



# CLASES Y TALLERES

**OCTUBRE 2025**



Participe en clases y programas gratuitos en persona y por internet.

LLAME: (844)435-7259 VISITE: [AlzheimersLA.org/calendar](https://AlzheimersLA.org/calendar) CORREO ELECTRÓNICO: [rsvp@alzla.org](mailto:rsvp@alzla.org)

## CLASES PRESENCIALES

**JUEVES, 2 DE OCTUBRE • 9:30AM**

Hábitos saludables para su cerebro

*En conjunto con Las Palmas Park*

*505 S Huntington St. San Fernando, CA 91340*

**JUEVES, 2 DE OCTUBRE • 2:30PM**

Comunicación y demencia

*En conjunto con Kaiser Downey*

*9400 Rosecrans Ave, Bellflower, CA 90706 (Room B2/B3)*

**JUEVES, 16 DE OCTUBRE • 10AM**

Hábitos saludables para su cerebro

*En conjunto con Hollywood Lake Senior Center*

*1244 S Lake St, Los Angeles, CA 90006*

**JUEVES, 28 DE OCTUBRE • 10:30AM**

Sus memorias importan: Mantega su cerebro sano

*En conjunto con Florence Firestone Service Center*

*7807 Compton Ave, Los Angeles, CA 90001*

# UNIDOS EN EL CUIDADO

*Aprenda información básica, incluyendo las habilidades y actitud necesaria para cuidar de un familiar con la enfermedad de Alzheimer. También se hablará sobre el efecto en el pensamiento y los sentimientos.*

**SABADO, 4, 11, 18 DE OCTUBRE • 10AM–12PM**

*Participe por internet*

**LUNES, 13, 20, 27 DE OCTUBRE • 5–7PM**

*Participe por internet*

## OTROS SERVICIOS GRATUITOS

### **Consejería para cuidadores**

Los servicios de consejería para cuidadores, le brindan apoyo a personas que cuidan de alguien con la enfermedad de Alzheimer u otras demencias. Si usted vive en casa con la persona con demencia, o esa persona vive en otro lugar, nuestros consejeros le pueden ayudar durante este momento difícil. Proporcionamos educación, recursos, consejería, estrategias para afrontar una situación, ideas para el cuidado de si mismo, también apoyo continuo y planificación de cuidado. Consejería es gratis y disponible por computadora (virtual) o por teléfono.

### **Grupos de apoyo**

- Cada lunes de 1:30–3PM
- El segundo miércoles del mes de 7–8PM
- El segundo jueves del mes de 10–11AM