



September 2026

City of Paramount Senior Services Newsletter

📍 14400 Paramount Blvd. 📞 (562) 220-2090 🌐 paramountcity.gov

🕒 Monday – Friday: 8:00 a.m. – 5:00 p.m.

Table of Contents

1. Monthly Dances & Celebrations
2. Upcoming Excursions
3. Monthly Calendar

Important Reminders

- The Senior Commission Meeting will take place on **Thursday, September 3rd**, from 1:00 p.m. to 2:00 p.m.
- Senior Recreation Saturday will take place on **Saturday, September 5th & 19th**, from 9:00 a.m. to 1:00 p.m.
- We will be closed on **Monday, September 7th** due to the holiday.
- The Senior Services Resource Fair will be held on **Wednesday, September 9th**, from 9:30 a.m. to 11:30 a.m.
- There will be no Loteria Club nor Music Club on **Wednesday, September 16th**.
- The L.A. County Food Bank distribution will take place on **Monday, September 21st**, from 1:00 p.m. to 2:00 p.m.
- The monthly birthday celebration will take place on **Friday, September 25th**. Participants must pre-register at the front desk.

Program Guidelines

Reservations are required in advance for the H.S.A. lunch program via the front desk or with Site Manager **Maria** at **(562) 220-2094**. Lunch is served at 12:00 p.m. Monday through Friday, please arrive 10 minutes before serving time to check in.

Activities, classes, celebrations, and excursions are all subject to change or may be cancelled. Materials may not be provided for certain activities or classes.

Important Phone Numbers

Transportation Services

- Access LA Metro (800) 827-0829
- GoGo Grandparent (855) 464-6872
- Fiesta Taxi One Card (877) 933-3396

Assistance Program(s)

- Fair Housing Foundation (800) 446-3247
- H.S.A. Meals on Wheels (562) 806-5400 x 712
- SoCal Edison Energy Savings Assistance Program (800) 736-4777
- SoCal Gas CARE Program (800) 427-2200

Urgent Assistance

- Adult Protective Services (213) 351-5401
- Paramount Sheriff Station (Non-Emergency) (562) 220-2002
- Elder Abuse Hotline (877) 477-3646



Septiembre 2026

Boletín de Servicios para Personas Mayores

📍 14400 Paramount Blvd. 📞 (562) 220-2090 🌐 paramountcity.gov

🕒 Lunes a Viernes: 8:00 a.m. – 5:00 p.m.

Tabla de Contenidos

1. Bailes y Celebraciones Mensuales
2. Próximas Excursiones
3. Calendario Mensual

Normas del Programa

Es necesario reservar con anticipación para el programa de almuerzos de H.S.A. a través de la recepción o con la encargada, **Maria** llamando al **(562) 220-2094**. El almuerzo se sirve a las 12:00 p.m. de lunes a viernes, favor de llegar 10 minutos antes de la hora de servir para registrarse.

Las actividades, clases, celebraciones y excursiones están todas sujetas a cambios o cancelaciones. Es posible que no se proporcionen materiales para ciertas actividades o clases.

Recordatorios Importantes

- La reunión de la Comisión de Personas Mayores será el **Jueves, 3 de Septiembre**, de 1:00 p.m. a 2:00 p.m.
- La recreación para personas mayores se llevará a cabo los **Sábados, 5 y 19 de Septiembre**, de 9:00 a.m. a 1:00 p.m.
- Estaremos cerrados el **Lunes, 7 de Septiembre** debido al día festivo.
- La Feria de Recursos para Servicios para Personas Mayores se llevará a cabo el **Miércoles 9 de Septiembre**, de 9:30 a.m. a 11:30 a.m.
- No habrá Club de Lotería tampoco Club de Música el **Miércoles, 16 de Septiembre**.
- La distribución del Banco de Alimentos del Condado de Los Ángeles será el **Lunes, 21 de Septiembre**, de 1:00 p.m. a 2:00 p.m.
- La celebración mensual de cumpleaños será el **Viernes, 25 de Septiembre**. Los participantes deben registrarse con anticipo en la recepción.

Números de Teléfono Importantes

Servicios de Transporte

- Access LA Metro (800) 827-0829
- GoGo Abuelo (855) 464-6872
- Fiesta Taxi Una Tarjeta (877) 933-3396

Programas de Asistencia

- Fundación de Vivienda Justa (800) 446-3247
- H.S.A. Comida Sobre Ruedas (562) 806-5400 x 712
- SoCal Edison Programa de Asistencia para el Ahorro de Energía (800) 736-4777
- SoCal Gas Programa CARE (800) 427-2200

Asistencia Urgente

- Servicios de Protección para Adultos (213) 351-5401
- Estación del Sheriff de Paramount (No Emergencia) (562) 220-2002
- Línea Directa Para Casos de Abuso de Personas Mayores (877) 477-3646

Monthly Dances & Celebrations

Weekly Dances - Thursday's

Doors open at 9:00 a.m. Music and dance from 10:00 a.m. to 12:00 p.m.

Sept. 3rd

DJ Ambient

Sept. 10th

Grupo Regio

Sept. 24th

Gilbert / Jorge



Latin Heritage Celebration

Thursday, September 17th | DJ Tejada

Doors open at 9:00 a.m. Music and dance from 10:00 a.m. to 12:00 p.m.



FULL

Residents:

August 18th

\$3.00 / person

Non-Residents:

August 25th

\$4.00 / person

Under 60 years:

\$7.00 / person



Halloween Celebration

Thursday, October 29th | DJ Tejada

Doors open at 9:00 a.m. Music and dance from 10:00 a.m. to 12:00 p.m.



Residents:

September 29th

\$3.00 / person

Non-Residents:

October 6th

\$4.00 / person

Under 60 years:

\$7.00 / person

Bailes y Celebraciones Mensuales

Bailes Semanales - Jueves

Las puertas abren a las 9:00 a.m. Música y baile de 10:00 a.m. to 12:00 p.m.

3 de Sept.
DJ Ambient

10 de Sept.
Grupo Regio

24 de Sept.
Gilbert / Jorge

**CUPO
LLENO**



Celebración de la Herencia Latina

Jueves, 17 de Septiembre | DJ Tejada



Las puertas se abren a las 9:00 a.m. Música y baile de 10:00 a.m. a 12:00 p.m.

Residentes:

18 de Agosto
\$3.00 / persona

No Residentes:

25 de Agosto
\$4.00 / persona

Menores de

60 años:
\$7.00 / persona



Celebración de Halloween

Jueves, 29 de Octubre | DJ Tejada



Las puertas se abren a las 9:00 a.m. Música y baile de 10:00 a.m. a 12:00 p.m.

Residentes:

29 de Septiembre
\$3.00 / persona

No Residentes:

6 de Octubre
\$4.00 / persona

Menores de

60 años:
\$7.00 / persona

Upcoming Excursions

SEPTEMBER

L.A. Dodgers Game with Mayor Olmos

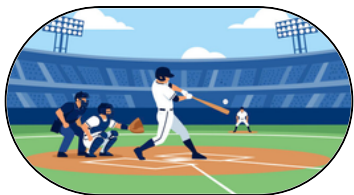
1000 Vin Scully Ave.,
Los Angeles, CA 90012

Sunday, September 20th
10:30 a.m. – 6:00 p.m.

Registration Information

RESIDENTS ONLY: \$5.00 / person | August 20th

FULL



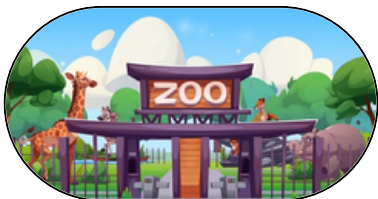
Santa Ana Zoo

1801 E Chestnut Ave,
Santa Ana, CA 92701

Wednesday, September 30th
9:30 a.m. – 4:00 p.m.

Registration Information

Residents: \$10.00 / person | August 25th
Non-Residents: \$12.00 / person | Sept. 1st



OCTOBER

Tanaka Farms Pumpkin Patch

5380 3/4 University Dr.
Irvine, CA 92612

Wednesday, October 7th
10:00 a.m. – 5:00 p.m.

Registration Information

Residents: \$15.00 / person | September 8th
Non-Residents: \$17.00 / person | September 15th



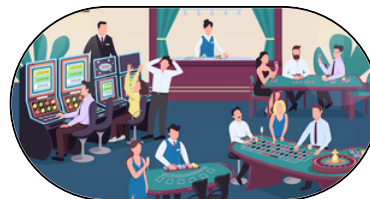
Soboba Casino

22777 Soboba Rd.
San Jacinto, CA 92583

Wednesday, October 14th
9:00 a.m. – 6:00 p.m.

Registration Information

Residents: \$15.00 / person | Sept. 22nd
Non-Residents: \$17.00 / person | Sept. 29th



Próximas Excursiones

SEPTIEMBRE

Partido de L.A. Dodgers con Alcaldesa Olmos

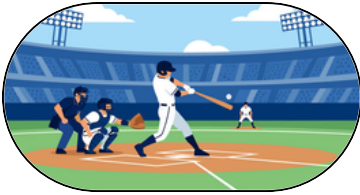
1000 Vin Scully Ave.,
Los Angeles, CA 90012

Domingo, 20 de Septiembre
10:30 a.m. – 6:00 p.m.

Información de Registro

SOLO RESIDENTES: \$5.00 / persona | 20 de Agosto

**CUPO
LLENO**



Zoológico de Santa Ana

1801 E Chestnut Ave,
Santa Ana, CA 92701

Miercoles, 30 de Septiembre
9:30 a.m. – 4:00 p.m.

Información de Registro

Residentes: \$10.00 / persona | 25 de Agosto

No Residentes: \$12.00 / persona | 1 de Sept.



OCTUBRE

Campo de Calabazas de Tanaka Farms

5380 3/4 University Dr.
Irvine, CA 92612

Miercoles, 7 de Octubre
10:00 a.m. – 5:00 p.m.

Información de Registro

Residentes: \$15.00 / persona | 8 de Septiembre

Non-Residentes: \$17.00 / persona | 15 de Septiembre



Soboba Casino

22777 Soboba Rd.
San Jacinto, CA 92583

Miercoles, 14 de Octubre
9:00 a.m. – 6:00 p.m.

Información de Registro

Residentes: \$15.00 / persona | 22 de Sept.

No Residentes: \$17.00 / persona | 29 de Sept.



September Calendar

Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday	Saturday
	Walking Club: 9:00-10:00 1 Bingo Club: 9:30-11:30 Chair Yoga Class: 1:00-2:00 Loteria Club: 1:00-3:00 Music Club: 1:00-3:30	Sewing & Crochet Club: 9:00-12:00 2 Exercise Class: 10:00-11:00 Tai Chi Class: 1:00-2:00 Loteria Club: 1:00-3:00 Music Club: 1:00-3:30	Art Club: 9:00-12:00 3 Music & Dance (DJ Ambient): 10:00-12:00 Senior Commission Meeting: 1:00-2:00 Cal-Fresh Outreach: 1:00-3:00 Music Club: 1:00-3:30	Zumba Class: 9:45-10:45 4 California Department of Insurance's Scam Prevention Presentation Part 2: 10:30-11:30 Breathworks Class: 1:00-2:00 Loteria Club: 1:00-3:00 Music Club: 1:00-3:30	Senior Recreation: 9:00-1:00 5
7 	Walking Club: 9:00-10:00 8 Bingo Club: 9:30-11:30 Presley Insurance Tabletop: 10:00-12:00 Chair Yoga Class: 1:00-2:00 Loteria Club: 1:00-3:00 Music Club: 1:00-3:30	Resource Fair: 9:30-11:30 9 Tai Chi Class: 1:00-2:00 Loteria Club: 1:00-3:00 Music Club: 1:00-3:30	Art Club: 9:00-12:00 10 Music & Dance (Grupo Regio): 10:00-12:00 Music Club: 1:00-3:30	Zumba Class: 9:45-10:45 11 I.A.H. - Smartphones at a Glance Class: 10:00-12:00 Breathworks Class: 1:00-2:00 Loteria Club: 1:00-3:00 Music Club: 1:00-3:30	12
Sewing & Crochet Club: 9:00-12:00 14 Exercise Class: 10:00-11:00 YAH Exercise Class: 1:00-2:00 St. Francis "Alzheimer & Memory Loss" Presentation: 1:00-2:00 Loteria Club: 2:00-3:00 Music Club: 1:00-3:30	Walking Club: 9:00-10:00 15 Bingo Club: 9:30-11:30 Chair Yoga Class: 1:00-2:00 Loteria Club: 1:00-3:00 Music Club: 1:00-3:30	Sewing & Crochet Club: 9:00-12:00 16 Exercise Class: 10:00-11:00 Tai Chi Class: 1:00-2:00	Art Club: 9:00-12:00 17 Latin Heritage Celebration (DJ Tejada): 10:00-12:00 Music Club: 1:00-3:30	Zumba Class: 9:45-10:45 18 I.A.H. - Intro to Smartphone Photography Class: 10:00-12:00 Forest Lawn Tabletop: 10:00-12:00 Breathworks Class: 1:00-2:00 Loteria Club: 1:00-3:00 Music Club: 1:00-3:30	Senior Recreation: 9:00-1:00 19
Sewing & Crochet Club: 9:00-12:00 21 Exercise Class: 10:00-11:00 YAH Exercise Class: 1:00-2:00 L.A. County Food Bank Distribution: 1:00-2:00 Loteria Club: 1:00-3:00 Music Club: 1:00-3:30	Walking Club: 9:00-10:00 22 Bingo Club: 9:30-11:30 Karaoke & Line Dancing w/Jar Insurance: 10:00-12:00 Chair Yoga Class: 1:00-2:00 Loteria Club: 1:00-3:00 Music Club: 1:00-3:30	Sewing & Crochet Club: 9:00-12:00 23 Tai Chi Class: 1:00-2:00 Loteria Club: 1:00-3:00 Music Club: 1:00-3:30	Art Club: 9:00-12:00 24 Music & Dance (Gilbert/Jorge): 10:00-12:00 Music Club: 1:00-3:30	Zumba Class: 9:45-10:45 25 Monthly Birthday Celebration: 11:45-12:00 Breathworks Class: 1:00-2:00 Loteria Club: 1:00-3:00 Music Club: 1:00-3:30	26
Sewing & Crochet Club: 9:00-12:00 28 Exercise Class: 10:00-11:00 YAH Exercise Class: 1:00-2:00 Loteria Club: 1:00-3:00 Music Club: 1:00-3:30	Walking Club: 9:00-10:00 29 Bingo Club: 9:30-11:30 Presley Insurance Tabletop: 10:00-12:00 Chair Yoga Class: 1:00-2:00 Loteria Club: 1:00-3:00 Music Club: 1:00-3:30	Sewing & Crochet Club: 9:00-12:00 30 Santa Ana Zoo Excursion: 9:30-4:00 Tai Chi Class: 1:00-2:00 Loteria Club: 1:00-3:00 Music Club: 1:00-3:30			

Calendario de Septiembre

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sabado
	Club de Caminata: 9:00-10:00 1 Club de Bingo: 9:30-11:30 Clase de Yoga en Silla: 1:00-2:00 Club de Lotería: 1:00-3:00 Club de Música: 1:00-3:30	Club de Costura y Ganchillo: 9:00-12:00 2 Clase de Estabilidad y Movilidad: 10:00-11:00 Clase de Tai Chi: 1:00-2:00 Club de Lotería: 1:00-3:00 Club de Música: 1:00-3:30	Club de Arte: 9:00-12:00 3 Música y Baile (DJ Ambient): 10:00-12:00 Reunión de la Comisión de Personas Mayores: 1:00-2:00 Mesa de Recursos de Cal-Fresh: 1:00-3:00 Club de Música: 1:00-3:30	Clase de Zumba: 9:45-10:45 4 Presentación del Departamento de Seguros de California - Prevención de Estafas Parte 2: 10:30-11:30 Clase de Respiración: 1:00-2:00 Club de Lotería: 1:00-3:00 Club de Música: 1:00-3:30	Recreación Para Personas Mayores: 9:00-1:00 5
7 	Club de Caminata: 9:00-10:00 8 Club de Bingo: 9:30-11:30 Mesa de Recursos de Asegurancia Presley: 10:00-12:00 Clase de Yoga en Silla: 1:00-2:00 Club de Lotería: 1:00-3:00 Club de Música: 1:00-3:30	Feria de Recursos: 9:30-11:30 9 Clase de Tai Chi: 1:00-2:00 Club de Lotería: 1:00-3:00 Club de Música: 1:00-3:30	Club de Arte: 9:00-12:00 10 Música y Baile (Grupo Regio): 10:00-12:00 Club de Música: 1:00-3:30	Clase de Zumba: 9:45-10:45 11 I.A.H. Clase de Teléfonos Inteligentes de un Vistazo: 10:00-12:00 Clase de Respiración: 1:00-2:00 Club de Lotería: 1:00-3:00 Club de Música: 1:00-3:30	12
Club de Costura y Ganchillo: 9:00-12:00 14 Clase de Ejercicio: 10:00-11:00 Clase de Ejercicio YAH: 1:00-2:00 Presentación de "Vacunas para Adultos Mayores" de St. Francis: 1:00-2:00 Club de Lotería: 2:00-3:00 Club de Música: 1:00-3:30	Club de Caminata: 9:00-10:00 15 Club de Bingo: 9:30-11:30 Clase de Yoga en Silla: 1:00-2:00 Club de Lotería: 1:00-3:00 Club de Música: 1:00-3:30	Club de Costura y Ganchillo: 9:00-12:00 16 Clase de Estabilidad y Movilidad: 10:00-11:00 Clase de Tai Chi: 1:00-2:00	Club de Arte: 9:00-12:00 17 Celebración de la Herencia Latina (DJ Tejada): 10:00-12:00 Club de Música: 1:00-3:30	Clase de Zumba: 9:45-10:45 18 I.A.H. Clase de Intro a la Fotografía con el Teléfono: 10:00-12:00 Mesa de Recursos de Forest Lawn: 10:00-12:00 Clase de Respiración: 1:00-2:00 Club de Lotería: 1:00-3:00 Club de Música: 1:00-3:30	Recreación Para Personas Mayores: 9:00-1:00 19
Club de Costura y Ganchillo: 9:00-12:00 21 Clase de Ejercicio: 10:00-11:00 Clase de Ejercicio YAH: 1:00-2:00 Distribución del Banco de Comida: 1:00-2:00 Club de Lotería: 1:00-3:00 Club de Música: 1:00-3:30	Club de Caminata: 9:00-10:00 22 Club de Bingo: 9:30-11:30 Karaoke y Baile en Línea con Asegurancia JAR: 10:00-12:00 Clase de Yoga en Silla: 1:00-2:00 Club de Lotería: 1:00-3:00 Club de Música: 1:00-3:30	Club de Costura y Ganchillo: 9:00-12:00 23 Clase de Tai Chi: 1:00-2:00 Club de Lotería: 1:00-3:00 Club de Música: 1:00-3:30	Club de Arte: 9:00-12:00 24 Música y Baile (Gilbert y Jorge): 10:00-12:00 Club de Música: 1:00-3:30	Clase de Zumba: 9:45-10:45 25 Celebración Mensual de Cumpleaños: 11:45-12:00 Clase de Respiración: 1:00-2:00 Club de Lotería: 1:00-3:00 Club de Música: 1:00-3:30	26
Club de Costura y Ganchillo: 9:00-12:00 28 Clase de Ejercicio: 10:00-11:00 Clase de Ejercicio YAH: 1:00-2:00 Club de Lotería: 1:00-3:00 Club de Música: 1:00-3:30	Walking Club: 9:00-10:00 29 Bingo Club: 9:30-11:30 Presley Insurance Tabletop: 10:00-12:00 Chair Yoga Class: 1:00-2:00 Lotería Club: 1:00-3:00 Music Club: 1:00-3:30	Club de Costura y Ganchillo: 9:00-12:00 30 Excursión al Zoológico de Santa Ana: 9:30-4:00 Clase de Tai Chi: 1:00-2:00 Club de Lotería: 1:00-3:00 Club de Música: 1:00-3:30			

Word Search #1

K J L L A B T O O F S E Q U I N O X
S X G H A Y R I D E D R F R Q D P M
P E Q S C H O O L S N I K P M U P V
T L P G L X F P B J R F G W C T Q M
K E S T C A P L T A O W O R P M I Q
M A D D E A B N T L C R K S W G L S
K V R R R M L O I K C K I M R W J Q
S E A C E F B A R E N R P A Z N B U
N S H K Q L G E R D C W T A B F O I
R F C N F E O A R N A I N R C T N R
O A R R S A C O T N O Y E B X K F R
C R O E E S L Q C N X E Z T J T I E
A M N T P C M L H K Z V S R K J R L
M E N A A D E P I Y W E M D R C E N
N R R E R N P K K N V M J P R B Q Y
K S O W G T Q D A R G C B Y Q U M B
H T C S R F L Q A R A U T U M N O H
K R K T R T M H F R E D I C T T G G

ACORNS	CIDER	FARMERS	HAYRIDE	RAKE
APPLES	COOLER	FOLIAGE	LABOR DAY	SCARECROW
AUTUMN	CORN	FOOTBALL	LEAVES	SCHOOL
BACKPACK	CRISP	GOURDS	MIGRATION	SEPTEMBER
BONFIRE	EQUINOX	GRAPES	ORCHARDS	SQUIRREL
BREEZY	FALLING	HARVEST	PUMPKINS	SWEATER



Word Search #2

K S U P P O R T C O M M U N I T Y K
 X K Q H E R O E S K R O Y W E N Y M
 T G W S R E D N O P S E R T S R I F
 L H M C E D L G L T F E D X E R B B
 L O G X D T N N Y G M X F V L J S A
 K P L Q S I U R X E Y I A V R R M C
 M E N R L A E B M R R R R Q E E H I
 Q L L A G V F B I E B E D W M D T R
 P K E N O A R E F R S F O O P E G E
 M H C C P A L I T I T T R M V D N M
 W H E O N T G F L Y N I W O E I E A
 S R O C U H O I L I A K P D T C R N
 E V E N T R E I W L B Y E E E A T Q
 R L H E O N A T R Q N L C E R T S W
 V B R J C R Z G J T Z W A R A I D M
 I S B E F D D R E C A T E F N O Y P
 C Y T I R A D I L O S P P R S N J K
 E Z Q Y T I N U H J B T R E S C U E

AMERICA	FIRST RESPONDERS	HOPE	RESILIENCE	TRIBUTE
BRAVERY	FLAG	MEMORIAL	SAFETY	TWIN TOWERS
COMMUNITY	FREEDOM	NEW YORK	SERVICE	UNITY
COURAGE	HEALING	PATRIOT	SOLIDARITY	VETERANS
DEDICATION	HEROES	REMEMBRANCE	STRENGTH	
FIREFIGHTERS	HONOR	RESCUE	SUPPORT	

