



NOV 2023 -

Wellness Center: NORTH LAKELAND

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

Phone number: (863)354-3437

**MONDAY****TUESDAY****WEDNESDAY****THURSDAY****FRIDAY**

		1 9am Coffee Time 10am Zumba 11am Stretching 1pm Board Games 2pm Gym 3pm Board Games	2 9am Coffee 10am Gym 11am Lunch 1pm Bingo 2pm Gym 3pm Board Games	3 9am Coffee 10am Crafts 11am Board Games 1pm Gym 2pm Board Games 3pm Gym
6 9am Coffee 10am Let's Talk 11am Board Games 1pm Gym 2pm Board Games 3pm Gym	7 9am Coffee 10am Dessert Class 11am Bingo 1pm Gym 2pm Board Games 3pm Gym	8 9am Coffee 10am Zumba 11am Board Games 1pm Gym 2pm Crafts 3pm Board Games	9 9am Coffee 10am Let's Talk 11am Lunch 1pm Bingo 2pm Gym 3pm Board Games	10 9am Coffee 10am Painting 11am Meet Sunny! 1pm Bingo 2pm Gym 3pm Board Games
13 9am Coffee 10am Let's Talk 11am Gym 1pm Board Games 2pm Let's Talk 3pm Board Games	14 9am Coffee 10am Movie 11am Board Games 1pm Gym 2pm Painting 3pm Board Games	15 9am Coffee 10am Zumba 10:45am Diabetes (ENG) 11:15am Diabetes (SPA) 1pm Gym 2pm Board Games 3pm Let's Talk	16 9am Coffee Time 10am Let's Talk 11am Lunch 1pm Bingo 2pm Gym 3pm Board Games	17 9am Coffee Time 10am Crafts 11am Thanksgiving 1pm Board Games 2pm Gym 3pm Board Games
20 9am Coffee 10am Let's Talk 11am Board Games 1pm Gym 2pm Coloring 3pm Board Games	21 9am Coffee 10am Dessert Class 11am Board Games 1pm Gym 2pm Coloring 3pm Board Games	22 9am Coffee 10am Zumba 11am Board Games 1pm Gym 2pm Coloring 3pm Board Games	23 Thanksgiving Day Closed	24 9am Coffee 10am Crafts 11am Bingo 1pm Gym 2pm Board Games 3pm Coloring
27 9am Coffee 10am Coloring 11am Board Games 1pm Gym 2pm Board Games 3pm Coloring	28 9am Coffee 10am Movie 11am Painting 1pm Bingo 2pm Gym 3pm Let's Talk	29 9am Coffee 10am Zumba 11am Board Games 1pm Gym 2pm Coloring 3pm Board Games	30 9am Coffee 10am Let's Talk 11am Birthday 1pm Bingo 2pm Gym 3pm Board Games	



SPECIAL EVENTS

November 10 – 11:00 am
Meet Sunny, the IMA mascot
 BRING A FRIEND!



Every Wednesday – 10:00am
 Zumba

Every Thursday – 11:00am
 Healthy Lunch

November 15 – Healthcare Education Series: Diabetes Awareness by Dr. Vanoni
 10:45am English
 11:15 Spanish

November 17- 11:00am
 Thanksgiving Party

November 30 – 11:00am
 Birthday Celebrations

- Arts & Crafts
- Physical Exercises
- Educational
- Social





NOV 2023

Wellness Center: NORTH LAKELAND

Dirección: 4120 Us Hwy 98 N, Suite 200, Lakeland, FL 33809

Teléfono: (863)354-3437



LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

		9am Café 10am Zumba 11am Estiramiento 1pm Juegos de mesa 2pm Gimnasio 3pm Juegos de mesa	1	9am Café 10am Gimnasio 11am Almuerzo 1pm Bingo 2pm Gimnasio 3pm Juegos de mesa	2	9am Café 10am Manualidades 11am Juegos de mesa 1pm Gimnasio 2pm Juegos de mesa 3pm Gimnasio	3			
9am Café 10am Charlemos 11am Juegos de mesa 1pm Gimnasio 2pm Juegos de mesa 3pm Gimnasio	6	9am Café 10am Clase de Postre 11am Bingo 1pm Gimnasio 2pm Juegos de mesa 3pm Gimnasio	7	9am Café 10am Zumba 11am Juegos de mesa 1pm Gimnasio 2pm Manualidades 3pm Juegos de mesa	8	9am Café 10am Charlemos 11am Almuerzo 1pm Bingo 2pm Gimnasio 3pm Juegos de mesa	9	9am Café 10am Pintura 11am Conozca a Sunny 1pm Bingo 2pm Gimnasio 3pm Juegos de mesa	10	
9am Café 10am Charlemos 11am Gimnasio 1pm Juegos de mesa 2pm Charlemos 3pm Juegos de mesa	13	9am Café 10am Películas 11am Juegos de mesa 1pm Gimnasio 2pm Pintura 3pm Juegos de mesa	14	9am Café 10am Zumba 10:45am Diabetes (ING) 11:15am Diabetes (ESP) 1pm Gimnasio 2pm Juegos de mesa 3pm Charlemos	15	9am Café 10am Charlemos 11am Almuerzo 1pm Bingo 2pm Gimnasio 3pm Juegos de mesa	16	9am Café 10am Manualidades 11am Almuerzo de Acción de Gracias 1pm Juegos de mesa 2pm Gimnasio 3pm Juegos de mesa	17	
9am Café 10am Charlemos 11am Juegos de mesa 1pm Gimnasio 2pm Colorear 3pm Juegos de mesa	20	9am Café 10am Clase de Postre 11am Juegos de mesa 1pm Gimnasio 2pm Colorear 3pm Juegos de mesa	21	9am Café 10am Zumba 11am Juegos de mesa 1pm Gimnasio 2pm Colorear 3pm Juegos de mesa	22	Día de Acción de Gracias Cerrado		23	9am Café 10am Manualidades 11am Bingo 1pm Gimnasio 2pm Juegos de mesa 3pm Colorear	24
9am Café 10am Colorear 11am Juegos de mesa 1pm Gimnasio 2pm Juegos de mesa 3pm Colorear	27	9am Café 10am Películas 11am Pintura 1pm Bingo 2pm Gimnasio 3pm Charlemos	28	9am Café 10am Zumba 11am Juegos de mesa 1pm Gimnasio 2pm Colorear 3pm Juegos de mesa	29	9am Café 10am Charlemos 11am Cumpleaños 1pm Bingo 2pm Gimnasio 3pm Juegos de mesa	30			



EVENTOS ESPECIALES

Noviembre 10 – 11:00am
Conozca a Sunny, la mascota de IMA. TRAIGA A UN AMIGO!



Todos los Miércoles – 10:00am
Zumba

Todos los Jueves – 11:00am
Almuerzo Saludable

Noviembre 15 – Serie de Educación de la Salud: Diabetes por Dr. Vanoni
10:45am Ingles
11:15 Español

Noviembre 17- 11:00am
Fiesta de Acción de Gracias

Noviembre 30 – 11:00am
Celebración de Cumpleaños

- Manualidades
- Actividad física
- Educacional
- Social



@imamedicalgroup