









EL MONTE FEBRUARY 2025

Community Resource Center

MONDAY	TUESDAY	WEDNESDAY	THURSDAY	FRIDAY	SATURDAY
<p>BLUE Qualify for the My Rewards for a Healthy Life Program.</p> <p>GREEN Appointment & Registration required.</p>	 <p>CRC Website</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>*Contact Center for Availability of Services</p> <p>ALL SERVICES AND CLASSES ARE FREE FOR EVERYONE!</p>			 <p>CENTER CLOSED</p>
<p>Zumba 9 a.m. - 10 a.m.</p> <p>Diabetes Basics 10:15 a.m. - 11 a.m. (Eng. & Spa.)</p> <p>The World of Juicing & Salads 11:15 a.m. - 12 p.m. (Eng. & Spa.)</p> <p>Resume Support 3:30 p.m. - 4:30 p.m. (Eng. & Spa.)</p> <p>Free Tutoring 3:30 p.m. - 4:30 p.m.</p>	<p>Yoga: Breathing & Stretching 9 a.m. - 10 a.m.</p> <p>DMH: Managing Your Medication 10 a.m. - 11 a.m. (Chinese)</p> <p>L.A. Care New Member Orientation (\$10 GIFT CARD) REGISTRATION REQUIRED 11 a.m. - 12 p.m. (Eng. & Spa.)</p> <p>Weight Management Program for Adults 11 a.m. - 12:30 p.m. (Spa.)</p> <p>Weight Management Program for Adults 1 p.m. - 2:30 p.m. (Eng.)</p> <p>Family Bingo Night 4 p.m. - 4:45 p.m.</p>	<p>Cal-Fresh Enrollment 9 a.m. - 4 p.m.</p> <p>Physical Fitness 9 a.m. - 10 a.m.</p> <p>Salsa Dance Aerobics 1:30 p.m. - 2:30 p.m.</p> <p>Salsa Dance Aerobics 2:30 p.m. - 3:30 p.m.</p> <p>Healthy Cooking Class for Kids (5 yrs old & up) 3:45 p.m. - 4:45 p.m.</p> <p>IT Support 3:45 p.m. - 4:45 p.m. (Eng. & Spa.)</p> <p>DMH: Resiliency 4:00 p.m. - 5:00 p.m. (Eng. & Spa.)</p>	<p>Yoga: Breathing & Stretching 10 a.m. - 11 a.m.</p> <p>Parenting Class: Opening Doors (Free Diapers) 3 p.m. - 4:30 p.m. (Eng.)</p> <p>Kids Arts & Crafts 3 p.m. - 4:30 p.m.</p> <p>Support Group w/ Department of Mental Health 2 p.m. - 4:30 p.m. (Spa.)</p>	<p>Zumba 9 a.m. - 10 a.m.</p> <p>Healthy Cooking Class 10:30 a.m. - 12 p.m. (Eng. & Spa.)</p> <p>Kids Painting Class 3 p.m. - 4 p.m.</p> <p>Salsa Dance Aerobics 3 p.m. - 4 p.m.</p> <p>Salsa Dance Aerobics 4 p.m. - 5 p.m.</p>	 <p>CENTER CLOSED</p>
<p>Zumba 9 a.m. - 10 a.m.</p> <p>Diabetes Basics 10:15 a.m. - 11 a.m. (Eng. & Spa.)</p> <p>The World of Juicing & Salads 11:15 a.m. - 12 p.m. (Eng. & Spa.)</p> <p>Resume Support 3:30 p.m. - 4:30 p.m. (Eng. & Spa.)</p> <p>Free Tutoring 3:30 p.m. - 4:30 p.m.</p>	<p>Yoga: Breathing & Stretching 9 a.m. - 10 a.m.</p> <p>L.A. Care New Member Orientation (\$10 GIFT CARD) REGISTRATION REQUIRED 11 a.m. - 12 p.m. (Eng. & Spa.)</p> <p>Weight Management Program for Adults 11 a.m. - 12:30 p.m. (Spa.)</p> <p>Weight Management Program for Adults 1 p.m. - 2:30 p.m. (Eng.)</p> <p>CPR & First Aid 1 p.m. - 4 p.m. (Spa.) (14 yrs & Older)</p> <p>Register at Freecprla.com</p> <p>Family Bingo Night 4 p.m. - 4:45 p.m.</p>	<p>Cal-Fresh Enrollment 9 a.m. - 4 p.m.</p> <p>Physical Fitness 9 a.m. - 10 a.m.</p> <p>Salsa Dance Aerobics 1:30 p.m. - 2:30 p.m.</p> <p>Salsa Dance Aerobics 2:30 p.m. - 3:30 p.m.</p> <p>Healthy Cooking Class for Kids (5 yrs old & up) 3:45 p.m. - 4:45 p.m.</p> <p>IT Support 3:45 p.m. - 4:45 p.m. (Eng. & Spa.)</p>	<p>Yoga: Breathing & Stretching 10 a.m. - 11 a.m.</p> <p>Parenting Class: Opening Doors (Free Diapers) 3 p.m. - 4:30 p.m. (Eng.)</p> <p>Kids Arts & Crafts 3 p.m. - 4:30 p.m.</p> <p>Support Group w/ Department of Mental Health 2 p.m. - 4:30 p.m. (Spa.)</p>	<p>Zumba 9 a.m. - 10 a.m.</p> <p>Healthy Cooking Class 10:30 a.m. - 12 p.m. (Eng. & Spa.)</p> <p>Kids Valentines Day Bash 3 p.m. - 4 p.m.</p> <p>Salsa Dance Aerobics 3 p.m. - 4 p.m.</p> <p>Salsa Dance Aerobics 4 p.m. - 5 p.m.</p>	 <p>CENTER CLOSED</p>
<p>PRESIDENT'S DAY</p>  <p>CENTER CLOSED</p>	<p>Yoga: Breathing & Stretching 9 a.m. - 10 a.m.</p> <p>Weight Management Program for Adults 11 a.m. - 12:30 p.m. (Spa.)</p> <p>Weight Management Program for Adults 1 p.m. - 2:30 p.m. (Eng.)</p> <p>CPR & First Aid 1 p.m. - 4 p.m. (Eng.) (14 yrs & Older)</p> <p>Register at Freecprla.com</p> <p>Family Bingo Night 4 p.m. - 4:45 p.m.</p>	<p>Cal-Fresh Enrollment 9 a.m. - 4 p.m.</p> <p>Physical Fitness 9 a.m. - 10 a.m.</p> <p>Salsa Dance Aerobics 1:30 p.m. - 2:30 p.m.</p> <p>Salsa Dance Aerobics 2:30 p.m. - 3:30 p.m.</p> <p>Healthy Cooking Class for Kids (5 yrs old & up) 3:45 p.m. - 4:45 p.m.</p> <p>IT Support 3:45 p.m. - 4:45 p.m. (Eng. & Spa.)</p>	<p>Zumba 9 a.m. - 10 a.m.</p> <p>Yoga: Breathing & Stretching 10 a.m. - 11 a.m.</p> <p>Hypertension 10 a.m. - 11:30 a.m. (Mandarin)</p> <p>Diabetes Basics 1 p.m. - 2 p.m. (Eng. & Spa.)</p> <p>Hypertension 1:30 p.m. - 3 p.m. (Cantonese)</p> <p>Parenting Class: Opening Doors (Free Diapers) 3 p.m. - 4:30 p.m. (Eng.)</p> <p>Kids Arts & Crafts 3 p.m. - 4:30 p.m.</p> <p>Support Group w/ Department of Mental Health 2 p.m. - 4:30 p.m. (Spa.)</p>	<p>Zumba 9 a.m. - 10 a.m.</p> <p>Healthy Cooking Class 10:30 a.m. - 12 p.m. (Eng. & Spa.)</p> <p>The World of Juicing & Salads 12 p.m. - 12:45 p.m. (Eng. & Spa.)</p> <p>Kids Painting Class 3 p.m. - 4 p.m.</p> <p>Salsa Dance Aerobics 3 p.m. - 4 p.m.</p> <p>Salsa Dance Aerobics 4 p.m. - 5 p.m.</p>	 <p>CENTER CLOSED</p>
<p>Zumba 9 a.m. - 10 a.m.</p> <p>Diabetes Basics 10:15 a.m. - 11 a.m. (Eng. & Spa.)</p> <p>The World of Juicing & Salads 11:15 a.m. - 12 p.m. (Eng. & Spa.)</p> <p>Resume Support 3:30 p.m. - 4:30 p.m. (Eng. & Spa.)</p> <p>Free Tutoring 3:30 p.m. - 4:30 p.m.</p>	<p>Yoga: Breathing & Stretching 9 a.m. - 10 a.m.</p> <p>Weight Management Program for Adults 11 a.m. - 12:30 p.m. (Spa.)</p> <p>Weight Management Program for Adults 1 p.m. - 2:30 p.m. (Eng.)</p> <p>CPR & First Aid Virtual 1 p.m. - 4 p.m. (Eng.) (14 yrs & Older)</p> <p>Register at Freecprla.com</p> <p>Resource Connection: Resource Fair REGISTRATION REQUIRED 2:30 p.m.</p>	<p>Cal-Fresh Enrollment 9 a.m. - 4 p.m.</p> <p>Physical Fitness 9 a.m. - 10 a.m.</p> <p>Salsa Dance Aerobics 1:30 p.m. - 2:30 p.m.</p> <p>Salsa Dance Aerobics 2:30 p.m. - 3:30 p.m.</p> <p>Healthy Cooking Class for Kids (5 yrs old & up) 3:45 p.m. - 4:45 p.m.</p> <p>IT Support 3:45 p.m. - 4:45 p.m. (Eng. & Spa.)</p> <p>DMH: Resiliency 4:00 p.m. - 5:00 p.m. (Chinese)</p>	<p>Yoga: Breathing & Stretching 10 a.m. - 11 a.m.</p> <p>Hypertension 10 a.m. - 11:30 a.m. (Mandarin)</p> <p>Hypertension 1:30 p.m. - 3 p.m. (Cantonese)</p> <p>Parenting Class: Opening Doors (Free Diapers) 3 p.m. - 4:30 p.m. (Eng.)</p> <p>Kids Arts & Crafts 3 p.m. - 4:30 p.m.</p> <p>Support Group w/ Department of Mental Health 2 p.m. - 4:30 p.m. (Spa.)</p>	<p>Zumba 9 a.m. - 10 a.m.</p> <p>Healthy Cooking Class 10:30 a.m. - 12 p.m. (Eng. & Spa.)</p> <p>Kids Painting Class 3 p.m. - 4 p.m.</p> <p>Salsa Dance Aerobics 3 p.m. - 4 p.m.</p> <p>Salsa Dance Aerobics 4 p.m. - 5 p.m.</p>	 <p>CENTER CLOSED</p>

Class space is limited (first come, first served). Classes are subject to change, rescheduling or cancellation without notice. Child care is provided while you attend a class. (Ages 4+)

BE ACTIVE, HEALTHY & INFORMED



3570 Santa Anita Ave.
El Monte, CA 91731



CENTER HOURS:

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



213-428-1495

CommunityResourceCenterLA.org



EL MONTE FEBRERO 2025

Community Resource Center

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO
					1
 Califican para el programa mis recompensas para una vida sana. Por cita y registro solamanete.	 CRC Sitio de Web	SERVICIOS DEL CENTRO - 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> TODOS LOS SERVICIOS Y LAS CLASES SON GRATIS ¡PARA TODOS!			
Zumba 9 a.m. - 10 a.m. Conceptos Básicos de la Diabetes 10:15 a.m. - 11 a.m. (Ing. y Esp.) El Mundo de Jugos y Ensaladas 11:15 a.m. - 12 p.m. (Ing. y Esp.) Soporte De Currículum Vitae 3:30 p.m. - 4:30 p.m. (Ing. y Esp.) Tutoría Gratuita 3:30 p.m. - 4:30 p.m.	Yoga: Respiración y Estiramiento 9 a.m. - 10 a.m. DMH: Manejo De Sus Medicamentos 10 a.m. - 11 a.m. (Chino) Orientación Para Nuevos Miembros de L.A. Care (TARJETA DE REGALO - \$10) REGISTRACION REQUERIDA 11 a.m. - 12 p.m. (Ing. & Esp.) Programa De Control Del Peso Para Adultos 11 a.m. - 12:30 p.m. (Esp.) Programa De Control Del Peso Para Adultos 1 p.m. - 2:30 p.m. (Ing.) Noches de Bingo en Familia 4 p.m. - 4:45 p.m.	Inscripción de Cal-Fresh 9 a.m. - 4 p.m. Entrenamiento Físico 9 a.m. - 10 a.m. Baile de Salsa Aeróbico 1:30 p.m. - 2:30 p.m. Baile de Salsa Aeróbico 2:30 p.m. - 3:30 p.m. Cocina Saludable para Niños (5 años o más) 3:45 p.m. - 4:45 p.m. Soporte Técnico 3:45 p.m. - 4:45 p.m. (Ing. y Esp.) DMH: Resiliencia 4:00 p.m. - 5:00 p.m. (Ing. y Esp.)	Yoga: Respiración y Estiramiento 10 a.m. - 11 a.m. Clases para Padres: Abriendo Puertas (Pañales Gratis) 3 p.m. - 4:30 p.m. (Ing.) Artes y Manualidades para Niños 3 p.m. - 4:30 p.m. Grupo de Apoyo con El Departamento de Salud Mental 2 p.m. - 4:30 p.m. (Esp.)	Zumba 9 a.m. - 10 a.m. Cocina Saludable 10:30 a.m. - 12 p.m. (Ing. y Esp.) Clase de Pintura para Niños 3 p.m. - 4 p.m. Baile de Salsa Aeróbico 3 p.m. - 4 p.m. Baile de Salsa Aeróbico 4 p.m. - 5 p.m.	
Zumba 9 a.m. - 10 a.m. Conceptos Básicos de la Diabetes 10:15 a.m. - 11 a.m. (Ing. y Esp.) El Mundo de Jugos y Ensaladas 11:15 a.m. - 12 p.m. (Ing. y Esp.) Soporte De Currículum Vitae 3:30 p.m. - 4:30 p.m. (Ing. y Esp.) Tutoría Gratuita 3:30 p.m. - 4:30 p.m.	Yoga: Respiración y Estiramiento 9 a.m. - 10 a.m. Orientación Para Nuevos Miembros de L.A. Care (TARJETA DE REGALO - \$10) REGISTRACION REQUERIDA 11 a.m. - 12 p.m. (Ing. & Esp.) Programa De Control Del Peso Para Adultos 11 a.m. - 12:30 p.m. (Esp.) Programa De Control Del Peso Para Adultos 1 p.m. - 2:30 p.m. (Ing.) RCP y Primeros Auxilios 1 p.m. - 4 p.m. (Esp.) (Mayores de 14 años) Regístrese en freecprla.com Noches de Bingo en Familia 4 p.m. - 4:45 p.m.	Inscripción de Cal-Fresh 9 a.m. - 4 p.m. Entrenamiento Físico 9 a.m. - 10 a.m. Baile de Salsa Aeróbico 1:30 p.m. - 2:30 p.m. Baile de Salsa Aeróbico 2:30 p.m. - 3:30 p.m. Cocina Saludable para Niños (5 años o más) 3:45 p.m. - 4:45 p.m. Soporte Técnico 3:45 p.m. - 4:45 p.m. (Ing. y Esp.)	Yoga: Respiración y Estiramiento 10 a.m. - 11 a.m. Clases para Padres: Abriendo Puertas (Pañales Gratis) 3 p.m. - 4:30 p.m. (Ing.) Artes y Manualidades para Niños 3 p.m. - 4:30 p.m. Grupo de Apoyo con El Departamento de Salud Mental 2 p.m. - 4:30 p.m. (Esp.)	Zumba 9 a.m. - 10 a.m. Cocina Saludable 10:30 a.m. - 12 p.m. (Ing. y Esp.) Fiesta De San Valentín Para Niños 3 p.m. - 4 p.m. Baile de Salsa Aeróbico 3 p.m. - 4 p.m. Baile de Salsa Aeróbico 4 p.m. - 5 p.m.	
 CENTRO CERRADO	Yoga: Respiración y Estiramiento 9 a.m. - 10 a.m. Programa De Control Del Peso Para Adultos 11 a.m. - 12:30 p.m. (Esp.) Programa De Control Del Peso Para Adultos 1 p.m. - 2:30 p.m. (Ing.) RCP y Primeros Auxilios 1 p.m. - 4 p.m. (Ing.) (Mayores de 14 años) Regístrese en freecprla.com Noches de Bingo en Familia 4 p.m. - 4:45 p.m.	Inscripción de Cal-Fresh 9 a.m. - 4 p.m. Entrenamiento Físico 9 a.m. - 10 a.m. Baile de Salsa Aeróbico 1:30 p.m. - 2:30 p.m. Baile de Salsa Aeróbico 2:30 p.m. - 3:30 p.m. Cocina Saludable para Niños (5 años o más) 3:45 p.m. - 4:45 p.m. Soporte Técnico 3:45 p.m. - 4:45 p.m. (Ing. y Esp.)	Zumba 9 a.m. - 10 a.m. Yoga: Respiración y Estiramiento 10 a.m. - 11 a.m. Hipertensión 10 a.m. - 11:30 a.m. (Mandarín) Conceptos Básicos de la Diabetes 1 p.m. - 2 p.m. (Ing. y Esp.) Hipertensión 1:30 p.m. - 3 p.m. (Cantonés) Clases para Padres: Abriendo Puertas (Pañales Gratis) 3 p.m. - 4:30 p.m. (Ing.) Artes y Manualidades para Niños 3 p.m. - 4:30 p.m. Grupo de Apoyo con El Departamento de Salud Mental 2 p.m. - 4:30 p.m. (Esp.)	Zumba 9 a.m. - 10 a.m. Cocina Saludable 10:30 a.m. - 12 p.m. (Ing. y Esp.) El Mundo de Jugos y Ensaladas 12 p.m. - 12:45 p.m. (Ing. y Esp.) Clase de Pintura para Niños 3 p.m. - 4 p.m. Baile de Salsa Aeróbico 3 p.m. - 4 p.m. Baile de Salsa Aeróbico 4 p.m. - 5 p.m.	
Zumba 9 a.m. - 10 a.m. Conceptos Básicos de la Diabetes 10:15 a.m. - 11 a.m. (Ing. y Esp.) El Mundo de Jugos y Ensaladas 11:15 a.m. - 12 p.m. (Ing. y Esp.) Soporte De Currículum Vitae 3:30 p.m. - 4:30 p.m. (Ing. y Esp.) Tutoría Gratuita 3:30 p.m. - 4:30 p.m.	Yoga: Respiración y Estiramiento 9 a.m. - 10 a.m. Programa De Control Del Peso Para Adultos 11 a.m. - 12:30 p.m. (Esp.) Programa De Control Del Peso Para Adultos 1 p.m. - 2:30 p.m. (Ing.) RCP y Primeros Auxilios Virtual 1 p.m. - 4 p.m. (Ing.) (Mayores de 14 años) Regístrese en freecprla.com Conexion de Recursos: Feria de Recursos REGISTRACION REQUERIDA 2:30 p.m.	Inscripción de Cal-Fresh 9 a.m. - 4 p.m. Entrenamiento Físico 9 a.m. - 10 a.m. Baile de Salsa Aeróbico 1:30 p.m. - 2:30 p.m. Baile de Salsa Aeróbico 2:30 p.m. - 3:30 p.m. Cocina Saludable para Niños (5 años o más) 3:45 p.m. - 4:45 p.m. Soporte Técnico 3:45 p.m. - 4:45 p.m. (Ing. y Esp.) DMH: Resiliencia 4:00 p.m. - 5:00 p.m. (Chino)	Yoga: Respiración y Estiramiento 10 a.m. - 11 a.m. Hipertensión 10 a.m. - 11:30 a.m. (Mandarín) Hipertensión 1:30 p.m. - 3 p.m. (Cantonés) Clases para Padres: Abriendo Puertas (Pañales Gratis) 3 p.m. - 4:30 p.m. (Ing.) Artes y Manualidades para Niños 3 p.m. - 4:30 p.m. Grupo de Apoyo con El Departamento de Salud Mental 2 p.m. - 4:30 p.m. (Esp.)	Zumba 9 a.m. - 10 a.m. Cocina Saludable 10:30 a.m. - 12 p.m. (Ing. y Esp.) Clase de Pintura para Niños 3 p.m. - 4 p.m. Baile de Salsa Aeróbico 3 p.m. - 4 p.m. Baile de Salsa Aeróbico 4 p.m. - 5 p.m.	

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. Cuidado de niños está disponible durante las clases. (Edades 4+)

**SEA ACTIVO,
SALUDABLE E INFORMADO**

3570 Santa Anita Ave.
El Monte, CA 91731

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

213-428-1495
CommunityResourceCenterLA.org