



SOUTH LOS ANGELES
JANUARY
2026

Community Resource Center

MONDAY	TUESDAY	WEDNESDAY	THURSDAY	FRIDAY	SATURDAY
			1	2	3
CENTER SERVICES - Member Services - Enrollment Services* - Medi-cal, MediCare, Covered California, & CalFresh - New Member Orientation *Contact Center for Availability of Services ALL SERVICES AND CLASSES ARE FREE FOR EVERYONE!	BLUE Qualify for the My Rewards for a Healthy Life Program. GREEN Appointment & Registration required.	 CRC Website	HAPPY NEW YEAR CENTER CLOSED	 CENTER CLOSED	 CENTER CLOSED
5	6	7	8	9	10
 CENTER CLOSED	 CENTER CLOSED	 CENTER CLOSED	Zumba 9 - 10 a.m. Lap Read (Ages 0 - 5) 10 - 11 a.m. Beginner Yoga 4 - 5 p.m.	Movin' & Groovin' Dance Fitness 10 - 11 a.m. Balance & Stability 11:30 a.m. - 12:30 p.m. Meditation & Healing 12:45 - 1:45 p.m.	 CENTER CLOSED
12	13	14	15	16	17
Covered California Enrollment Services 9 a.m. - 4 p.m. Yoga 9 - 10 a.m. Meditation & Healing 10:15 - 11:15 a.m. Balance & Stability 11:30 a.m. - 12:30 p.m. Chair Yoga 4 - 5 p.m.	Zumba 9 - 10 a.m. The Arts of Fruits & Vegetables 10:30 - 11:30 a.m. Beginner Line Dancing 12:30 - 2 p.m.	CalFresh Enrollment Services 9 a.m. - 4 p.m. Cervical Cancer Prevention 9 - 10:30 a.m. METRO LIFE Enrollment 9 a.m. - 1 p.m. Dance Fit 101 10 - 11 a.m. Balance & Stability 11:30 a.m. - 12:30 p.m. Meditation & Healing 12:45 - 1:45 p.m. S.O.U.L. Circle **Registration Required** 3 - 4 p.m. Adventures in Reading! 3:30 - 4:30 p.m.	Zumba 9 - 10 a.m. Lap Read (Ages 0 - 5) 10 - 11 a.m. Health is Your Priority: Harm Reduction Strategies 10:30 - 11:30 a.m. Discipline & Good Health 12 - 1 p.m. Beginner Yoga 4 - 5 p.m.	Movin' & Groovin' Dance Fitness 10 - 11 a.m. Balance & Stability 11:30 a.m. - 12:30 p.m. The Bloom Collective Circle **Registration Required** 1 - 3 p.m.	 CENTER CLOSED
19	20	21	22	23	24
MLK DAY CENTER CLOSED	Zumba 9 - 10 a.m. The Arts of Fruits & Vegetables 10:30 - 11:30 a.m. Beginner Line Dancing 12:30 - 2 p.m.	CalFresh Enrollment Services 9 a.m. - 4 p.m. Dance Fit 101 10 - 11 a.m. Balance & Stability 11:30 a.m. - 12:30 p.m. Meditation & Healing 12:45 - 1:45 p.m. Adventures in Reading! 3:30 - 4:30 p.m. Cooking with Purpose 3:30 - 5 p.m.	Zumba 9 - 10 a.m. Lap Read (Ages 0 - 5) 10 - 11 a.m. Healthy Relationships 12 - 1 p.m. Blood Pressure Management 1 - 2:30 p.m. Beginner Yoga 4 - 5 p.m.	Diaper Distribution & Baby Items 9:30 a.m. - 3:00 p.m. L.A. Care Member Orientation *Receive a \$20 Grocery Store Gift Card per year* 10 a.m. - 2 p.m. Movin' & Groovin' Dance Fitness 10 - 11 a.m. Balance & Stability 11:30 a.m. - 12:30 p.m. Medi-Cal Overview: Dental Benefits 1 - 2 p.m.	 CENTER CLOSED
26	27	28	29	30	31
Covered California Enrollment Services 9 a.m. - 4 p.m. METRO LIFE Enrollment 9 a.m. - 1 p.m. Yoga 9 - 10 a.m. Meditation & Healing 10:15 - 11:15 a.m. Balance & Stability 11:30 a.m. - 12:30 p.m. Chair Yoga 4 - 5 p.m.	Zumba 9 - 10 a.m. The Arts of Fruits & Vegetables 10:30 - 11:30 a.m. Beginner Line Dancing 12:30 - 2 p.m.	CalFresh Enrollment Services 9 a.m. - 4 p.m. Sexually Transmitted Infections 9 - 10:30 a.m. Dance Fit 101 10 - 11 a.m. Balance & Stability 11:30 a.m. - 12:30 p.m. Meditation & Healing 12:45 - 1:45 p.m. S.O.U.L. Circle **Registration Required** 3 - 4 p.m. Adventures in Reading! 3:30 - 4:30 p.m.	Zumba 9 - 10 a.m. Lap Read (Ages 0 - 5) 10 - 11 a.m. Health is Your Priority: Essential Health Screening Roadmap 10:30 - 11:30 a.m. Glaucoma and Vision Loss 12 - 1 p.m. Blood Pressure Management 1 - 2:30 p.m. Beginner Yoga 4 - 5 p.m.	Movin' & Groovin' Dance Fitness 10 - 11 a.m. Balance & Stability 11:30 a.m. - 12:30 p.m. Meditation & Healing 12:45 - 1:45 p.m.	 CENTER CLOSED

Class space is limited (first come, first served). Classes are subject to change, rescheduling or cancellation without notice. Child supervision is provided while you attend a class. (Ages 4+). Must wear appropriate shoes for fitness classes.

BE ACTIVE,
HEALTHY & INFORMED



5710 CRENSHAW BLVD
LOS ANGELES, CA 90043



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



213-428-1410
SoLACRC@lacare.org
CommunityResourceCenterLA.org



SUR DE LOS ÁNGELES

ENERO

2026

Community Resource Center

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO
1 SERVICIOS DEL CENTRO Servicios a los miembros Servicios de Inscripción* Medi-cal, MediCare, Covered California, y CalFresh Orientación para nuevos miembros *Comuníquese con el Centro para disponibilidad de Servicios TODOS LOS SERVICIOS Y LAS CLASES SON GRATIS ¡PARA TODOS!	2 AZUL Califican para el programa mis recompensas para una vida sana. VERDE Por cita y registro solamanete.	3 CRC Website	4 FELIZ AÑO NUEVO CENTRO CERRADO	5 CENTRO CERRADO	6 CENTRO CERRADO
7 CENTRO CERRADO	8 CENTRO CERRADO	9 CENTRO CERRADO	10 Zumba 9 - 10 a.m. Clase de Lectura (0 - 5 años) 10 - 11 a.m. Introducción a Yoga 4 - 5 p.m.	11 Movin' & Groovin' Clase de Baile 10 - 11 a.m. Equilibrio y Estabilidad 11:30 a.m. - 12:30 p.m. Meditación y Sanación 12:45 - 1:45 p.m.	12 CENTRO CERRADO
13 Servicios de Inscripción para Covered California 9 a.m. - 4 p.m. Yoga 9 - 10 a.m. Meditación y Sanación 10:15 - 11:15 a.m. Equilibrio y Estabilidad 11:30 a.m. - 12:30 p.m. Yoga en Silla 4 - 5 p.m.	14 Zumba 9 - 10 a.m. El Arte de Frutas y Vegetales 10:30 - 11:30 a.m. Introducción a Baile en Fila 12:30 - 2 p.m.	15 Servicios de Inscripción para CalFresh 9 a.m. - 4 p.m. Prevención del Cáncer Cervical 9 - 10:30 a.m. Inscripciones para METRO LIFE 9 a.m. - 1 p.m. Clase de Baile 101 10 - 11 a.m. Equilibrio y Estabilidad 11:30 a.m. - 12:30 p.m. Meditación y Sanación 12:45 - 1:45 p.m. S.O.U.L. Circle **Se Requiere Registro** 3 - 4 p.m. ¡Aventuras Con Libros! 3:30 - 4:30 p.m.	16 Zumba 9 - 10 a.m. Clase de Lectura (0 - 5 años) 10 - 11 a.m. Su Salud es Una Prioridad: Estrategias de Reducción de Daños 10:30 - 11:30 a.m. La Disciplina y Buena Salud 12 - 1 p.m. Introducción a Yoga 4 - 5 p.m.	17 Movin' & Groovin' Clase de Baile 10 - 11 a.m. Equilibrio y Estabilidad 11:30 a.m. - 12:30 p.m. Círculo del Colectivo Florecer **Se Requiere Registro** 1 - 3 p.m.	18 CENTRO CERRADO
19 CENTRO CERRADO	20 Zumba 9 - 10 a.m. El Arte de Frutas y Vegetales 10:30 - 11:30 a.m. Introducción a Baile en Fila 12:30 - 2 p.m.	21 Servicios de Inscripción para CalFresh 9 a.m. - 4 p.m. Clase de Baile 101 10 - 11 a.m. Equilibrio y Estabilidad 11:30 a.m. - 12:30 p.m. Meditación y Sanación 12:45 - 1:45 p.m. ¡Aventuras Con Libros! 3:30 - 4:30 p.m. Cocinado con Propósito 3:30 - 5 p.m.	22 Zumba 9 - 10 a.m. Clase de Lectura (0 - 5 años) 10 - 11 a.m. Relaciones Saludables 12 - 1 p.m. Manejo de la Presión Arterial 1 - 2:30 p.m. Introducción a Yoga 4 - 5 p.m.	23 Distribución de Pañales y Artículos para Bebé 9:30 a.m. - 3:00 p.m. Orientación Para Miembros de L.A. Care *Reciba una tarjeta de regalo de \$20 por año* 10 a.m. - 2 p.m. Movin' & Groovin' Clase de Baile 10 - 11 a.m. Equilibrio y Estabilidad 11:30 a.m. - 12:30 p.m. Guía de Medi-Cal: Beneficios Dentales 1 - 2 p.m.	24 CENTRO CERRADO
25 Servicios de Inscripción para Covered California 9 a.m. - 4 p.m. Inscripciones para METRO LIFE 9 a.m. - 1 p.m. Yoga 9 - 10 a.m. Meditación y Sanación 10:15 - 11:15 a.m. Equilibrio y Estabilidad 11:30 a.m. - 12:30 p.m. Yoga en Silla 4 - 5 p.m.	26 Zumba 9 - 10 a.m. El Arte de Frutas y Vegetales 10:30 - 11:30 a.m. Introducción a Baile en Fila 12:30 - 2 p.m.	27 Servicios de Inscripción para CalFresh 9 a.m. - 4 p.m. Infecciones de Transmisión Sexual 9 - 10:30 a.m. Clase de Baile 101 10 - 11 a.m. Equilibrio y Estabilidad 11:30 a.m. - 12:30 p.m. Meditación y Sanación 12:45 - 1:45 p.m. S.O.U.L. Circle **Se Requiere Registro** 3 - 4 p.m. ¡Aventuras Con Libros! 3:30 - 4:30 p.m.	28 Zumba 9 - 10 a.m. Clase de Lectura (0 - 5 años) 10 - 11 a.m. Su Salud es Una Prioridad: Guía Básica para Chequeos Médico 10:30 - 11:30 a.m. Glaucoma y Pérdida de Visión 12 - 1 p.m. Manejo de la Presión Arterial 1 - 2:30 p.m. Introducción a Yoga 4 - 5 p.m.	29 Movin' & Groovin' Clase de Baile 10 - 11 a.m. Equilibrio y Estabilidad 11:30 a.m. - 12:30 p.m. Meditación y Sanación 12:45 - 1:45 p.m.	30 CENTRO CERRADO
31 CENTRO CERRADO	32 CENTRO CERRADO	33 CENTRO CERRADO	34 CENTRO CERRADO	35 CENTRO CERRADO	36 CENTRO CERRADO

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. Supervisión de niños está disponible durante las clases. (Edades 4+). Debe usar zapatos apropiados para las clases de ejercicios.

SEA ACTIVO,
SALUDABLE E INFORMADO



5710 CRENSHAW BLVD
LOS ANGELES, CA 90043



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



213-428-1410
SoLACRC@lacare.org
CommunityResourceCenterLA.org