



WEST L.A. OCTOBER 2024

Community Resource Center

MONDAY	TUESDAY	WEDNESDAY	THURSDAY	FRIDAY	SATURDAY	
<p>Classes in BLUE qualify for the My Rewards for a Healthy Life Program</p> <p>Classes in GREEN are by appointment and registration only.</p>	<p>Center Open from 10 a.m. - 5 p.m.</p> <p>CalFresh Assistance 10 a.m. - 4 p.m.</p> <p>Homework Help for Kids (K-8) 4 - 5 p.m.</p>	<p>Health Plan Enrollment and Social Services 9 a.m. - 4 p.m.</p> <p>Homework Help for Kids (K-8) 4 - 5 p.m.</p>	<p>Health Plan Enrollment and Social Services 9 a.m. - 4 p.m.</p> <p>Homework Help for Kids (K-8) 4 - 5 p.m.</p> <p>Breakthrough Parenting Virtually 4 - 6:30 p.m.</p>	<p>Healthy Lifestyles for Adults 9:30 - 10:30 a.m.</p> <p>Zumba 11:00 - 11:45 a.m.</p> <p>Gentle Yoga 12:00 - 12:45 p.m.</p>	<p>CENTER CLOSED</p>	
	<p>Homework Help for Kids (K-8) 4 - 5 p.m.</p>	<p>Center Open from 10 a.m. - 5 p.m.</p> <p>CalFresh Assistance 10 a.m. - 4 p.m.</p> <p>Diaper Distribution 9 a.m. - 4 p.m.</p> <p>Full Body Stretch 1 - 2 p.m.</p>	<p>Virtual CPR & First Aid - English 9 a.m. - 12 p.m.</p> <p>Health Plan Enrollment and Social Services 9 a.m. - 4 p.m.</p> <p>Sweat and Burn Fitness 1 - 2 p.m.</p> <p>Healthy Cooking Class 4:30 - 5:30 p.m.</p>	<p>Health Plan Enrollment and Social Services 9 a.m. - 4 p.m.</p> <p>Sweat and Burn Fitness 1 - 2 p.m.</p> <p>Homework Help for Kids (K-8) 4 - 5 p.m.</p> <p>Breakthrough Parenting Virtually 4 - 6:30 p.m.</p>	<p>Homework Help for Kids (K-8) 4 - 5 p.m.</p>	<p>CENTER CLOSED</p>
	<p>Sweat and Burn Fitness 1 - 2 p.m.</p> <p>Homework Help for Kids (K-8) 4 - 5 p.m.</p>	<p>Center Open from 10 a.m. - 5 p.m.</p> <p>CalFresh Assistance 10 a.m. - 4 p.m.</p> <p>Full Body Stretch 1 - 2 p.m.</p> <p>Homework Help for Kids (K-8) 4 - 5 p.m.</p>	<p>Virtual CPR & First Aid - Spanish 9 a.m. - 12 p.m.</p> <p>Health Plan Enrollment and Social Services 9 a.m. - 4 p.m.</p> <p>Sweat and Burn Fitness 1 - 2 p.m.</p> <p>Homework Help for Kids (K-8) 4 - 5 p.m.</p>	<p>Health Plan Enrollment and Social Services 9 a.m. - 4 p.m.</p> <p>Homework Help for Kids (K-8) 4 - 5 p.m.</p> <p>Breakthrough Parenting Virtually 4 - 6:30 p.m.</p>	<p>Healthy Lifestyles for Adults 9:30 - 10:30 a.m.</p> <p>Zumba 11:00 - 11:45 a.m.</p> <p>Gentle Yoga 12:00 - 12:45 p.m.</p>	<p>CENTER CLOSED</p>
	<p>Sweat and Burn Fitness 1 - 2 p.m.</p> <p>Homework Help for Kids (K-8) 4 - 5 p.m.</p>	<p>Center Open from 10 a.m. - 5 p.m.</p> <p>CalFresh Assistance 10 a.m. - 4 p.m.</p> <p>Full Body Stretch 1 - 2 p.m.</p> <p>Homework Help for Kids (K-8) 4 - 5 p.m.</p>	<p>Health Plan Enrollment and Social Services 9 a.m. - 4 p.m.</p> <p>Sweat and Burn Fitness 1 - 2 p.m.</p> <p>Healthy Cooking Class 4:30 - 5:30 p.m.</p>	<p>Health Plan Enrollment and Social Services 9 a.m. - 4 p.m.</p> <p>Baby Shower *REGISTRATION REQUIRED* 10 a.m. - 12 p.m.</p> <p>Homework Help for Kids (K-8) 4 - 5 p.m.</p> <p>Breakthrough Parenting Virtually 4 - 6:30 p.m.</p>	<p>Healthy Lifestyles for Adults 9:30 - 10:30 a.m.</p> <p>Zumba 11:00 - 11:45 a.m.</p> <p>Gentle Yoga 12:00 - 12:45 p.m.</p> <p>Homework Help for Kids (K-8) 4 - 5 p.m.</p>	<p>CENTER CLOSED</p>
	<p>Sweat and Burn Fitness 1 - 2 p.m.</p> <p>Homework Help for Kids (K-8) 4 - 5 p.m.</p>	<p>Center Open from 10 a.m. - 5 p.m.</p> <p>CalFresh Assistance 10 a.m. - 4 p.m.</p> <p>Full Body Stretch 1 - 2 p.m.</p> <p>Homework Help for Kids (K-8) 4 - 5 p.m.</p>	<p>Health Plan Enrollment and Social Services 9 a.m. - 4 p.m.</p> <p>Sweat and Burn Fitness 1 - 2 p.m.</p> <p>Homework Help for Kids (K-8) 4 - 5 p.m.</p>	<p>Health Plan Enrollment and Social Services 9 a.m. - 4 p.m.</p> <p>Full Body Stretch 1 - 2 p.m.</p> <p>Homework Help for Kids (K-8) 4 - 5 p.m.</p> <p>Breakthrough Parenting Virtually 4 - 6:30 p.m.</p>	<p>Center Services</p> <ul style="list-style-type: none"> Member Services Enrollment Services* <ul style="list-style-type: none"> Medi-cal, MediCare, Covered California, & CalFresh New Member Orientation <p><small>*Contact Center for Availability of Services</small></p> <p>ALL SERVICES AND CLASSES ARE FREE FOR EVERYONE!</p>	<p></p> <p>CRC Website</p>

Class space is limited (first come, first served). Classes are subject to change, rescheduling or cancellation without notice. Child supervision is provided while you attend a class. (Ages 4+). Must wear appropriate shoes for fitness classes.

**BE ACTIVE,
HEALTHY & INFORMED**



11173 W. Pico Blvd.
Los Angeles, CA 90064



CENTER HOURS:

Monday - Friday: **9 a.m. - 5 p.m.**
Saturday: **CLOSED**



310.231.3854

CommunityResourceCenterLA.org



WEST L.A. OCTUBRE 2024

Community Resource Center

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO
<p>AZUL Califican para el programa mis recompensas para una vida sana.</p> <p>VERDE Por cita y registro solamanete.</p> <p>GRIS Virtual. Porfavor llame al centro para registrarse.</p>	<p>Centro Abierto de 10 a.m. - 5 p.m.</p> <p>Asistencia para CalFresh 10 a.m. - 4 p.m.</p> <p>Ayuda de Tarea para Niños (K-8) 4 - 5 p.m.</p>	<p>Inscripción en Planes de Salud y Servicios Sociales 9 a.m. - 4 p.m.</p> <p>Ayuda de Tarea para Niños (K-8) 4 - 5 p.m.</p>	<p>Inscripción en Planes de Salud y Servicios Sociales 9 a.m. - 4 p.m.</p> <p>Ayuda de Tarea para Niños (K-8) 4 - 5 p.m.</p> <p>Cultivando Familias Virtual 4 - 6:30 p.m.</p>	<p>Estilos de Vida Saludable para Adultos 9:30 - 10:30 a.m.</p> <p>Zumba 11 - 11:45 a.m.</p> <p>Yoga Suave 12:00 - 12:45 p.m.</p>	
<p>Ayuda de Tarea para Niños (K-8) 4 - 5 p.m.</p>	<p>Centro Abierto de 10 a.m. - 5 p.m.</p> <p>Asistencia para CalFresh 10 a.m. - 4 p.m.</p> <p>Distribución de Pañales 9 a.m. - 4 p.m.</p> <p>Estiramiento de Cuerpo Completo 1 - 2 p.m.</p>	<p>RCP y Primeros Auxilios Virtual - Ingles 9 a.m. - 12 p.m.</p> <p>Inscripción en Planes de Salud y Servicios Sociales 9 a.m. - 4 p.m.</p> <p>Entrenamiento de Alta Intensidad 1 - 2 p.m.</p> <p>Clase de Cocina Saludable 4:30 - 5:30 p.m.</p>	<p>Inscripción en Planes de Salud y Servicios Sociales 9 a.m. - 4 p.m.</p> <p>Entrenamiento de Alta Intensidad 1 - 2 p.m.</p> <p>Ayuda de Tarea para Niños (K-8) 4 - 5 p.m.</p> <p>Cultivando Familias Virtual 4 - 6:30 p.m.</p>	<p>Ayuda de Tarea para Niños (K-8) 4 - 5 p.m.</p>	
<p>Entrenamiento de Alta Intensidad 1 - 2 p.m.</p> <p>Ayuda de Tarea para Niños (K-8) 4 - 5 p.m.</p>	<p>Centro Abierto de 10 a.m. - 5 p.m.</p> <p>Asistencia para CalFresh 10 a.m. - 4 p.m.</p> <p>Estiramiento de Cuerpo Completo 1 - 2 p.m.</p> <p>Ayuda de Tarea para Niños (K-8) 4 - 5 p.m.</p>	<p>RCP y Primeros Auxilios Virtual - Español 9 a.m. - 12 p.m.</p> <p>Inscripción en Planes de Salud y Servicios Sociales 9 a.m. - 4 p.m.</p> <p>Entrenamiento de Alta Intensidad 1 - 2 p.m.</p> <p>Ayuda de Tarea para Niños (K-8) 4 - 5 p.m.</p>	<p>Inscripción en Planes de Salud y Servicios Sociales 9 a.m. - 4 p.m.</p> <p>Ayuda de Tarea para Niños (K-8) 4 - 5 p.m.</p> <p>Cultivando Familias Virtual 4 - 6:30 p.m.</p>	<p>Estilos de Vida Saludable para Adultos 9:30 - 10:30 a.m.</p> <p>Zumba 11 - 11:45 a.m.</p> <p>Yoga Suave 12:00 - 12:45 p.m.</p>	
<p>Entrenamiento de Alta Intensidad 1 - 2 p.m.</p> <p>Ayuda de Tarea para Niños (K-8) 4 - 5 p.m.</p>	<p>Centro Abierto de 10 a.m. - 5 p.m.</p> <p>Asistencia para CalFresh 10 a.m. - 4 p.m.</p> <p>Estiramiento de Currepo Completo 1 - 2 p.m.</p> <p>Ayuda de Tarea para Niños (K-8) 4 - 5 p.m.</p>	<p>Inscripción en Planes de Salud y Servicios Sociales 9 a.m. - 4 p.m.</p> <p>Entrenamiento de Alta Intensidad 1 - 2 p.m.</p> <p>Clase de Cocina Saludable 4:30 - 5:30 p.m.</p>	<p>Inscripción en Planes de Salud y Servicios Sociales 9 a.m. - 4 p.m.</p> <p>Baby Shower *Registro Requerido* 10 a.m. - 12 p.m.</p> <p>Ayuda de Tarea para Niños (K-8) 4 - 5 p.m.</p> <p>Cultivando Familias Virtual 4 - 6:30 p.m.</p>	<p>Estilos de Vida Saludable para Adultos 9:30 - 10:30 a.m.</p> <p>Zumba 11 - 11:45 a.m.</p> <p>Yoga Suave 12:00 - 12:45 p.m.</p> <p>Ayuda de Tarea para Niños (K-8) 4 - 5 p.m.</p>	
<p>Entrenamiento de Alta Intensidad 1 - 2 p.m.</p> <p>Ayuda de Tarea para Niños (K-8) 4 - 5 p.m.</p>	<p>Centro Abierto de 10 a.m. - 5 p.m.</p> <p>Asistencia para CalFresh 10 a.m. - 4 p.m.</p> <p>Estiramiento de Cuerpo Completo 1 - 2 p.m.</p> <p>Ayuda de Tarea para Niños (K-8) 4 - 5 p.m.</p>	<p>Inscripción en Planes de Salud y Servicios Sociales 9 a.m. - 4 p.m.</p> <p>Entrenamiento de Alta Intensidad 1 - 2 p.m.</p> <p>Ayuda de Tarea para Niños (K-8) 4 - 5 p.m.</p>	<p>Inscripción en Planes de Salud y Servicios Sociales 9 a.m. - 4 p.m.</p> <p>Estiramiento de Cuerpo Completo 1 - 2 p.m.</p> <p>Ayuda de Tarea para Niños (K-8) 4 - 5 p.m.</p> <p>Cultivando Familias Virtual 4 - 6:30 p.m.</p>	<p>SERVICIOS DEL CENTRO</p> <ul style="list-style-type: none"> - Servicios a los miembros - Servicios de Inscripción* <ul style="list-style-type: none"> • Medi-cal, MediCare, Covered California, y CalFresh <p>Orientación para nuevos miembros</p> <p>*Comuníquese con el Centro para disponibilidad de Servicios</p> <p>TODOS LOS SERVICIOS Y LAS CLASES SON GRATIS ¡PARA TODOS!</p>	 <p>CRC Sitio de Web</p>

Espacio de las clases es limitado (Se le sirve en orden de llegada). Las clases están sujetas a cambio, reprogramación o cancelación sin previo aviso. Supervisión de niños está disponible durante las clases. (Edades 4+). Debe usar zapatos apropiados para las clases de ejercicios.

**SEA ACTIVO,
SALUDABLE E INFORMADO**



11173 W. Pico Blvd.
Los Angeles, CA 90064



HORARIO DEL CENTRO:
Lunes a Viernes: 9 a.m. - 5 p.m.
Sábado: Cerrado



310.231.3854
CommunityResourceCenterLA.org