



# WEST L.A. NOVEMBER 2024

## Community Resource Center

MONDAY	TUESDAY	WEDNESDAY	THURSDAY	FRIDAY	SATURDAY
	<b>BLUE</b> Qualify for the My Rewards for a Healthy Life Program. <b>GREEN</b> Appointment & Registration required.	<b>CENTER SERVICES</b> - Member Services - Enrollment Services* • Medi-cal, MediCare, Covered California, & CalFresh - New Member Orientation <small>*Contact Center for Availability of Services</small> <b>ALL SERVICES AND CLASSES ARE FREE FOR EVERYONE!</b>		<b>Healthy Lifestyles for Adults</b> 9:30 - 10:30 a.m. <b>Zumba</b> 11 - 11:45 a.m. <b>Gentle Yoga</b> 12 - 12:45 p.m.	
<b>Sweat and Burn Fitness</b> 1 - 2 p.m. <b>Homework Help for Kids (K-8)</b> 4 - 5 p.m.	<b>Center Open from 10 a.m. - 3 p.m.</b> <b>CalFresh Assistance</b> 10 a.m. - 3 p.m. <b>Full Body Stretch</b> 1 - 2 p.m.	<b>Health Plan Enrollment and Social Services</b> 9 a.m. - 4 p.m. <b>Sweat and Burn Fitness</b> 1 - 2 p.m. <b>Healthy Cooking Class</b> 3:30 - 4:30 p.m.	<b>Health Plan Enrollment and Social Services</b> 9 a.m. - 4 p.m. <b>Homework Help for Kids (K-8)</b> 4 - 5 p.m. <b>Breakthrough Parenting Virtually</b> 4 - 6:30 p.m.	<b>Healthy Lifestyles for Adults</b> 9:30 - 10:30 a.m. <b>Zumba</b> 11 - 11:45 a.m. <b>Gentle Yoga</b> 12 - 12:45 p.m.	<b>Healthy Lifestyle Program for Children and Families</b> 12 - 1:30 p.m. <small>*This class will be held at the Mar Vista Garden Community Center. 4909 Marionwood Dr. Culver City, CA 90230</small> 
<b>VETERAN'S DAY</b>  <b>CENTER CLOSED</b>	<b>Center Open from 10 a.m. - 5 p.m.</b> <b>CalFresh Assistance</b> 10 a.m. - 4 p.m. <b>Full Body Stretch</b> 1 - 2 p.m. <b>Homework Help for Kids (K-8)</b> 4 - 5 p.m.	<b>Virtual CPR &amp; First Aid - English</b> 9 a.m. - 12 p.m. <b>Health Plan Enrollment and Social Services</b> 9 a.m. - 4 p.m. <b>Sweat and Burn Fitness</b> 1 - 2 p.m. <b>Homework Help for Kids (K-8)</b> 4 - 5 p.m.	<b>Health Plan Enrollment and Social Services</b> 9 a.m. - 4 p.m. <b>Homework Help for Kids (K-8)</b> 4 - 5 p.m. <b>Breakthrough Parenting Virtually</b> 4 - 6:30 p.m.	<b>Healthy Lifestyles for Adults</b> 9:30 - 10:30 a.m. <b>Zumba</b> 11 - 11:45 a.m. <b>Gentle Yoga</b> 12 - 12:45 p.m.	<b>Healthy Lifestyle Program for Children and Families</b> 12 - 1:30 p.m. <small>*This class will be held at the Mar Vista Garden Community Center. 4909 Marionwood Dr. Culver City, CA 90230</small> 
<b>Sweat and Burn Fitness</b> 1 - 2 p.m. <b>Homework Help for Kids (K-8)</b> 4 - 5 p.m.	<b>Center Open from 10 a.m. - 5 p.m.</b> <b>CalFresh Assistance</b> 10 a.m. - 4 p.m. <b>Full Body Stretch</b> 1 - 2 p.m. <b>Homework Help for Kids (K-8)</b> 4 - 5 p.m.	<b>Virtual CPR &amp; First Aid - Spanish</b> 9 a.m. - 12 p.m. <b>Health Plan Enrollment and Social Services</b> 9 a.m. - 4 p.m. <b>Sweat and Burn Fitness</b> 1 - 2 p.m. <b>Healthy Cooking Class</b> 3:30 - 4:30 p.m.	<b>Health Plan Enrollment and Social Services</b> 9 a.m. - 4 p.m. <b>Homework Help for Kids (K-8)</b> 4 - 5 p.m. <b>Breakthrough Parenting Virtually</b> 4 - 6:30 p.m.		<b>Healthy Lifestyle Program for Children and Families</b> 12 - 1:30 p.m. <small>*This class will be held at the Mar Vista Garden Community Center. 4909 Marionwood Dr. Culver City, CA 90230</small> 
<b>Sweat and Burn Fitness</b> 1 - 2 p.m. <b>Homework Help for Kids (K-8)</b> 4 - 5 p.m.	<b>Healthy for the Holidays Turkey Giveaway</b> 10 a.m. - 1 p.m. <small>*This event will be held at the Mar Vista Garden Community Center. 4909 Marionwood Dr, Culver City, CA 90230*</small> 				

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. NOVIEMBRE 2024

## Community Resource Center

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO
 CRC Sitio de Web	<b>AZUL</b> Califican para el programa mis recompensas para una vida sana. <b>VERDE</b> Por cita y registro solamente.	<b>SERVICIOS DEL CENTRO</b> - Servicios a los miembros - Servicios de Inscripción* • Medi-cal, MediCare, Covered California, y CalFresh Orientación para nuevos miembros <small>*Comuníquese con el Centro para disponibilidad de Servicios</small> <b>TODOS LOS SERVICIOS Y LAS CLASES SON GRATIS ¡PARA TODOS!</b>		<b>Estilos de Vida Saludable para Adultos</b> 9:30 - 10:30 a.m.  <b>Zumba</b> 11 - 11:45 a.m.  <b>Yoga Suave</b> 12 - 12:45 p.m.	 <b>CENTRO CERRADO</b>
<b>Entrenamiento de Alta Intensidad</b> 1 - 2 p.m.  <b>Ayuda de Tarea para Niños (K-8)</b> 4 - 5 p.m.	<b>Centro Abierto de 10 a.m. - 3 p.m.</b>  <b>Asistencia para CalFresh</b> 10 a.m. - 3 p.m.  <b>Estiramiento de Cuerpo Completo</b> 1 - 2 p.m.	<b>Inscripción en Planes de Salud y Servicios Sociales</b> 9 a.m. - 4 p.m.  <b>Entrenamiento de Alta Intensidad</b> 1 - 2 p.m.  <b>Clase de Cocina Saludable</b> 3:30 - 4:30 p.m.	<b>Inscripción en Planes de Salud y Servicios Sociales</b> 9 a.m. - 4 p.m.  <b>Ayuda de Tarea para Niños (K-8)</b> 4 - 5 p.m.  <b>Cultivando Familias Virtual</b> 4 - 6:30 p.m.	<b>Estilos de Vida Saludable para Adultos</b> 9:30 - 10:30 a.m.  <b>Zumba</b> 11 - 11:45 a.m.  <b>Yoga Suave</b> 12 - 12:45 p.m.	<b>Programa de estilo de vida saludable para niños y familias</b> 12 - 1:30 p.m.  <small>*Esta clase se llevara a cabo en el Centro Comunitario Mar Vista Garden. 4909 Marionwood Dr. Culver City, CA 90230</small>  <b>CENTRO CERRADO</b>
<b>DÍA DE LOS VETERANOS</b>  <b>CENTRO CERRADO</b>	<b>Centro Abierto de 10 a.m. - 5 p.m.</b>  <b>Asistencia para CalFresh</b> 10 a.m. - 4 p.m.  <b>Estiramiento de Cuerpo Completo</b> 1 - 2 p.m.  <b>Ayuda de Tarea para Niños (K-8)</b> 4 - 5 p.m.	<b>RCP y Primeros Auxilios Virtual - Ingles</b> 9 a.m. - 12 p.m.  <b>Inscripción en Planes de Salud y Servicios Sociales</b> 9 a.m. - 4 p.m.  <b>Entrenamiento de Alta Intensidad</b> 1 - 2 p.m.  <b>Ayuda de Tarea para Niños (K-8)</b> 4 - 5 p.m.	<b>Inscripción en Planes de Salud y Servicios Sociales</b> 9 a.m. - 4 p.m.  <b>Ayuda de Tarea para Niños (K-8)</b> 4 - 5 p.m.  <b>Cultivando Familias Virtual</b> 4 - 6:30 p.m.	<b>Estilos de Vida Saludable para Adultos</b> 9:30 - 10:30 a.m.  <b>Zumba</b> 11 - 11:45 a.m.  <b>Yoga Suave</b> 12 - 12:45 p.m.	<b>Programa de estilo de vida saludable para niños y familias</b> 12 - 1:30 p.m.  <small>*Esta clase se llevara a cabo en el Centro Comunitario Mar Vista Garden. 4909 Marionwood Dr. Culver City, CA 90230</small>  <b>CENTRO CERRADO</b>
<b>Entrenamiento de Alta Intensidad</b> 1 - 2 p.m.  <b>Ayuda de Tarea para Niños (K-8)</b> 4 - 5 p.m.	<b>Centro Abierto de 10 a.m. - 5 p.m.</b>  <b>Asistencia para CalFresh</b> 10 a.m. - 4 p.m.  <b>Estiramiento de Cuerpo Completo</b> 1 - 2 p.m.  <b>Ayuda de Tarea para Niños (K-8)</b> 4 - 5 p.m.	<b>RCP y Primeros Auxilios Virtual - Español</b> 9 a.m. - 12 p.m.  <b>Inscripción en Planes de Salud y Servicios Sociales</b> 9 a.m. - 4 p.m.  <b>Entrenamiento de Alta Intensidad</b> 1 - 2 p.m.  <b>Clase de Cocina Saludable</b> 3:30 - 4:30 p.m.	<b>Inscripción en Planes de Salud y Servicios Sociales</b> 9 a.m. - 4 p.m.  <b>Ayuda de Tarea para Niños (K-8)</b> 4 - 5 p.m.  <b>Cultivando Familias Virtual</b> 4 - 6:30 p.m.		<b>Programa de estilo de vida saludable para niños y familias</b> 12 - 1:30 p.m.  <small>*Esta clase se llevara a cabo en el Centro Comunitario Mar Vista Garden. 4909 Marionwood Dr. Culver City, CA 90230</small>  <b>CENTRO CERRADO</b>
<b>Entrenamiento de Alta Intensidad</b> 1 - 2 p.m.  <b>Ayuda de Tarea para Niños (K-8)</b> 4 - 5 p.m.	<b>Feria de Salud con distribución de Pavo</b> 10 a.m. - 1 p.m.  <small>*Este evento se llevara a cabo en el Centro Comunitario Mar Vista Garden. 4909 Marionwood Dr. Culver City, CA 90230</small>  <b>CENTER CLOSED</b>	 <b>CENTRO CERRADO</b>			

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