Historic Third Ward para comprar en el Mercado Público de Milwaukee. A continuación, cenaremos al estilo familiar en un restaurante polaco o serbio. Completa con ensalada, pierogi de queso, puré de papas, chucrut, salchicha polaca, chuletas de cerdo y col roja. Luego recorreremos la orilla del lago para ver el Museo de Arte de Milwaukee y el faro de North Shore. Finalmente, visitaremos Brady Street, el enclave italiano de Milwaukee haremos parada en la Panadería de Peter Sciortino por galletas y por el Deli, y para ver su cocina y tienda de prueba. Salida de Park Place - 414 S. Lewis Ave., a las 9:00 a.m. Tarifa de \$89 incluye muestras, comida, y recorrido.



Los viajes están disponibles para adultos mayores de 18 años y residentes dentro o fuera del municipio de Waukegan. Para mas informacion o para registrarse llame 847-244-9242 o escribe un correo electronico lpbable@waukegantownship.com.

Instituto de Arte de Chicago - Martes 30 de Abril 2019

isfrute de una visita guiada al museo y del almuerzo en el mundialmente famoso Instituto de Arte de Chicago. Desde los impresionistas hasta el ala moderna, el Instituto de Arte tiene algo para remediar el espíritu cansado del invierno de todos. El almuerzo contará con un buffet de envolturas gourmet, ensaladas y dulces. La tarifa de \$85 incluye entrada al museo, tour guiado, almuerzo y transportacion. Autobus sale de Park Place a las 9:00 a.m. para registrarse visite www.waukegantownship.com, llame 847-244-9242, o escribe un correo electronico roemalpable@waukegantownship.com.

Rebasando en Sprimavera - Martes 14 de May 2019

Explore el arte, la comida y las atracciones de Belle City, conocida como Racine Wisconsin! Comenzaremos nuestro día recorriendo la panadería de Larson para conocer (y probar) la famosa Racine Kringle. Luego, recorremos el Museo de Arte Racine y visitaremos la compañía Hot Shot Glass para una demostración. Después de un delicioso almuerzo en Reef Point Brewhouse, Nos dirigiremos al Invernadero de Mileager para visitar algunos de sus 90 invernaderos y llevar a casa algunas flores.

Chicago Cubs - Jueves 23 de Mayo 2019

Experimente el historico Wrigley Field! Únase a nosotros mientras los Cachorros luchan contra los Filis de Filadelfia y disfrute del ambiente de Wrigley. Tarifa de \$45 incluye terraza reservada para asientos dentro del campo y transporte en autocar.

Zologico de Lincoln Park/Zoo, 4 de June 2019

Transpórtate a los trópicos y visita animales exóticos! Únese a nosotros mientras exploramos el Lincoln Park Conservatory, Lily Pond y el Zologico! Recorremos Palm Room, Fern Room, Orchid House and Show House antes de visitar Alfred Caldwell Pool. Despues visitaremos el Zologico de Lincoln Park donde podrá disfrutar de un almuerzo por su cuenta y visitar a sus animales favoritos.

Shopping Shipsheiana 19 de Junio 2019

Compre en el famoso Mercado Shipsheiana, explore la comunidad y disfrute de la hospitalidad Amish. Comenzaremos nuestro día temprano, disfrutaremos de horas de compras, y descansaremos en una excursión en autocar. Terminaremos nuestro día en Shipsheiana metiéndonos en una generosa cena Amish antes de regresar.

Chicago Architecture River Cruise & Lunch Martes, July 16, 2019

Experimente the “la mejor gira en Chicago y mejores en Estados Unidos”. Guías voluntarios certificados por la CAF —llameed docents—interpreta mas de 50 edificios a lo largo de Rio de Chicago. Sabra como Chicago crecio desde un pequeno lugar a una ciudad grande en menos de 100 años. Despues del cursero, disfrutaremos de almuerzo, Paseo saldra a las 8:30 a.m. Park Place. Tarifa de \$89 incluye crusero, almuerzo, y transportacion

Crucero con Almuerzo en Navy Pier Y Cabaret Martes 13 de Agosto 2019

Disfrute del Navy Pier, paseando por Lake Michigan, almuerzo estilo buffet y entretenimiento en vivo aborde Spirit de Chicago! Paseo sale a las 8:30 a.m. Habra tiempo libre para explorar y comprar en el Navy Pier antes de abordar las 2 horas sobre la orilla del lago excursion y almuerzo. Tarifa de \$95 incluye todo el paseo, crusero y almuerzo.



Best of Israel and Jordan



Busca un tour visitando lugares como Israel Y Jordan? Descubra la ecenica, cultura y historia de Israel. Asombrese de las vistas de la Nacion Jordan. Paseo incluye recojida en case, pasaje aereo, translados, 12 dias y 23 comidas. Requiere inscripcion previa.

Salida: 6 de Noviembre 2019 -
Doble: \$4,044; Sencillo: \$5,003 (\$199 seguro)

Club de Libros de Viaje



Almuerze y aprenda sobre Arthur Golda Mier
Miércoles 20 de Marzo 2019

El autobus saldra de Park Place a las 11:30am
Hacia Dousman, WI, y regresa a las 3:30pm.

Conozca como una mujer nacida en Ucrania y criada en los Estados Unidos terminó siendo el 4º Primer Ministro de Israel. Tarifa de \$25 incluye, Delicioso almuerzo sentado con Falafel frito dorado y servido sobre un hummus de cilantro, terminado con ralladura de limón y aceite de oliva. El plato principal será una hamburguesa de 1/3 libra, asada y cubierta con queso cheddar y cebollas fritas, lechuga, tomate y con papas fritas. El postre consistirá en galletas Matzo con chocolate y terminadas con trozos de barra de caramelo. Almuerzo seguido de la presentación educativa. Para registrarse llame a Park Place 847-244-9242 o escribe un correo electronico jhardy@waukegantownship.com.

**Discubra Lita
Firma de libros y discusión
Con Angie D. Lee
Sabado 13 de April 2019**

Autobus saldra a las 11am de Park Place y regresa a las 5pm. Firma de libros en Chicago, IL. Tarifa de \$7. Para registracion llame a Park Place 847-244-9242 o escribe un correo electronico



“Él fue mi droga de elección., Aunque no sabía que era adicta”

Discovering Lita by Angie D. Lee.

Puede ayudarlo un farmacia especializada ?

Miercoles 13 de Marzo 2019 - 11 am - 12pm

Vocero: Jewel/Osco

Están aquí para ayudarlo con sus medicamentos y brindarle apoyo individualizado continuo. Le ofrecen programas continuos que le ayudan a mejorar su condicion. Farmacéuticos, Enfermeras y Coordinadores de atención especialmente capacitados entienden las complejidades de su condición y están disponibles para ofrecer apoyo personalizado, que incluye: Entrenamiento de inyección, control de efectos secundarios en medicamentos, monitoreo de síntomas de su medicamento, y colaboración con su médico para monitorear su progreso, y asistirle cuando necesite una nueva receta o surtido. Para mas informacion llame 847-244-9242 o escribe un correo electronico a ogarcia@waukegantownship.com. Workshop at Park Place.

Sus Riñon y Usted- Martes 19 de Marzo 2019 - 11am - 12pm

Presentado por: DaVita

Sus riñon son los organos mas importantes en su cuerpo. El objetivo principal del riñón es separar la urea, sales minerales, toxinas y otros productos de desecho de la sangre. También hacen el trabajo de conservar agua, sales y electrolitos. Por lo menos un riñon debe de funcionar para mantenerse en vida. Únase a nosotros y conozca los conceptos básicos de la enfermedad renal, los síntomas, la causa, el tratamiento, la diálisis y la prevención. Para mas informacion llame 847-244-9242 o escribe un correo electronico ogarcia@waukegantownship.com. Workshop at Park Place.

¿Calificas Para Un Teléfono GRATIS? - Miercoles 27 de Marzo 2019 - 9am - 4pm

Presentado by: Sprint

Usted recibe Medicaid o beneficios de Snap? Podria cualificar para un telefono gratis. No pierda esta oportunidad de poder recibir ayuda para registrarse para un telefono gratis. Para mas informacion llame 847-244-9242 o escribe un correo electronico ogarcia@waukegantownship.com. Workshop at Park Place.

Sientes Que Podrías Tener una Adicción?- Martes 9 de April 2019 - 11am - 12pm

Vocero: Nicasa.

Muchas personas que luchan con enfermedades mentales también luchan con una adicción. La recuperación de estos dos problemas es complicada porque se afectan entre sí y se entrelazan. Los ayudantes a menudo pueden no saber dónde comenzar—La adicción causó la enfermedad mental, la salud mental causó la adicción, O hay algo más que conduce a ambos? Este taller proporciona un marco para trabajar sistemáticamente con las adicciones. Para mas informacion llame 847-244-9242 o escribe un correo electronico ogarcia@waukegantownship.com. Workshop at Park Place.

Prevención de caídas- Martes, April 16, 2019 - 11am - 12 pm

Vocero: Athletico

Permitanos compartir ideas con su familia, amigos, compañía, organización o grupo sobre cómo prevenir uno de los eventos más catastróficos en la vida de una persona mayor. Identifique cómo evaluar los riesgos de caídas en el medio ambiente, aprenda los conceptos básicos de la seguridad en el hogar, entienda cómo levantarse y moverse con seguridad para reducir el riesgo de una caída.

Para mas informacion llame 847-244-9242 o escribe un correo electronico ogarcia@waukegantownship.com. Workshop at Park Place.

Needs Assessment - Miercoles, April 24 , 2019 - 2pm - 3pm

Presentado by: Rosalind Franklin

Necesitamos sus comentarios! Necesita una evaluación en la salud de pie y tobillo en las comunidades de North Chicago, Zion y Waukegan. Esperamos hablar con los pacientes / miembros de la comunidad sobre su atención médica para servir mejor a la comunidad. Si esta interesado en participar porfavor llame para registrarse. Participantes recibirán un tarjeta de \$40. Solo 7 espacios disponibles. **Porfavor reserve su asiento llamando 847-244-9242** o escribe un correo electronico ogarcia@waukegantownship.com. Workshop at Park Place.



GUARDE LA FECHA - 1 de junio

Abuelos criando

a sus nietos y otros familiares

Waukegan Township ambién proporciona transporte gratuito limitado a residentes de Waukegan Township. Llame: (847) 599-2936 o escribe un correo electronico lnava@waukegantownship.com 3 dias de antropio.

Grupos de Mejoria Y Servicios

Readers Delight Book Club

Unase a nosotros para discutir y expresar nuestras opiniones, gustos, aversiones, sobre libros y temas interesantes. EL grupo de Readers Delight Book club **se reune cada primer Lunes de el mes a la 1:00pm**. En Marzo tendremos "En medio del invierno" By Isabel Allende Y en Abril tendremos a "Eunice; El Kennedy Que Cambio el Mundo" Eileen McNamara. Nuestros libros son suministrados de forma gratuita por la Biblioteca Pública de Waukegan para nuestro disfrute.

La Sociedad de Red Hat

La Sociedad Red Hat es una organización social internacional que se fundó en 1998 en los Estados Unidos para mujeres de 50 años o más. Society is an international social organization that was founded in 1998 in the United States for women age 50 and beyond, pero ahora es para mujeres de todas edades. Las mujeres menores de 50 años llevarán rosa en lugar del rojo tradicional. Su objetivo es proporcionar a la mujer oportunidades para una interacción social agradable, para reconectarse con viejos amigos como para hacer nuevos. Unase a nosotros el **21 de Marzo Y 18 de Abril 18th a 12pm** in Park Place donde se reune la Sociedad de Red Hats.

Abuelos y otros cuidadores relativos

¿Es usted un abuelo o cuidador de un niño / ser querido y se encuentra buscando apoyo y comprensión de los desafíos que enfrenta?

Únase a nuestro grupo especial el **Lunes 11 de Marzo Y el 8 de Abril a las 5:30pm**. El Vocero de Marzo será la Ley Central Y Social. El Vocero de Abril será Kathy Breen de Oak Street Health; Ella hablará sobre las estafas y cómo evitarlas. La cena siempre es provista. Se anima a los niños a asistir. Tienen su propia discusión grupal de temas, recibiran ayuda con tarea, y aprenderan artes y manualidades. Transportacion disponible para los que gustes asistir. Para información adicional o necesidades de transporte comuníquese con MaryAnn Hartke al 847-244-9242.

Grupo de apoyo Español

Unase a nuestro grupo de apoyo hispano en el que nos esforzamos por mejorar la calidad de vida de las personas mayores en la comunidad latina brindándoles educación, apoyo emocional e interacciones sociales con otras personas mayores hispanas en la comunidad. **Nos reunimos el segundo Viernes del mes a las 11:00am**.

Lollie Drew Grupo de apoyo de baja visión

Sufre de degeneración macular, glaucoma, cataratas u otros problemas oculares degenerativos que afectan a las personas mayores? Si es así, lo invitamos a unirse a nuestro grupo de apoyo mensual de Lollie Drew Low Vision el **Martes 12 de Marzo Y Martes 9 de Abril a las 10:00am**. El 12 de Marzo - Lake County Center for Independent Living; Qué son los servicios de asistente personal?- vocero Christine Chapman, el 9 de Abril- Departamento de Policía de Waukegan: Recomendaciones para la seguridad publica- "Street Smarts" Lieutenant Beach. Transportacion disponible, registrese en Park Place o llame 847-244-9242 para reservar su lugar to.

The Park Place Memory Café se reune cada segundo Miércoles del mes 1:30 pm - 3:00 pm.

Comparta sus historias and socializes con otras personas que tienen preocupaciones sobre la memoria o la memoria de un ser querido.

Colegio de Medicina Podológica

Cuidado de pies cortesía de Park Place
Martes 5 y 19 de Marzo y 2 y 23 de April
1:00 pm - 3:00 por cita.

Comunidad Rosalind Franklin

Conexion de Cuidado

Exámenes de Salud complementarios

5 de Marzo y 2 de April 10am - 1pm

Los exámenes gratuitos para la salud del corazón incluyen exámenes de colesterol, azúcar en la sangre (diabetes), masa corporal y medida de cintura.

Reciba resultados en 15 minutos. Todas las edades son bienvenidas hasta 15 mi antes de cerrar.

Ayuda con sus impuestos AARP

Mayores de 55 años
Cada Martes y Jueves
De 9 am to 12pm.

Iniciando el 5 de Febrero hasta 11 de Abril
Espanol los dos dias!



Technology Center

Open Lab at the Tech Center

Park Place tiene seis computadoras para que usen las personas mayores de 55 años durante las horas abiertas cuando las classes no esten en session.

Solucion de Problemas! Frustracion? Nuestros expertos voluntarios estarán aquí cada Lunes de 1:30 p.m. – 3:00 p.m. para responder preguntas sobre dispositivos tecnológicos, programas, or applicaciones. Pase durante horas abiertas.

Servicio gratuito

Oficina del Congresista Brad Schneider

Martes 12 de Marzo Y Martes 9 de April

2:30pm - 4:30pm

Un representante de la oficina del Congresista Brad Schneider's estara en Park Place para ayudar a los constituyentes del distrito 10 del Congreso con el Seguro Social, Beneficios de VA , Medicare o cualquier otra inquietud a nivel federal. Para mas informacion llame a Park Place a 847-244-9242.

Informacion que debe saber

Page 6



Congelación de Evaluación de la Tercera Edad

Sesiones de Homestead Exemption

18 de Abril 10am - 2pm en Park Place.

La Oficina de Evaluación del Condado y la Asociación de Asesores del Municipio de Lake County llevarán a cabo varias sesiones para los residentes para que llenen la Solicitud de Congelación de Evaluación de Ciudadanos de la Tercera Edad de 2019 para los impuestos del 2020; Al igual como otras necesidades que ofrece exención de casa. Residentes trabajarán individualmente con miembros del personal para completar los formularios de exención necesarios. Las calificaciones mayores de 65 años durante el año tributario, adquiera la propiedad como su residencia principal durante los dos últimos años del 1 de Enero (2018 y 2019), el ingreso total del 2018 es de \$ 55,000 o menos. Esté preparado para traer copias de los ingresos recibidos, tales como: Formulario de impuestos 2018, Declaración de Seguro Social(SSA-1099), Si la propiedad es fideicomiso, necesitará traer prueba de beneficiario.

Consejos Utiles de Impuestos para Personas Mayores

La deducción estándar se ha duplicado. Buenas noticias para mucha gente, mala noticia para familias grandes con niños. Las exenciones personales han desaparecido. Muchos declarantes que han declarado deducciones personales a lo largo de los años, no necesitarán hacerlo. Encontrarás que la forma 1040 es mucho más corta.

Olvidarse de sacar las distribuciones mínimas requeridas de su cuenta de jubilación puede costarle mucho. Personas se olvidan ", dice Douglas Birch, director y gerente del grupo fiscal de CBIZ en Clearwater, Florida. "Si no retira de su cuenta de jubilación estará sujeto no solo a los impuestos, sino a una multa especial del 50 por ciento sobre la cantidad que debió retirar".

Algunas personas no quieren o no necesitan sacar de su cuenta de jubilación. Un retiro 401 (k) o IRA hace que sus ingresos aumenten ese año y podría afectar sus impuestos de Seguro Social y aumentar sus pagos de Medicare. Si, en cambio, la mínima distribución requerida va directamente a una organización, se mantiene fuera de su declaración de impuestos y reduce sus ingresos.

Donaciones Planificadas

Puede elegir a Waukegan Township Park Place en sus plan de bienes, para que ayudando a otros adultos mayores, incluso a los que han fallecido.

Al hacer un "regalo", usted puede continuar brindando los servicios y programaciones necesarias a otras personas mayores del Municipio de Waukegan, incluso después de su vida. Como trabaja: Firme los papeles adecuados para que Waukegan Township Park Place sea beneficiario de su testamento, fideicomiso, seguro o activos de jubilación. Después de su vida, el dinero y los bienes se distribuyen a sus herederos y a Waukegan Township Park Place como indican los documentos de su plan patrimonial. Waukegan Township Park Place usa su legado como específico. Llame 847-244-9242 o por correo electrónico cpwhite@waukegantownship.com.

Alguien que debes Conocer



Mirtha Gustafson nació en Panamá, República de Panamá, donde vivió durante 32 años. Se mudó al área de Waukegan hace más de cuarenta años.

Ha estado casada con Dorn por más de 40 años con dos hermosos hijos Victor y Veronica. Mirtha fue maestra en los distritos escolares de Waukegan y North Chicago durante más de 25 años. Le gusta hacer ejercicio, ir al cine, excursiones de un día a Park Place y bailar. Mirtha ha sido voluntaria de Park Place los últimos dos años con la distribución mensual de la iglesia, y es miembro del Grupo de Mejoría Española. Ella también asiste a muchos de nuestros programas de ejercicios.

Alquiler de la Salón en Park Place

Necesita un buen lugar para celebrar una reunión, fiesta de cumpleaños, recepción de boda, aniversario, despedida de soltera u otra reunión?

- ◆ Tarifas de alquiler: - \$45.00 per hour.
- ◆ Park Place Cocina \$50.00 tarifa plan.
- ◆ Instalaciones cerradas y Días Festivos- \$65.00 per hour.
- ◆ Vacaciones observadas- \$95.00 per hour .
- ◆ Depósito - \$100.00 el día de reservación.



Nuestro amplio salón puede alojar hasta 90 personas. Mesas y sillas incluidas en el alquiler. Tarifa de mantelería disponible bajo petición. Disponible para alquilar manteles, fundas para sillas, listones y corredores. Llame 847-244-9242 para reservar su día!

¡Muévanse! Ejercicio y Estado Físico para mayores de 55 años!

Por qué pagar precios caros de gimnasio para mantenerse saludable cuando puede usar el gimnasio Park Place? Tenemos máquinas para correr, máquinas elípticas, bicicletas fijas y equipo de pesas disponibles para usted.

Nota: Registracion anticipada y formulario medico deve de estar en archive. La forma debe ser renovada anualmente.



Complimentary Exercise Room at Park Place

Aproveche nuestro instructor de ejercicio certificado y nuestro equipo de ejercicios. Entrene cada Martes & Y Jueves 11:30am -1:30pm.

Floor Mat Exercise

El ejercicio de la colchoneta se realiza en el piso que requiere una respiración controlada durante el movimiento de resistencia del peso corporal para desarrollar la fuerza del núcleo.

Yoga & Meditation

Prepárese para moverse a través de una serie completa de posturas de yoga, sentadas y de pie. Se ofrece soporte de silla para que realice una variedad de posturas sentadas y de pie, diseñadas para aumentar la flexibilidad, el equilibrio y el rango de movimiento. Los ejercicios de respiración restaurativa y la relajación final promoverán la reducción del estrés y la claridad mental. Esta clase es adecuada para casi todos los niveles de condición física.

Advanced SeniorSize

Esta es una clase de aeróbics seguros y saludables para el corazón y para dar energía a su estilo de vida movimientos de bajo impacto que se centran específicamente en la construcción de la fuerza, de la parte superior del cuerpo, y resistencia cardiovascular. Esta es una clase de intensidad más alta que Classic y Circuit.

SeniorSize

SeniorSize está diseñado para aumentar la fuerza muscular, el rango de movimiento y mejorar las actividades para la vida diaria. Se usa una silla para ejercicios sentados y apoyo de pie y la clase puede modificarse según los niveles de condición física.



**Horario Gimnasio: Lun 9am - 7pm.
Mar, Mier, Jue Y Vier 9am - 4:30pm**

LUNES

*SeniorSize - 9:15 a.m.
*SeniorSize - 10:15 a.m.

*Chicago Soul Dancing - 5:30 p.m. \$2

MARTES

*Walk Fit 9:00 a.m.

*Country Line Dancing 10:00a.m.

MIERCOLES

*Advanced SeniorSize 9:15 a.m.

*Yoga/Meditation 10:15 a.m.

JUEVES

*Advanced SeniorSize 9:15 a.m.

*SeniorSize -10:15 a.m.
Cardio Drumming 11:00 a.m. \$5

VIERNES

Cardio Drumming Every Jueves from 11:00 am to 12:00 pm
Cost: One Time Fee \$5.00!
All participants must complete an exercise form at Park Place. **SIGN UP IN ADVANCE.**

*Zumba 9:00 a.m.

Floor Mat Exercises 10:00 a.m.

Cardio Drumming



Marzo al ritmo de tu propio tambor con una de las últimas (y más divertidas) tendencias de fitness! La batería cardio toma un movimiento simple, y lo convierte en un ejercicio para todo el cuerpo que te hará sonreír, sudar y sentirte bien. La batería cardio reúne baquetas y una pelota de ejercicio y base para crear un ejercicio divertido. Utilizando la pelota de ejercicio como tu tambor, y mezclando en movimientos divertidos, la batería cardio convierte el ritmo en una rutina que no quieras detener.

Zumba

Zumba es un ejercicio aeróbico que presenta movimientos inspirados en varios estilos de danza latinoamericana y se realiza principalmente para la música de baile latinoamericana.

Country Line Dancing

Country Line Dancing Es un baile coreografiado por un grupo de individuos, con una secuencia repetida de pasos a algunos de los mejores éxitos del país y del oeste. Ven y únete a nosotros mientras movemos nuestras caderas a algunos ritmos de Country Western.

Chicago Line Dancing

Chicago Line Dancing Es una clase de cardio de bajo impacto con coreografía en secuencia. La secuencia de baile se enseña en pasos repetidos, agrupando la clase en una o más líneas para ejecutar los pasos al mismo tiempo. Baila al último R & B Hits de todo el país.

Fideicomisarios: Percy Johnson, Nathaniel Hewitt, Opal Rice, and Sylvestre Castellanos
Secretaria - Rose Staben,
Asesor - Mark Stricklin,
Comisionario de Carretera - Arthur Craigen

Comite de Park Place Senior Citizens:

Chair: Larry Eaker
Vice Chair: Gloria Carr
Members: Pat Barker, Scott Grubnau, Katie Strawder, Jeanette Keyes, Sandra Eaker, & Nelson Whitiker

PRESORT STANDARD
US POSTAGE PAID
PALATINE P & DC
PERMIT NO. 418

Horario de Park Place

Lunes	9:00 AM - 7:00 PM
Martes	9:00 AM - 4:30 PM
Miercoles	9:00 AM - 4:30 PM
Jueves	9:00 AM - 4:30 PM
Viernes	9:00 AM - 4:30 PM
*Sabado	Abierto solo para alquileres
Domingo	Cerrado

PARK PLACE
414 S. Lewis Ave.
Waukegan, IL 60085

Phone: 847-244-9242
Fax: 847-244-9258
www.waukegantownship.com



El Dia de San Patricio Y Dia de Pascua estan a la Vuelta de la esquina. Compre en la tienda de regalos de Park Place. Tenemos tarjetas, libros, y regalos pequeños regalos para alguien especial. Estamos abiertos de Lunes to Viernes de 10:00am - 4:00 p.m. Que la tienda de regalos de Park Place sea su lugar para una sola compra!



RECONOCIMIENTOS Y CONDOLENCIAS - NUESTROS PENSAMIENTOS ESTÁN CON LAS FAMILIAS Y AMIGOS.

**Recordamos a las personas mayores
que han fallecido
4 de Dic 2018 - 24 de En 2019**

The Memorial Chapel of Waukegan
Maria A. Cortez 12/5/2019
Peter A Couvall 12/9/2018
Concepcion Cruz 12/17/2018
Robert Fernandez 12/21/2018
Josefina Arizmendi 12/23/2018
Guadalupe Garcia 12/31/2018
Lilia Ines Unda 1/21/2019

Bradshaw and Range Casa Funeraria
Allen K. Gordon 12/2/2018
Mae F. Edwards 12/3/2018
Walter T. Scott 12/11/2018
Coseetta M. Bone 12/12/2018
John H. Smith 12/15/2018
Dorothy H. McLaughlin 12/16/2018

Curtis Ray 12/20/2018
Robert E. Johnson 12/20/2018
Norris Page 12/26/2018
Adrianna Williams 12/27/2018
Joaquin Nino Castrejon 12/27/2018
Rosa Maxine Brooks 12/28/2018
Granville C. Thomas Jr. 12/29/2018
Viola Garland 12/31/2018
Ronald Eugene Arnold 1/1/2019
Diane McClelland 1/2/2019
Patricia Ann Hayes 1/2/2019
John H. Stackhouse 1/4/2019
Oscar L. Fields, Sr. 1/7/2019
Calvin Godwin 1/8/2019
Laverne Freeman 1/15/2019
Dorothy Woods 1/18/2019

Congdon & Company Casa Funeraria
Margery M. Littlejohn 1/15/2019
Marsh Casa Funeraria
Heidi H. Smith 12/8/2018

Roger Boulanger 12/30/2018
Elizabeth Garcia 12/30/2018
Ann E. Stapleton 12/31/2018
Donald Cudworth 1/2/2019
Geraldine M. Ostrander 1/9/2019

Peterson & Patch Casa Funeraria
Maria Santiago 12/9/2018
Charles Celaric 12/18/2018
Miguel A Montano 12/27/2018
Carmen E. Soto 1/20/2019
Macario Rodriguez 12/21/2018
Eleanora Zdanowicz 12/30/2018
George Abington 1/3/2019
Vivian Pieper 1/4/2019

Westgate Casa Funeraria
Murphine Leonard 12/28/2018
Beatrice McGee 1/2/2019