

**SIRVIENDO A  
KEYPORT Y  
EL ÁREA DE  
BAYSHORE**



**GRATIS PARA LOS  
RESIDENTES DE  
KEYPORT 60+  
(DESABILITADOS  
MENORES  
DE 60 AÑOS)**

110 Second Street, Keyport, NJ 07735

www.keyportonline.com

VISITA NUESTRO FACEBOOK 'KEYPORT SENIOR CENTER'

Directora: Madeline Costello

Trabajadora Social: Ann Albano

administrativa parcial: Sofie Clark sclark@keyportonline.com

Kathy Beam KeyportSeniorCenter@keyportonline.com

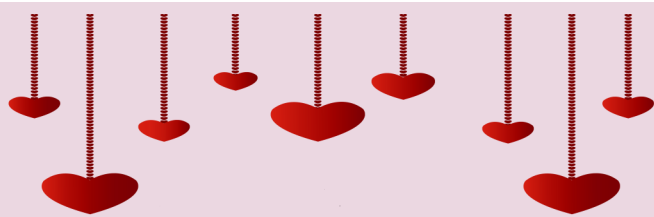
Contacto: mcostello@keyportonline.com

Telefono: 732-264-4916

Fax: 732-264-8552

**Volumen 33 Numero 2**

**FEBRERO 2025**



*KEYPORT SENIOR CENTER*

*San Valentin*

*¡ALMUERZO!*

Miércoles 12 de febrero

Almuerzo de lasaña y canciones de amor

11:00-12:00pm- Canciones de amor

12:00 pm- Almuerzo de lasaña

Almuerzo incluido

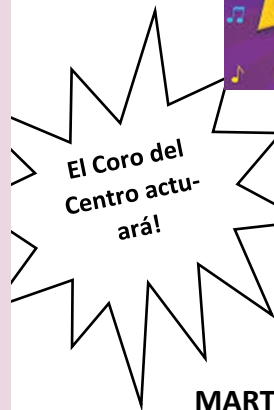
Lasaña, pan, ensalada, postre y refrescos.

**COSTO: \$12.00**

Por favor, haga el cambio exacto o los cheques a nombre de KSCAC

*Entretención de Frank Rosato*

**CENTRO PARA PERSONAS MAYORES DE KEYPORT  
CELEBRA EL MES DE LA HISTORIA NEGRA  
PRODUCIDO POR: Jessica y Tony Callandrillo**



Los premios volverán a ser donados por nuestra alcaldesa Rose Araneo

**MARTES 25 DE FEBRERO DE 2025**

**HORA DE INICIO: 10:30 AM**

**(Por favor llegar a las 10:15 para recoger los tableros de BINGO)**

**ALMUERZO: \$8.00 (comida sureña: pollo frito, guarniciones, postres y bebida)**

**Inscríbete con Sofie, Kathy o Madeline antes del 18 de febrero de 2025**

**Teléfono: 732-264-4916**

**EL COMITÉ ASESOR DE PERSONAS MAYORES DE  
KEYPORT APOYA LOS PROGRAMAS DEL CENTRO PA-  
RA PERSONAS MAYORES**

**Presidente:**Lynn Case **Vice-Presidente :**Letty Lombardo

**Tesorero:** Darlene Burgess **Secretaria:**Dawn Staniforth

**Consultiva:** Madeline Costello

**MIEMBROS DEL COMITÉ ASESOR**

**Ken Angrason      Joe Carey      Cheryl Christopher**

**Jean Crone      June Dougherty      Julia Hudson-  
Stringfellow**

**Letitia Lombardo      Kathy Massey      Patti Mascolino**

**Moreno, Elba      Susan Pike      Virginia Smith**

**Bob Thompson**

**Notas de June Dougherty, miembro del Comité Asesor  
Curiosidades divertidas**

¡Qué rápido pasa el invierno!

¿Has oído que la palabra para el año 2024 es "podredumbre cerebral"? Según Oxford University Press, se atribuye a una cantidad excesiva de contenido en línea de baja calidad, especialmente en las redes sociales. El término aumentó su uso un 230% entre 2023 y 2024. Se utilizó por primera vez en 1854 en el popular libro de Thoreau, Walden. Ahora está ganando popularidad en 2024/25 entre la Generación Z (1995-2012) y la Generación Alfa (2013-2025). Está claro que esta nueva generación no ha inventado una jerga nueva. ¡Lo viejo vuelve a ser nuevo!

¿Sabes a qué generación perteneces? La generación más grande 1901-1924 Generación silencios a 1925-1945 Baby Boomers 1946-1964

Siguiendo con las curiosidades divertidas, el Día de la Marmota se celebró por primera vez en los EE. UU. el 2 de febrero de 1887 en Punxsutawney, Pensilvania. Su origen se debe a una tradición alemana de marcar la Candelaria (2 de febrero) como el "Día del Tejón". Si un tejón salía de su guarida en un día soleado proyectando sombra, eso significaba que sólo quedaban cuatro semanas más de invierno.

El día de San Valentín es otro dato curioso y divertido que nos lleva al pasado. Los victorianos fueron los primeros en regalar flores el día de San Valentín. Las rosas rojas se regalaban como símbolo del romance, que se remonta a la antigua Roma. Se decía que eran la pose favorita de Venus, la diosa romana del amor (madre de Cupido). Otros datos no son tan alentadores y se remontan al siglo VI a.C. Dejaré al lector la búsqueda de esos detalles. Cupido es un dios griego, llamado Eros en el año 700 a.C. Los romanos transformaron a Eros en Cupido en el siglo IV a. C. En el siglo XIX, el arco y la flecha se convirtieron en el símbolo del corazón de una persona enamorada.

*¡Todos los que participaron en nuestro "Mes del Juego" se divertieron mucho! ¡Gracias a The Villa's, Hackensack Meridian y NJ Natural Gas por patrocinar los juegos y a todos los que participaron!*

*¡El programa de Cerámica en nuestra clase de Arte en Todos los Medios hizo aflorar la creatividad de muchos de nuestros artistas, gracias a Mary Lou! La clase de arte en todos los medios incorpora varias formas de arte. Podrás seguir trabajando en un proyecto en particular, pintando tanto con Acuarela como con Acrílicos o sumarte a los distintos proyectos que se te presentan a lo largo del año. Consulte nuestra página de calendario para obtener actualizaciones sobre la clase de arte.*

*Si aún no te has inscrito para este año, este es el último mes para volver a inscribirte. Residentes de Keyport, por favor pasen por nuestra oficina o llámenos para informarnos que continúan con su membresía. Si no es residente y decidió no unirse, llámenos para informarnos.*

*Tenga en cuenta que, cuando haya un perro de servicio en el edificio o mientras esté de servicio, no intente acariciarlo ni hablar con él. Es muy tentador porque a todos nos encantan los perros, pero recuerda que el perro está para servicio y es muy importante para la seguridad tanto del perro como de su dueño. Gracias por su cooperación.*

*Como nota final, decidí retirarme el 1 de marzo y pasar a un nuevo capítulo de mi vida. Tuve mucha suerte de tener un trabajo que realmente disfrutaba. Una gran parte de cualquier trabajo es la gente con la que trabajas y tengo que decir que has sido muy servicial, amable y muy divertido. Me uniré a mi centro para personas mayores y espero hacer más ejercicio y divertirme, y trabajar menos con la computadora. Gracias, ya que hiciste de esta parte de mi vida una experiencia maravillosa.*



*Felicidades a los  
Cumpleañeros*



*Anthony Callandrillo, Julie Vitale, Thomas Wortley,  
Joy Fleming, Thomas McConeghy, Zdzislaw Czech,  
Kathy Beam, Renhaun Tang, Diane Ombrellino,  
Agnes Leyesa, JoAnn Snyder, Tamara Bonaventura,  
Maxis Pierre, Gwen Williams, Frank Gulla,  
Peter Chiu, Cherie Piasio, Lois Hewitt, Youssef  
Youssef, Sandra Errickson, Carolyn Hardt, Barbara-  
Joan Colfer, Eileen McConeghy, Laurie Eng, Mark Orr,  
Marion Avallone, Nilda Cabrera, Nidia D'Achiardi,  
Joan Devino, Linda Melendez, James Cassidy, Judy  
Willson, Miriam Merced, Carol Battista, Lillian  
Dekovics, Judy Lipman, Susan Palaschak*



*condolencias*



Margaret Hollowood  
Donna Robichaud  
Richard Eisenbeis  
Pamela Basista

*Bienvenidos*

**A Los Nuevos  
Miembros**

Ve una nueva cara? Darles la bienvenida! Muéstrales el Centro y haz que participen en todo lo que el Centro tiene para ofrecer! Quién sabe... Podrías hacer un nuevo amigo!

**PELÍCULA  
PÁJARO BLANCO**



Mientras lucha por adaptarse a su nueva escuela después de ser expulsado por el trato recibido por Auggie Pullman, Julian recibe la visita de su abuela y se transforma con la historia de sus intentos de escapar de la Francia ocupada por los nazis durante la Segunda Guerra Mundial.



*Lista de Deseos*

**Nuestros armarios están llenos.  
¡Gracias por sus generosas  
donaciones!**



Lucille Waugh  
Anatoly Dragomeretsky



**ACEPTAMOS** tarjetas de condolencias generales, Ponte bien, pensando en ti y **TARJETAS DE CUMPLEAÑOS**. **NO ACEPTAMOS** ninguna Tarjetas festivas, para ocasiones específicas o tarjetas religiosas. **¡GRACIAS POR VUESTRAS DONACIONES AL CENTRO!**





¡Gracias!



Por tanto apoyo

¿Sabías que nuestra página de nombre es una forma divertida de donar a nuestro Centro??

A continuación se muestra una lista de todos los miembros que contribuyen al buen hacer de nuestro centro. Es solo \$10.00/annual. Por favor, pase por la oficina principal para ser parte del apoyo del centro.

**Ann Albano Maria Bardowell Carol Battista Brigitte Broderick Darlene Burgess**  
**Tony Callandrillo Jessica Magee Callandrillo ELIZABETH CARTER**  
**Madeline Costello Helen Dahlgren Satish Daniel Viola Didato Eileen DeCicco Joan Devino**  
**June Dougherty Laurie Eng Wendy Esannason Mary Faitoute Debbie Hege**  
**Constance Lefferts Robert Lesniakowski Agnes Leyesa Terrie Magistro Sue Miller Sandy Molon**  
**MaryEllen Murach Regina O'Reilly Gail Paris Cathy Mietz COOKIE PIZZI**  
**FRED PIZZI Diana Rasmussen Barbara Repp Dan Rosato DIANE SHEPPARD**  
**VIRGINIA SMITH Dawn Staniforth Marianne Tavani Orma Trim**



PRESENTED BY RIGHT AT HOME OF CNJ

# Heart Health Presentation

Right at Home of Central NJ  
732-967-0900

[www.rahcentral.com](http://www.rahcentral.com) \* [support@rahcentral.com](mailto:support@rahcentral.com)

February 5th, 11 AM  
Keyport Senior Center

Make your heart health always your priority.  
Participate in this event and take steps towards a better lifestyle!



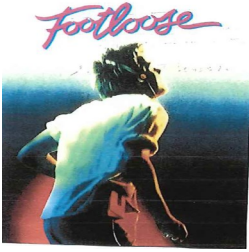
ÚNASE A LOS ASUNTOS DEL CONSUMIDOR DEL CONDADO DE MONMOUTH  
PARA UNA PRESENTACIÓN SOBRE  
CÓMO PROTEGERSE DE LAS ESTAFAS

Ya sea una llamada telefónica no deseada, la contratación de un contratista, el robo de identidad, las compras en línea o las tarjetas de regalo, existen innumerables peligros que debemos tener en cuenta. ¡El conocimiento es poder!  
JUEVES 27 DE FEBRERO A LAS 11:00AM  
Centro para personas mayores de Keyport  
110 Second Street

Únase al Director de Asuntos del Consumidor del Condado de Monmouth, Joseph Hadden, mientras habla sobre las últimas estafas y cómo puede protegerse para no convertirse en otra víctima.

¡Ven preparado para hacer cualquier pregunta específica que puedas tener!

**GRUPO DE TEATRO KEYPORT**



Anuncia un viaje a

**El Teatro Algonquin en Manasquan**

**Sábado 5 de abril de 2025**

**FOOTLOOSE**

Un chico de ciudad rebelde se encuentra en un tenso pueblo del Medio Oeste donde el baile y, por lo tanto, toda alegría juvenil, han sido prohibidos.

**Almuerzo en Squan Tavern**

Costo \$93.00 (incluye autobús, almuerzo y entrada al teatro). Los miembros del KSC tienen primera prioridad. Si están disponibles, las entradas para no miembros cuestan \$98.00.

Haga los cheques a nombre de KSCAC e incluya su número de teléfono. Nos reuniremos en el estacionamiento a las 9:45 a. m. El autobús sale del estacionamiento del Keyport Senior Center a las 10:00 a. m. El regreso es aproximadamente a las 5:30 p.m.

Coloque los cheques en el buzón del teatro ubicado en el pasillo a partir del 3 de marzo de 2025.

Estás invitado a una  
**CALLE. CELEBRACIÓN DEL DÍA  
DE SAN PATRICIO  
CON DJ 'ARTIE'  
TRIVA IRLANDESA Y NOMBRE  
DE LA MELODÍA**  
Viernes 14 de marzo de 2025  
11:30 a. m.  
Centro para personas mayores  
de Keyport 110 Second Street  
¡Únase a nosotros para celebrar  
con amigos, juegos, comida y  
mucho más! Los juegos comienzan a las 11:30 a. m. seguido del  
almuerzo a las 12:30 p. m. Costo:  
\$12 (incluye carne en conserva  
con pan de centeno de Broad  
Street Diner, guarniciones y re-  
fresco)



## “Programa Movimiento por la Vida”

**UN PROGRAMA INTEGRAL DE EJERCICIO QUE ABORDA TODOS LOS ASPECTOS DEL MOVIMIENTO SALUDABLE PARA ADULTOS MAYORES. TODAS LAS CLASES SE OFRECEN SIN COSTO Y SON IMPARTIDAS POR INSTRUCTORES**

**UN PROGRAMA INTEGRAL DE EJERCICIO QUE ABORDA TODOS LOS ASPECTOS DEL MOVIMIENTO SALUDABLE PARA ADULTOS MAYORES. TODAS LAS CLASES SE OFRECEN SIN COSTO Y SON IMPARTIDAS POR INSTRUCTORES CERTIFICADOS.**

**BAILE EN LÍNEA BÁSICA:** ¡No te pierdas la diversión! ¡Haz nuevos amigos, mantén tu memoria fresca y mejora tu coordinación y ejercicio, todo en uno! Aprende los pasos básicos de baile en línea. Aprenderá bailes populares de Party Line y otros con varios tipos de música.

**CUERPOS EN MOVIMIENTO-** Coreografía “movimiento con música”. Genial para el sistema cardiovascular. ¡Sé saludable para tu corazón y diviértete!

**CREACIÓN DE FUERZA:** diseñado para fortalecer los músculos de todo el cuerpo utilizando una combinación de pesas, bandas y pelotas con peso. Mejora la fuerza y el equilibrio.

**YOGA EN SILLA:** clase de mente y cuerpo sentado/de pie que incorpora principios de yoga e imágenes guiadas. Los estudiantes realizan una serie de posturas suaves de yoga y ejercicios de estiramiento. Mejora la fuerza, la flexibilidad, el equilibrio y la respiración, así como el bienestar mental.

**BAILE EN LÍNEA INTERMEDIA:** no te pierdas la diversión. ¡No hay mejor manera de hacer nuevos amigos, mantener fresca la memoria y hacer ejercicio TODO en uno! Únase a nosotros en “COUNTRY LINE DANCING” con varios tipos de música con Ellen. Le garantizamos que comenzará el día con un rebote en sus pasos y una sonrisa en su rostro. Dónde: Keyport Senior Center Cuándo: miércoles 10:00 am.

**GENTLE FITNESS:** las personas trabajan a su propio ritmo. Los ejercicios se realizan sentado o de pie durante cortos períodos de tiempo. Las clases ayudan a aliviar la rigidez, el dolor en las articulaciones y mejorar el rango de movimiento, la flexibilidad y la resistencia. También mejora el equilibrio, la postura y ayudará a mejorar los síntomas de la artritis. Este programa es ideal para principiantes y todos los niveles de condición física.

**LATIN GROOVE:** baile al ritmo de ritmos latinos como Cha Cha, Salsa, Merengue y Bachata, así como bailes en línea populares como Electric Slide, Cupid Shuffle y Cowboy Hustle. Una forma divertida de hacer un buen entrenamiento. ¡Ven a mover tu cuerpo y ponte en marcha!

**\*PROYECTO HUESOS SALUDABLES:** un programa educativo y de ejercicios diseñado para prevenir y retardar el desarrollo de la osteoporosis. Los participantes comienzan con pesas de 1 libra y progresan según lo determinen ellos mismos.

**MÁS FUERTE POR MINUTO** - (Entrenamiento en intervalos de 60 segundos): después de un breve calentamiento cardiovascular, la clase consta de intervalos de 60 segundos de entrenamiento de fuerza y resistencia utilizando pesas, pelotas con peso y pelotas blandas. A los estudiantes se les ofrecen opciones para sentarse o pararse y se les ofrecen modificaciones, lo que hace que esta clase sea ideal para todos los participantes.

**TAI CHI-** Únase a Bruce King para la clase. Para aquellos de ustedes que estén familiarizados, Bruce compartirá la versión breve de Sun Style. Tai Chi es meditación en movimiento, un ejercicio lento, suave, elegante, de mente-cuerpo, de bajo impacto, de cuerpo completo y divertido.

**ZUMBA-** una mezcla de estilos de baile. Zumba divide estos bailes para abordar las necesidades anatómicas y biomecánicas de los adultos mayores activos o del principiante incondicionado. No se basa en los típicos ritmos de 32 tiempos de estilo aeróbico para el movimiento, sino que se inspira en música auténtica.



## **AUTOBÚS PATRÓN DE KEYPORT**

### **Personas mayores (60+) y discapacitadas**

### **Horario del autobús “Skipper” de transporte**

### **2024**

**MARTES Y JUEVES 10AM-3PM (ÚLTIMA RECOGER) APROX. BU-  
CLE DE 1 HORA**

- 500 BROAD ST, (ENTRADA DE AUTOBUSES)
- STOP & SHOP(PUERTA DE ENTRADA CERCA DE IHOP)
- BEERS STREET (ENTRADA LATERAL)
- ESQUINA DE BEERS ST. Y FRONT ST.
- FARMERS MARKET (jueves 6/6-10/25 abre a la 1 p.m.)
- KEYPORT BOROUGH HALL (ENTRADA TRASERA EN EL ESTACIONAMIENTO)
- BROAD ST Y FRONT ST. (FRENTE DEL PUB MCDONAUGH)
- THIRD ST(BIBLIOTECA)
- FRENTE AL AGUA (GZEBO EN LA PASARELA DEL ESTACIONAMIENTO)
- KEYPORT SENIOR CENTER (ENTRADA TRASERA POR RAMPA)
- GREEN GROVE AVE. EN APARTAMENTOS

### **TRANSPORTE ADICIONAL GRATUITO**

Transporte de bienestar del condado de Monmouth 732-431-7448  
Caregiver Volunteers of Central Jersey 732-505-2273

**FEBRERO**

LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES
<p><b>Dra. Lynn Motasis</b> <b>Podólogo</b> <b>732-970-4580</b></p>	<p><b>Servicios Legales del Sur de Jersey</b> <b>732-414-6750 (ext. 6505)</b></p>			
<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>	<b>6</b>	<b>7</b>
<p>9:00-10:30 -Tenis de mesa <b>10:00 Dr. Motasis Podólogo</b> <b>10:30-Proyecto Huesos Saludables</b> <b>11:00-4:00– Canasta</b> 12-12:45 - Clase de español 1:00 - Fuerza Mayor con Elizabeth 1:30—Cerámica 2:30—Tenis de mesa</p>	<p>10:00- Reunión del Centro 10:00-Cartas/Póquer 10:30-11:45-Bingo 11:30– Tenis de mesa 12-1:00– Coro Clase 12-2-Ajedrez 1:00-Yoga en silla con Kim 2:15– Zumba</p>	<p>10:00-Cartas/Póquer <b>10:00-Voleibol de silla con Gail</b> <b>11:00 "Heart Healthy" por Jonathan de Right at Home</b> 1:00– Circuito Senior con Elizabeth 1-3:30-Todo el arte medio 2:30-Tenis de mesa</p>	<p><b>9:30-1:30-Trabajador Social</b> 10:00-Fitness suave con Oscar 11:00-Canasta 11:30-Tenis de mesa <b>12:30 – Tai Chi (Nuevo Tiempo)</b> <b>1:30– Clases de guitarra</b></p>	<p>9:00-10:15-Tenis de mesa 10:00-Cartas/Póquer 10:30-Ritmo latino 12:00-Tenis de mesa <b>1:00-Rincón de los Escritores</b> <b>4:30-5:30 Grupo de Apoyo para el Alzheimer</b></p>
<b>10</b>	<b>11</b>	<b>12</b>	<b>13</b>	<b>14</b>
<p>9:00-10:30 -Tenis de mesa <b>10:30-Proyecto Huesos Saludables</b> <b>11:00-4:00– Canasta</b> 12-12:45 - Clase de español 1:00 - Fuerza Mayor con Elizabeth 1:30—Cerámica 2:30—Tenis de mesa</p>	<p>10:00- Center Meeting 10:00-Cards/Poker 10:30-11:45-Bingo 11:30– Table Tennis 12-1:00– Chorus 12-2-Chess Class 1:00-Chair Yoga with Kim 2:15– Zumba</p>	<p>10:00-Cartas/Póquer <b>10:00-Voleibol de silla con Gail</b> <b>11:00 Almuerzo de San Valentín y canciones de amor</b> 1:00– Circuito Senior con Elizabeth 1-3:30-Todo el arte medio 2:30-Tenis de mesa</p>	<p><b>9:30-1:30-Trabajador Social</b> 10:00-Fitness suave con Oscar 11:00-Canasta 11:30-Tenis de mesa <b>12:30 – Tai Chi (Nuevo Tiempo)</b> <b>1:30– Clases de guitarra</b></p>	<p>9:00-10:15-Tenis de mesa 10:00-Cartas/Póquer <b>10:30- Enfermera VNA</b> 10:30-Ritmo latino 12:00-Tenis de mesa <b>1:00-Café de libros</b></p>
<b>17</b>	<b>18</b>	<b>19</b>	<b>20</b>	<b>21</b>
<p><b>CENTRO CERRADO</b> <b>DÍA DE LOS PRESIDENTES</b></p>	<p>10:00- Reunión del Centro 10:00-Cartas/Póquer 10:30-11:45-Bingo 11:30– Tenis de mesa 12-1:00– Coro Clase 12-2-Ajedrez 1:00-Yoga en silla con Kim 2:15– Zumba</p>	<p>10:00-Cartas/Póquer <b>10:00-Voleibol de silla con Gail</b> 1:00– Circuito Senior con Elizabeth 1-3:30-Todo el arte medio 2:30-Tenis de mesa</p>	<p><b>9:30-1:30-Trabajador Social</b> 10:00-Fitness suave con Oscar 11:00-Canasta <b>11:00– Película "Pájaro Blanco"</b> 11:30-Tenis de mesa <b>12:30 – Tai Chi (Nuevo Tiempo)</b> <b>1:30– Clases de guitarra</b></p>	<p>9:00-10:15-Tenis de mesa 10:00-Cartas/Póquer 10:30-Ritmo latino 12:00-Tenis de mesa <b>1:00– Rincón de los Escritores</b></p>
<b>24</b>	<b>25</b>	<b>26</b>	<b>27</b>	<b>28</b>
<p>9:00-10:30 -Tenis de mesa <b>10:30-Proyecto Huesos Saludables</b> <b>11:00-4:00– Canasta</b> 12-12:45 - Clase de español 1:00 - Fuerza Mayor con Elizabeth 1:30—Cerámica 2:30—Tenis de mesa</p>	<p>10:00- Reunión del Centro 10:00-Cartas/Póquer <b>10:30 Programa Anual de Historia Negra y Bingo</b> <b>Almuerzo de comida sureña a seguir</b> 11:30– Tenis de mesa 12-1:00– Coro Clase 12-2-Ajedrez 1:00– Yoga en silla con Kim 2:15– Zumba</p>	<p><b>8:30– Viaje a Atlantic City</b> 10:00-Cartas/Póquer <b>10:00-Voleibol de silla con Gail</b> 1:00– Circuito Senior con Elizabeth 1-3:30-Todo el arte medio 2:30-Tenis de mesa</p>	<p><b>9:30-1:30-Trabajador Social</b> 10:00-Fitness suave con Oscar <b>11:00 "Estafas nuevas y conocidas" dirigidas a la población mayor</b> 11:00-Canasta 11:30-Tenis de mesa <b>12:30 – Tai Chi (Nuevo Tiempo)</b> <b>1:30– Clases de guitarra</b> <b>2:00– Comité Asesor Mtg.</b></p>	<p>9:00-10:15-Tenis de mesa 10:00-Cartas/Póquer 10:30-Ritmo latino 12:00-Tenis de mesa</p>