



# SEP 2023 -

## Wellness Center: NORTH LAKELAND

Address: 4120 US Hwy 98 N, Ste 200, Lakeland FL 33809

Phone number: (863) 354-3437



### MONDAY

### TUESDAY

### WEDNESDAY

### THURSDAY

### FRIDAY



## SPECIAL EVENTS

Every Wednesday – 10:00am  
Zumba

Every Thursday – 11:00am  
Healthy Lunch

September 13 – 11:00 am  
Healthcare Education Series: Pain Awareness by Dr. David Ellens

MONDAY	TUESDAY	WEDNESDAY	THURSDAY	FRIDAY
				1 Wellness Closed
4 Holiday	5 9am Coffee Time 10am Education 11am Memory Games 1pm Education 2pm Memory Games 3pm Coloring	6 9am Coffee Time 10am Zumba 11am Board Games 1pm Gym 2pm Coloring 3pm Board Games	7 9am Coffee Time 10am Let's Talk 11am Healthy Lunch 1pm Board Games 2pm Gym 3pm Coloring	8 9am Coffee Time 10am Crafts 11am Board Games 1pm Gym 2pm Board Games 3pm Let's Talk
11 9am Coffee Time 10am Coloring 11am Board Games 1pm Coloring 2pm Gym 3pm Board Games	12 9am Coffee Time 10am Education 11am Board Games 1pm Gym 2pm Education 3pm Board Games	13 9am Coffee Time 10am Zumba 11am Education Series 1pm Bingo 2pm Coloring 3pm Education	14 9am Coffee Time 10am Let's Talk 11am Healthy Lunch 1pm Board Games 2pm Coloring 3pm Let's Talk	15 9am Coffee Time 10am Crafts 11am Memory Games 1pm Gym 2pm Memory Games 3pm Coloring
18 9am Coffee Time 10am Painting 11am Board Games 1pm Coloring 2pm Gym 3pm Board Games	19 9am Coffee Time 10am Education 11am Board Games 1pm Gym 2pm Education 3pm Coloring	20 9am Coffee Time 10am Zumba 11am Board Games 1pm Gym 2pm Coloring 3pm Education	21 9am Coffee Time 10am Let's Talk 11am Healthy Lunch 1pm Board Games 2pm Gym 3pm Board Games	22 9am Coffee Time 10am Crafts 11am Education 1pm Board Games 2pm Gym 3pm Board Games
25 9am Coffee Time 10am Coloring 11am Board Games 1pm Gym 2pm Board Games 3pm Coloring	26 9am Coffee Time 10am Education 11am Board Games 1pm Coloring 2pm Board Games 3pm Gym	27 9am Coffee Time 10am Zumba 11am Board Games 1pm Coloring 2pm Gym 3pm Board Games	28 9am Coffee Time 10am Let's Talk 11am Healthy Lunch 1pm Board Games 2pm Gym 3pm Let's Talk	29 9am Coffee Time 10am Crafts 11am Board Games 1pm Coloring 2pm Gym 3pm Board Games

- Arts & Crafts
- Physical Exercises
- Educational
- Social



# SEP 2023 -

## Wellness Center: NORTH LAKELAND

Address: 4120 US Hwy 98 N, Ste 200, Lakeland FL 33809

Phone number: (863) 354-3437



### LUNES

### MARTES

### MIÉRCOLES

### JUEVES

### VIERNES

				1 Wellness Cerrado
<b>Feriado</b> 4	9am <b>Hora del Café</b> 5 10am <b>Educación</b> 11am <b>Memoria</b> 1pm <b>Educación</b> 2pm <b>Memoria</b> 3pm <b>Colorear</b>	9am <b>Hora del Café</b> 6 10am <b>Zumba</b> 11am <b>Juegos de mesa</b> 1pm <b>Gimnasio</b> 2pm <b>Colorear</b> 3pm <b>Juegos de mesa</b>	9am <b>Hora del Café</b> 7 10am <b>Charlemos</b> 11am <b>Almuerzo Saludable</b> 1pm <b>Juegos de mesa</b> 2pm <b>Gimnasio</b> 3pm <b>Colorear</b>	8 9am <b>Horas del Café</b> 10am <b>Manualidades</b> 11am <b>Juegos de mesa</b> 1pm <b>Gimnasio</b> 2pm <b>Juegos de mesa</b> 3pm <b>Charlemos</b>
9am <b>Hora del Café</b> 11 10am <b>Colorear</b> 11am <b>Juegos de mesa</b> 1pm <b>Colorear</b> 2pm <b>Gimnasio</b> 3pm <b>Juegos de mesa</b>	9am <b>Hora del Café</b> 12 10am <b>Educación</b> 11am <b>Juegos de mesa</b> 1pm <b>Gimnasio</b> 2pm <b>Educación</b> 3pm <b>Juegos de mesa</b>	9am <b>Hora del Café</b> 13 10am <b>Zumba</b> 11am <b>Serie Educativa</b> 1pm <b>Bingo</b> 2pm <b>Colorear</b> 3pm <b>Educación</b>	9am <b>Hora del Café</b> 14 10am <b>Charlemos</b> 11am <b>Almuerzo Saludable</b> 1pm <b>Juegos de mesa</b> 2pm <b>Colorear</b> 3pm <b>Charlemos</b>	9am <b>Hora del Café</b> 15 10am <b>Manualidades</b> 11am <b>Juegos de mesa</b> 1pm <b>Gimnasio</b> 2pm <b>Juegos de memoria</b> 3pm <b>Colorear</b>
9am <b>Hora del Café</b> 18 10am <b>Pintar</b> 11am <b>Juegos de mesa</b> 1pm <b>Colorear</b> 2pm <b>Gimnasio</b> 3pm <b>Juegos de mesa</b>	9am <b>Hora del Café</b> 19 10am <b>Educación</b> 11am <b>Juegos de mesa</b> 1pm <b>Gimnasio</b> 2pm <b>Educación</b> 3pm <b>Colorear</b>	9am <b>Hora del Café</b> 20 10am <b>Zumba</b> 11am <b>Juegos de mesa</b> 1pm <b>Gimnasio</b> 2pm <b>Colorear</b> 3pm <b>Educación</b>	9am <b>Hora del Café</b> 21 10am <b>Charlar</b> 11am <b>Almuerzo Saludable</b> 1pm <b>Juegos de mesa</b> 2pm <b>Gimnasio</b> 3pm <b>Juegos de mesa</b>	9am <b>Hora del Café</b> 22 10am <b>Manualidades</b> 11am <b>Educación</b> 1pm <b>Juegos de mesa</b> 2pm <b>Gimnasio</b> 3pm <b>Juegos de mesa</b>
9am <b>Hora del Café</b> 25 10am <b>Colorear</b> 11am <b>Juegos de mesa</b> 1pm <b>Gimnasio</b> 2pm <b>Juegos de mesa</b> 3pm <b>Colorear</b>	9am <b>Hora del Café</b> 26 10am <b>Educación</b> 11am <b>Juegos de mesa</b> 1pm <b>Colorear</b> 2pm <b>Juegos de mesa</b> 3pm <b>Gimnasio</b>	9am <b>Hora del Café</b> 27 10am <b>Zumba</b> 11am <b>Juegos de mesa</b> 1pm <b>Coloring</b> 2pm <b>Gimnasio</b> 3pm <b>Juegos de mesa</b>	9am <b>Hora del Café</b> 28 10am <b>Charlemos</b> 11am <b>Almuerzo Saludable</b> 1pm <b>Juegos de mesa</b> 2pm <b>Gimnasio</b> 3pm <b>Charlemos</b>	9am <b>Hora del Café</b> 29 10am <b>Manualidades</b> 11am <b>Juegos de mesa</b> 1pm <b>Colorear</b> 2pm <b>Gimnasio</b> 3pm <b>Juegos de mesa</b>



## EVENTOS ESPECIALES

Todos los Miércoles– 10:00am  
Zumba

Todos los Jueves– 11:00am  
Almuerzo Saludable

Septiembre 13 – 11:00 am  
Serie de Educación de la Salud:  
Conciencia del Dolor por Dr. David Ellens

- Manualidades
- Educativa
- Actividad física
- Social



@imamedicalgroup