



SEP 2023 -

Wellness Center: SANFORD

Address: 2432 S French Avenue, Sanford, Florida 32771

Phone number: 407-768-4464



MONDAY

TUESDAY

WEDNESDAY

THURSDAY

FRIDAY

					1 9am Exercises 10am Motor skills 11am Relaxing 1pm Domino 2pm Rummikub 3pm Disney Movie
	4 CLOSED Labor Day	5 9am Exercises 10am Walking 11am Conference 1pm Tables Games 2pm Rummikub 3pm Puzzles	6 9am Motor Skills 10am Conference 11am Conference 1pm Relaxing 2pm Tables games 3pm Painting	7 9am Foot Exercises 10am Walking 11am Conference 1pm Lunch 2pm Tables Games 3pm Puzzles	8 9am Hand Exercise 10am Motor Skills 11am Relaxing 1pm Arts & Craft 2pm Domino 3pm Painting
11 9am Stretching 10am Motor Skills 11am Relaxing 1pm Table Games 2pm Puzzles 3pm Rummikub	12 9am Exercises 10am Motor Skills 11am Conference 1pm Tables Games 2pm Puzzles 3pm Domino	13 9am Foot Exercises 10am Walking 11am Conference 1pm Painting 2pm Puzzles 3pm Domino	14 9am Motor Skills 10am Relaxing 11:30am Pain Awareness 1pm Snacks 2pm Rummikub 3pm Painting	15 9am Exercises 10am Motor Skills 11am Relaxing 1pm Domino 2pm Rummikub 3pm Movie	
18 9am Foot Exercises 10am Stretching 11am Relaxing 1pm Tables Games 2pm Puzzles 3pm Rummikub	19 9am Exercises 10am Stretching 11am Relaxing 1pm Domino 2pm Rummikub 3pm Painting	20 9am Exercises 10am Conference 11am Relaxing 1pm Puzzles 2pm Rummikub 3pm Painting	21 9am Motor Skills 10am Walking 11am Snacks 1pm Arts & Craft 2pm Rummikub 3pm Painting	22 9am Foot Exercises 10am Motor Skills 11am Domino 1pm Painting 2pm Tables Game 3pm Movie	
25 9am Exercises 10am Stretching 11am Relaxing 1pm Puzzles 2pm Painting 3pm Rummikub	26 9am Exercises 10am Motor Skill 11am Relaxing 1pm Puzzles 2pm Painting 3pm Rummikub	27 9am Exercises 10am Motor Skills 11am Conference 1pm Relaxing 2pm Rummikub 3pm Domino	28 9am Exercises 10am Walking 11am Snacks 1pm Tables Games 2pm Rummikub 3pm Painting	29 9am Exercises 10am Motor Skills 11am Relaxing 1pm Tables Games 2pm Rummikub 3pm Happy Birthday	



SPECIAL EVENTS

Conference: Senior Alliance Healthy Life
From Sept 6 to October 11, 2023

Conference: Holding Hand Florida –
Equipment to Seniors Sept 5, 7, 12, 2023

Healthcare Education Series: Pain
Awareness with Dr. Candice Rivera
Sep 14, 2023, from 11:30am to 12:30pm

- Arts & Crafts
- Physical Exercises
- Educational
- Social



@imamedicalgroup



SEP 2023 -

Wellness Center: SANFORD

Address: 2432 S French Avenue, Sanford, Florida 32771

Phone number: 407-768-4464



LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

					1 9am Ejercicios 10am Destrezas 11am Relaxing 1pm Dominos 2pm Rummikub 3pm Pelicula Disney
	4	5	6	7	8
CERRADO Labor Day	9am Ejercicios 10am Caminando 11am Conferencia 1pm Juegos Mesa 2pm Rummikub 3pm Rompecabezas	9am Destrezas 10am Conferencia 11am Conferencia 1pm Relajados 2pm Juego de Mesa 3pm Pintura	9am Pie Ejercicios 10am Caminando 11am Conferencia 1pm Almuerzo 2pm Juego Mesas 3pm Rompecabeza	9am Ejercicio Mano 10am Detrezas 11am Relajados 1pm Manualidades 2pm Dominos 3pm Pintando	
	11	12	13	14	15
9am Estiramiento 10am Destrezas 11am Relajados 1pm juego de Mesa 2pm Rompecabeza 3pm Rummikub	9am Ejercicios 10am Detrezas 11am Conferencia 1pm Juego de Mesa 2pm Rompecabeza 3pm Domino	9am Ejercicio Pie 10am Caminando 11am Conferencia 1pm Pintando 2pm Rompecabeza 3pm Domino	9am Destrezas 10am Relaxing 11:30am Conciencia del Dolor 1pm Almuerzo 2pm Rummikub 3pm Pintando	9am Ejercicios 10am Destrezas 11am Relajados 1pm Domino 2pm Rummikub 3pm Pelicula	
	18	19	20	21	22
9am Ejercicios 10am Estiramiento 11am Relajados 1pm juego Mesa 2pm Rompecabeza 3pm Rummikub	9am Ejercicios 10am Estiramiento 11am Relajados 1pm Domino 2pm Rummikub 3pm Pintando	9am Ejercicios 10am Conferencia 11am Relajados 1pm Rompecabeza 2pm Rummikub 3pm Pintando	9am Destrezas 10am Caminando 11am Almuerzo 1pm Manualidades 2pm Rummikub 3pm Pintando	9am Ejercicio Pie 10am Destrezas 11am Domino 1pm Pintando 2pm Juego Mesa 3pm Cine	
	25	26	27	28	29
9am Exercises 10am Estiramiento 11am Relajados 1pm Rompecabeza 2pm Pintando 3pm Rummikub	9am Ejercicios 10am Destrezas 11am Relajados 1pm Rompecabeza 2pm Pintando 3pm Rummikub	9am Ejercicios 10am Destrezas 11am Conferencia 1pm Relajados 2pm Rummikub 3pm Domino	9am Ejercicios 10am Caminando 11am Almuerzo 1pm Juego de Mesa 2pm Rummikub 3pm Pintando	9am Ejercicios 10am Destrezas 11am Relajados 1pm Juego Mesas 2pm Rummikub 3pm Feliz Cumple	



EVENTOS ESPECIALES

Conferencia: Senior Alliance Healthy
Desde Sept 6 a Octubre 11, 2023

Conferencia: Holding Hand Florida
Septiembre 5, 7, 12 – 2023
Utilización de Equipos para Seniors

Serie de Educación de Salud:
Concientización sobre el Dolor con la Dra.
Candice Rivera
Sept 14, 2023, de 11:30am a 12:30pm

- Manualidades
- Actividad física
- Educativa
- Social



@imamedicalgroup