

Calling All Older Adults 55+

JOIN US FOR LINE DANCING

HOSTED BY UPVALLEY FAMILY CENTERS,
FEATURING COOKING DEMONSTRATIONS FROM THE BLUE ZONES PROJECT

Join us monthly for an hour of line dancing,
cooking demonstrations, and fun!

March	Thursday, March 28th from 12:30-1:30 PM
April	Thursday, April 11th from 12:30-1:30 PM + Blue Zones Cooking Demo this month
May	Thursday, May 23rd from 12:30-1:30 PM
June	Thursday, June 27th from 12:30-1:30 PM + Blue Zones Cooking Demo this month



Location: Calistoga Community Center
1307 Washington St.

Instructor: Becky Jo

PRESENTATIONS IN ENGLISH ONLY



For more information contact Kimberly Pimienta
Senior Services Case Manager at UpValley Family Centers

(707) 965-5010 ext. 500

kpimienta@upvalleyfamilycenters.org



BLUE ZONES PROJECT



**INNOVATIVE
HEALTH
SOLUTIONS**

The Up Valley Family Centers' Senior Wellness Program is funded by Napa County Health and Human Services through Mental Health Services Act (MHSA) Prevention and Early Intervention (PEI) Funds. It is one of several MHSA programs implemented by the Napa County Mental Health Division, which strives to improve mental health outcomes for individuals and families throughout the community.

Llamando a todos los adultos mayores de 55 años o más

ÚNETE A NOSOTROS PARA BAILAR LÍNEA

ORGANIZADO POR UPVALLEY FAMILY CENTERS,
PRESENTA DEMOSTRACIONES DE COCINA DEL BLUE ZONES PROJECT

únanse a nosotros mensualmente para disfrutar de una hora de baile en línea,
demostraciones de cocina y diversión.

Marzo	Jueves 28 de marzo 12:30-1:30 p.m.
Abril	Jueves 11 de abril 12:30-1:30 p.m. + Demostración de cocina de Blue Zones este mes
Mayo	Jueves 23 de mayo 12:30-1:30 p.m.
Junio	Jueves 27 de junio 12:30-1:30 p.m. + Demostración de cocina de Blue Zones este mes



Ubicación: Calistoga Community Center
1307 Washington St.

Instructora: Becky Jo

PRESENTACIONES SOLO EN INGLÉS.



Para obtener más información, comuníquese con Kimberly Pimienta
el administrador de casos de servicios para personas mayores de

UpValley Family Centers:

(707) 965-5010 extensión 500

kpimienta@upvalleyfamilycenters.org



BLUE ZONES PROJECT



**INNOVATIVE
HEALTH
SOLUTIONS**

El Programa de Bienestar para Personas Mayores de Up Valley Family Centers está financiado por los Servicios Humanos y de Salud del Condado de Napa a través de los Fondos de Prevención e Intervención Temprana (PEI) de la Ley de Servicios de Salud Mental (MHSA). Es uno de varios programas MHSA implementados por la División de Salud Mental del Condado de Napa, que se esfuerza por mejorar los resultados de salud mental para individuos y familias en toda la comunidad.