




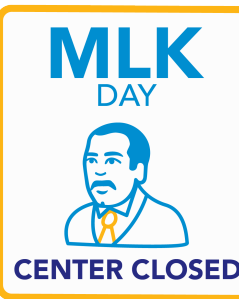




EL MONTE JANUARY 2025

Community Resource Center

MONDAY	TUESDAY	WEDNESDAY	THURSDAY	FRIDAY	SATURDAY
<p>BLUE Qualify for the My Rewards for a Healthy Life Program.</p> <p>GREEN Appointment & Registration required.</p>	 <p>CRC Website</p>	<p>HAPPY NEW YEAR</p>  <p>CENTER CLOSED</p>	 <p>CENTER CLOSED</p>	 <p>CENTER CLOSED</p>	 <p>CENTER CLOSED</p>
 <p>CENTER CLOSED</p>	 <p>CENTER CLOSED</p>	<p>Cal-Fresh Enrollment 9 a.m. - 4 p.m. Physical Fitness 9 a.m. - 10 a.m. Salsa Dance Aerobics 1:30 p.m. - 2:30 p.m. Salsa Dance Aerobics 2:30 p.m. - 3:30 p.m. Healthy Cooking Class for Kids (5 yrs old & up) 3:45 p.m. - 4:45 p.m. DMH: Managing your Medication 4:00 p.m. - 5:00 p.m. (Eng. & Spa)</p>	<p>Yoga: Breathing & Stretching 10 a.m. - 11 a.m. Chronic Obstructive Pulmonary Disease 10 a.m. - 11:30 a.m. (Mandarin) Chronic Obstructive Pulmonary Disease 1:30 p.m. - 3:00 p.m. (Cantonese) Parenting Class: Opening Doors 3 p.m. - 4:30 p.m. (Spa.) Kids Arts & Crafts 3 p.m. - 4:30 p.m. Support Group w/ Department of Mental Health 2 p.m. - 4:30 p.m. (Spa.)</p>	<p>Zumba 9 a.m. - 10 a.m. Healthy Cooking Class 10:30 a.m. - 12 p.m. (Eng. & Spa.) Kids Painting Class 3 p.m. - 4 p.m. Salsa Dance Aerobics 3 p.m. - 4 p.m. Salsa Dance Aerobics 4 p.m. - 5 p.m.</p>	 <p>CENTER CLOSED</p>
<p>Zumba 9 a.m. - 10 a.m. Diabetes Basics 10:15 a.m. - 11 a.m. (Eng. & Spa.) The World of Juicing & Salads 11:15 a.m. - 12 p.m. (Eng. & Spa.) Homework Help 3:30 p.m. - 4:30 p.m.</p>	<p>Yoga: Breathing & Stretching 9 a.m. - 10 a.m. L.A. Care New Member Orientation (\$10 GIFT CARD) REGISTRATION REQUIRED 11 a.m. - 12 p.m. (Eng. & Spa.) CPR & First Aid 1 p.m. - 4 p.m. (Spa.) (14 yrs & Older) Register at FreeCprla.com Family Bingo Night 4 p.m. - 4:45 p.m.</p>	<p>Cal-Fresh Enrollment 9 a.m. - 4 p.m. Physical Fitness 9 a.m. - 10 a.m. Salsa Dance Aerobics 1:30 p.m. - 2:30 p.m. Salsa Dance Aerobics 2:30 p.m. - 3:30 p.m. Healthy Cooking Class for Kids (5 yrs old & up) 3:45 p.m. - 4:45 p.m.</p>	<p>Yoga: Breathing & Stretching 10 a.m. - 11 a.m. Parenting Class: Opening Doors 3 p.m. - 4:30 p.m. (Spa.) Kids Arts & Crafts 3 p.m. - 4:30 p.m. Support Group w/ Department of Mental Health 2 p.m. - 4:30 p.m. (Spa.)</p>	<p>Zumba 9 a.m. - 10 a.m. Healthy Cooking Class 10:30 a.m. - 12 p.m. (Eng. & Spa.) Kids Painting Class 3 p.m. - 4 p.m. Salsa Dance Aerobics 3 p.m. - 4 p.m. Salsa Dance Aerobics 4 p.m. - 5 p.m.</p>	 <p>CENTER CLOSED</p>
 <p>MLK DAY CENTER CLOSED</p>	<p>Yoga: Breathing & Stretching 9 a.m. - 10 a.m. CPR & First Aid 1 p.m. - 4 p.m. (Eng.) (14 yrs & Older) Register at FreeCprla.com Family Bingo Night 4 p.m. - 4:45 p.m.</p>	<p>Cal-Fresh Enrollment 9 a.m. - 4 p.m. Physical Fitness 9 a.m. - 10 a.m. Salsa Dance Aerobics 1:30 p.m. - 2:30 p.m. Salsa Dance Aerobics 2:30 p.m. - 3:30 p.m. Healthy Cooking Class for Kids (5 yrs old & up) 3:45 p.m. - 4:45 p.m.</p>	<p>Yoga: Breathing & Stretching 10 a.m. - 11 a.m. Parenting Class: Opening Doors 3 p.m. - 4:30 p.m. (Spa.) Kids Arts & Crafts 3 p.m. - 4:30 p.m. Support Group w/ Department of Mental Health 2 p.m. - 4:30 p.m. (Spa.)</p>	<p>Zumba 9 a.m. - 10 a.m. Healthy Cooking Class 10:30 a.m. - 12 p.m. (Eng. & Spa.) Kids Painting Class 3 p.m. - 4 p.m. Salsa Dance Aerobics 3 p.m. - 4 p.m. Salsa Dance Aerobics 4 p.m. - 5 p.m.</p>	 <p>CENTER CLOSED</p>
<p>Zumba 9 a.m. - 10 a.m. Diabetes Basics 10:15 a.m. - 11 a.m. (Eng. & Spa.) The World of Juicing & Salads 11:15 a.m. - 12 p.m. (Eng. & Spa.) Homework Help 3:30 p.m. - 4:30 p.m.</p>	<p>Yoga: Breathing & Stretching 9 a.m. - 10 a.m. CPR & First Aid Virtual 1 p.m. - 4 p.m. (Eng.) (14 yrs & Older) Register at FreeCprla.com Resource Connection: Financial Education REGISTRATION REQUIRED 2:45 p.m. - 3:45 p.m. (Eng. & Cantonese) Resource Connection: Financial Education REGISTRATION REQUIRED 4 p.m. - 5 p.m. (Eng. & Spa.)</p>	<p>Cal-Fresh Enrollment 9 a.m. - 4 p.m. Physical Fitness 9 a.m. - 10 a.m. Salsa Dance Aerobics 1:30 p.m. - 2:30 p.m. Salsa Dance Aerobics 2:30 p.m. - 3:30 p.m. Healthy Cooking Class for Kids (5 yrs old & up) 3:45 p.m. - 4:45 p.m. DMH: Managing your Medication 4:00 p.m. - 5:00 p.m. (Chinese)</p>	<p>Yoga: Breathing & Stretching 10 a.m. - 11 a.m. Parenting Class: Opening Doors 3 p.m. - 4:30 p.m. (Spa.) Kids Arts & Crafts 3 p.m. - 4:30 p.m. Support Group w/ Department of Mental Health 2 p.m. - 4:30 p.m. (Spa.)</p>	<p>Zumba 9 a.m. - 10 a.m. Healthy Cooking Class 10:30 a.m. - 12 p.m. (Eng. & Spa.) Kids Painting Class 3 p.m. - 4 p.m. Salsa Dance Aerobics 3 p.m. - 4 p.m. Salsa Dance Aerobics 4 p.m. - 5 p.m.</p>	<p>CENTER SERVICES</p> <ul style="list-style-type: none"> - Member Services - Enrollment Services* • Medi-cal, MediCare, Covered California, & CalFresh - New Member Orientation <p>*Contact Center for Availability of Services</p> <p>ALL SERVICES AND CLASSES ARE FREE FOR EVERYONE!</p>

Class space is limited (first come, first served). Classes are subject to change, rescheduling or cancellation without notice. Child care is provided while you attend a class. (Ages 4+)

BE ACTIVE, HEALTHY & INFORMED



3570 Santa Anita Ave.
El Monte, CA 91731



CENTER HOURS:

Monday - Friday: 9 a.m. - 5 p.m.
Saturday: CLOSED




213-428-1495

CommunityResourceCenterLA.org



Community Resource Center

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO
<p>AZUL Califican para el programa mis recompensas para una vida sana.</p> <p>VERDE Por cita y registro solamanete.</p>	 <p>CRC Sitio de Web</p>	<p>FELIZ AÑO NUEVO</p>  <p>CENTRO CERRADO</p>	 <p>CENTRO CERRADO</p>	 <p>CENTRO CERRADO</p>	 <p>CENTRO CERRADO</p>
 <p>CENTER CLOSED</p>	 <p>CENTER CLOSED</p>	<p>Inscripción de Cal-Fresh 9 a.m. - 4 p.m.</p> <p>Entrenamiento Físico 9 a.m. - 10 a.m.</p> <p>Baile de Salsa Aeróbico 1:30 p.m. - 2:30 p.m.</p> <p>Baile de Salsa Aeróbico 2:30 p.m. - 3:30 p.m.</p> <p>Cocina Saludable para Niños 3:45 p.m. - 4:45 p.m. (Ing. y Esp.) (5 años o más)</p> <p>DMH: Administrar Su Medicación 4:00 p.m. - 5:00 p.m. (Eng. & Spa)</p>	<p>Yoga: Respiración y Estiramiento 10 a.m. - 11 a.m.</p> <p>Enfermedad pulmonar obstructiva crónica 10 a.m. - 11:30 a.m. (Mandarin)</p> <p>Enfermedad pulmonar obstructiva crónica 1:30 p.m. - 3:00 p.m. (Cantones)</p> <p>Clases para Padres: Abriendo Puertas 3 p.m. - 4:30 p.m. (Esp.)</p> <p>Artes y Manualidades para Niños 3 p.m. - 4:30 p.m.</p> <p>Grupo de Apoyo con El Departamento de Salud Mental 2 p.m. - 4:30 p.m. (Esp.)</p>	<p>Zumba 9 a.m. - 10 a.m.</p> <p>Cocina Saludable 10:30 a.m. - 12 p.m. (Ing. y Esp.)</p> <p>Clase de Pintura para Niños 3 p.m. - 4 p.m.</p> <p>Baile de Salsa Aeróbico 3 p.m. - 4 p.m.</p> <p>Baile de Salsa Aeróbico 4 p.m. - 5 p.m.</p>	 <p>CENTER CLOSED</p>
<p>Zumba 9 a.m. - 10 a.m.</p> <p>Conceptos Básicos de la Diabetes 10:15 a.m. - 11 a.m. (Ing. y Esp.)</p> <p>El Mundo de Jugos y Ensaladas 11:15 a.m. - 12 p.m. (Ing. y Esp.)</p> <p>Ayuda con la Tarea 3:30 p.m. - 4:30 p.m.</p>	<p>Yoga: Respiración y Estiramiento 9 a.m. - 10 a.m.</p> <p>Orientación Para Nuevos Miembros de L.A. Care TARJETA DE REGALO - \$10 REGISTRACION REQUERIDA 11 a.m. - 12 p.m. (Ing. & Esp.)</p> <p>RCP y Primeros Auxilios 1 p.m. - 4 p.m. (Esp.) (Mayores de 14 años)</p> <p>Regístrese en freecprla.com Noches de Bingo en Familia 4 p.m. - 4:45 p.m.</p>	<p>Inscripción de Cal-Fresh 9 a.m. - 4 p.m.</p> <p>Entrenamiento Físico 9 a.m. - 10 a.m.</p> <p>Baile de Salsa Aeróbico 1:30 p.m. - 2:30 p.m.</p> <p>Baile de Salsa Aeróbico 2:30 p.m. - 3:30 p.m.</p> <p>Cocina Saludable para Niños 3:45 p.m. - 4:45 p.m. (Ing. y Esp.) (5 años o más)</p>	<p>Yoga: Respiración y Estiramiento 10 a.m. - 11 a.m.</p> <p>Clases para Padres: Abriendo Puertas 3 p.m. - 4:30 p.m. (Esp.)</p> <p>Artes y Manualidades para Niños 3 p.m. - 4:30 p.m.</p> <p>Grupo de Apoyo con El Departamento de Salud Mental 2 p.m. - 4:30 p.m. (Esp.)</p>	<p>Zumba 9 a.m. - 10 a.m.</p> <p>Cocina Saludable 10:30 a.m. - 12 p.m. (Ing. y Esp.)</p> <p>Clase de Pintura para Niños 3 p.m. - 4 p.m.</p> <p>Baile de Salsa Aeróbico 3 p.m. - 4 p.m.</p> <p>Baile de Salsa Aeróbico 4 p.m. - 5 p.m.</p>	 <p>CENTRO CERRADO</p>
 <p>DÍA DE MARTIN LUTHER KING</p> <p>CENTRO CERRADO</p>	<p>Yoga: Respiración y Estiramiento 9 a.m. - 10 a.m.</p> <p>RCP y Primeros Auxilios 1 p.m. - 4 p.m. (Ing.) (Mayores de 14 años)</p> <p>Regístrese en freecprla.com Noches de Bingo en Familia 4 p.m. - 4:45 p.m.</p>	<p>Inscripción de Cal-Fresh 9 a.m. - 4 p.m.</p> <p>Entrenamiento Físico 9 a.m. - 10 a.m.</p> <p>Baile de Salsa Aeróbico 1:30 p.m. - 2:30 p.m.</p> <p>Baile de Salsa Aeróbico 2:30 p.m. - 3:30 p.m.</p> <p>Cocina Saludable para Niños 3:45 p.m. - 4:45 p.m. (Ing. y Esp.) (5 años o más)</p>	<p>Yoga: Respiración y Estiramiento 10 a.m. - 11 a.m.</p> <p>Clases para Padres: Abriendo Puertas 3 p.m. - 4:30 p.m. (Esp.)</p> <p>Artes y Manualidades para Niños 3 p.m. - 4:30 p.m.</p> <p>Grupo de Apoyo con El Departamento de Salud Mental 2 p.m. - 4:30 p.m. (Esp.)</p>	<p>Zumba 9 a.m. - 10 a.m.</p> <p>Cocina Saludable 10:30 a.m. - 12 p.m. (Ing. y Esp.)</p> <p>Clase de Pintura para Niños 3 p.m. - 4 p.m.</p> <p>Baile de Salsa Aeróbico 3 p.m. - 4 p.m.</p> <p>Baile de Salsa Aeróbico 4 p.m. - 5 p.m.</p>	 <p>CENTER CLOSED</p>
<p>Zumba 9 a.m. - 10 a.m.</p> <p>Conceptos Básicos de la Diabetes 10:15 a.m. - 11 a.m. (Ing. y Esp.)</p> <p>El Mundo de Jugos y Ensaladas 11:15 a.m. - 12 p.m. (Ing. y Esp.)</p> <p>Ayuda con la Tarea 3:30 p.m. - 4:30 p.m.</p>	<p>Yoga: Respiración y Estiramiento 9 a.m. - 10 a.m.</p> <p>RCP y Primeros Auxilios Virtual 1 p.m. - 4 p.m. (Ing.) (Mayores de 14 años)</p> <p>Regístrese en freecprla.com Conexión de Recursos: Educación Financiera 2:45 p.m. - 3:45 p.m. (Ing. y Cantones)</p> <p>REGISTRATION REQUIRED Conexión de Recursos: Educación Financiera 4 p.m. - 5p.m. (Ing. y Spa.) REGISTRATION REQUIRED</p>	<p>Inscripción de Cal-Fresh 9 a.m. - 4 p.m.</p> <p>Entrenamiento Físico 9 a.m. - 10 a.m.</p> <p>Baile de Salsa Aeróbico 1:30 p.m. - 2:30 p.m.</p> <p>Baile de Salsa Aeróbico 2:30 p.m. - 3:30 p.m.</p> <p>Cocina Saludable para Niños 3:45 p.m. - 4:45 p.m. (Ing. y Esp.) (5 años o más)</p> <p>DMH: Administrar Su Medicación 4:00 p.m. - 5:00 p.m. (Chino)</p>	<p>Yoga: Respiración y Estiramiento 10 a.m. - 11 a.m.</p> <p>Clases para Padres: Abriendo Puertas 3 p.m. - 4:30 p.m. (Esp.)</p> <p>Artes y Manualidades para Niños 3 p.m. - 4:30 p.m.</p> <p>Grupo de Apoyo con El Departamento de Salud Mental 2 p.m. - 4:30 p.m. (Esp.)</p>	<p>Zumba 9 a.m. - 10 a.m.</p> <p>Cocina Saludable 10:30 a.m. - 12 p.m. (Ing. y Esp.)</p> <p>Clase de Pintura para Niños 3 p.m. - 4 p.m.</p> <p>Baile de Salsa Aeróbico 3 p.m. - 4 p.m.</p> <p>Baile de Salsa Aeróbico 4 p.m. - 5 p.m.</p>	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p>SERVICIOS DEL CENTRO</p> <ul style="list-style-type: none"> - Servicios a los miembros - Servicios de Inscripción* • Medi-cal, MediCare, Covered California, y CalFresh <p>Orientación para nuevos miembros</p> <p><small>*Comuníquese con el Centro para disponibilidad de Servicios</small></p> <p>TODOS LOS SERVICIOS Y LAS CLASES SON GRATIS ¡PARA TODOS!</p> </div>

Espacio de las clases es limitado (Se le sirve en orden de llegada). Las clases están sujetas a cambio, reprogramación o cancelación sin previo aviso. Cuidado de niños está disponible durante las clases. (Edades 4+)

**SEA ACTIVO,
SALUDABLE E INFORMADO**

 3570 Santa Anita Ave.
El Monte, CA 91731

 **HORARIO DEL CENTRO:**
Lunes a Viernes: **9 a.m. - 5 p.m.**
Sábado: **Cerrado**

 **213-428-1495**
CommunityResourceCenterLA.org