



May 2024

Activity Calendar

MEND | Meet Each Need with Dignity
 10641 N. San Fernando Rd.
 Pacoima CA, 91331
 Tel: 818.896.0246
www.MendPoverty.org

Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday	Saturday
	1 Pathways to Wellness: Walking Group 8:30am-9:30am Workshop: Eat Healthy Food Choices that Taste Great 9:30am-10:30am FOOD DISTRIBUTION: 9AM-12PM	2 First Step: Services for the unhoused 9am-11am Pathways: Exercise class 8:30am-9:45am @ Health Education Room	3 Pathways to Wellness: Walking Group 8:30am-9:30am Workshop: 9:45m-10:30am support group FOOD DISTRIBUTION: 9AM-12PM Employment Services: Job Search & Talk to a Job Coach No appointment needed 9am-12pm	4 FOOD DISTRIBUTION: 9AM-12PM Diaper Distribution: 9am-12PM Pathways: Zumba Class 9:30am-10:30am Employment Services: Job search club 10am-1pm
7 Living Wise & Well 55+ Food Distribution & Wellness Activities 9:00am-11:00am	8 Pathways to Wellness: Walking Group 8:30am-9:30am Workshop: Healthy eating on a budget 9:30m-10:30am FOOD DISTRIBUTION: 9AM-12PM	9 First Step: Services for the unhoused 9am-11am Pathways: Exercise Class @ Health Education Room 8:45am-9:45am	10 Pathways to Wellness: Walking Group 8:30am-9:30am Workshop: Self care 9:45am-10:30am FOOD DISTRIBUTION: 9AM-12PM Employment Services: Job Search & Talk to a Job Coach No appointment needed 9am-12pm	11 CENTER CLOSED
	14 Pathways to Wellness: Walking Group 8:30am-9:30am Workshop: Making Healthy Eating Part of Your Lifestyle 9:30am-10:30am FOOD DISTRIBUTION: 9AM-12PM	15 First Step: Services for the unhoused 9am-11am Pathways: Exercise Class @ Health Education Room 8:45am-9:45am	16 Pathways to Wellness: Walking Group 8:30am-9:30am Workshop: Support group 9:45m-10:30am FOOD DISTRIBUTION: 9AM-12PM Employment Services: Job Search & Talk to a Job Coach No appointment needed 9am-12pm	17 BUEN PROVECHO FARMERS MARKET 9am-12pm Pathways: Chair Yoga Class 9:30am-10:30am Employment Services: Job search club 10am-12pm
21 Living Wise & Well 55+ Food Distribution & Wellness Activities 9:00am-11:00am	22 Pathways to Wellness: Walking Group 8:30am-9:30am Workshop: Physical Activity is Key to Living Well 9:30am-10:30am FOOD DISTRIBUTION: 9AM-12PM Employment Services: GES Orientation and Workshop @ El Nido 10am-11am 11243 Glenoaks Blvd Pacoima CA, 91331	23 First Step: Services for the unhoused 9am-11am Pathways: Exercise Class @ Health Education Room 9am-10:15am Employment Services: Mock Job Interviews Workshop – practice your job interview skills and receive professional clothing! 1pm-2pm	24 Pathways to Wellness: Walking Group 8:30am-9:30am Workshop: Providence Diabetes Education 9:45m-10:30am FOOD DISTRIBUTION: 9AM-12PM Employment Services: Job Search & Talk to a Job Coach No appointment needed 9am-12pm	25 CENTER CLOSED
	28 Pathways to Wellness: Walking Group 8:30am-9:30am Workshop: Stress Management, Lifestyles, and Perspectives & Doctor Visits 9:30am-10:30am FOOD DISTRIBUTION: 9AM-12PM	29 First Step: Services for the unhoused 9am-11am Pathways: Exercise Class @ Health Education Room 9am-10:15am	30 Pathways to Wellness: Walking Group 8:30am-9:30am Workshop: Shopping Simulation 9:30m-10:30am FOOD DISTRIBUTION: 9AM-12PM	31

IMPORTANT ANNOUNCEMENTS

Pathways to Wellness: Helps individuals who are struggling with chronic health conditions learn how to develop lasting healthy lifestyle habits, sustained health, resilience, and wellbeing. Registration is required for workshops. For more information, call: (818) 686-7357.

Food Distribution: Open to community members once a week based on need. Service days: Wednesdays and Fridays 9:00am-12:00pm | First Saturday of the month, 9:00am-12:00pm.

Diaper & wipes: Available by appointment only to families with children 5 and under and expecting mothers who are at least 6 months pregnant. For more information and/or to make an appointment, call: (818) 686-7338.

Hope, Wellness, Care: Access to abundant fresh produce at the Buen Provecho Farmer's Market, information on other MEND services, and resources from community partners.

Gateways Employment Services: Access to employment resources, including self-directed and supported job search and skill development to anyone who is seeking work opportunities. Gateways offers a variety of activities throughout the week. Drop-in and meet with a job coach "Drop-in hours" or attend one of our weekly workshops.

Living Wise & Well: Open to community members 55 years+. Pick up groceries and engage in wellness activities, including light exercise.



Mayo 2024

Calendario De Actividades

MEND | Meet Each Need with Dignity
 10641 N. San Fernando Rd.
 Pacoima CA, 91331
 Tel: 818.896.0246
www.MendPoverty.org

MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO
	1 Caminos al Bienestar: Grupo de Caminata 8:30am-9:30am Taller: Comer comida saludable que sabe rico 9:30am-10:30am Distribución de alimentos 9:00am-12:00pm	2 Primer Paso: Servicios para indigentes 9:00am-11:00am Caminos Al Bienestar: Clase de Ejercicio @ Cuarto de Educación 8:30am - 9:45am	3 Caminos al Bienestar: Grupo de Caminata 8:30am-9:30am Taller: Grupo de apoyo 9:45am-10:30am Distribución de alimentos 9:00am-12:00pm Servicios De Empleo: Busqueda y habla con un entrenador 9am-12pm	4 Distribución de alimentos 9:00am-12:00pm Distribución de pañales 9am-12pm Caminos al Bienestar: Clase de Zumba 9:30am-10:30am Servicios de Empleo: club de búsqueda de empleo 10am-1pm
7 Viviendo Sabiamente y Bien 55+ Distribución de Alimentos y Actividades de Bienestar: 9am-11am	8 Caminos al Bienestar: Grupo de Caminata 8:30am-9:30am Taller: Comiendo saludable en un Presupuesto 9:30am-10:30am Distribución de alimentos 9:00am-12:00pm	9 Primer Paso: Servicios para indigentes 9:00am-11:00am Caminos Al Bienestar: Clase de Ejercicio @ Cuarto de Educación 8:30am - 9:45am	10 Caminos al Bienestar: Grupo de Caminata 8:30am-9:30am Taller: Salud Autoestima Departamento de Salud Mental 9:45am-10:30am Distribución de alimentos 9:00am-12:00pm Servicios De Empleo: Busqueda y habla con un entrenador 9am-12pm	11 CENTRO CERRADO
14	15 Caminos al Bienestar: Grupo de Caminata 8:30am-9:30am Taller: Cómo hacer que la alimentación saludable sea parte de su estilo de vida 9:45am-10:30am Distribución de Alimentos 9:00am-12:00pm	16 Primer Paso: Servicios para indigentes 9:00am-11:00am Caminos Al Bienestar: Clase de Ejercicio @ Cuarto de Educación 8:30am - 9:45am	17 Caminos al Bienestar: Grupo de Caminata 8:30am-9:30am Taller: 9:45am-10:30am Distribución de alimentos 9:00am-12:00pm Servicios De Empleo: Busqueda y habla con un entrenador 9am-12pm	18 Mercado de Agricultores 9:00am-12:00pm Caminos al Bienestar: Clase de yoga 9:30am-10:30am Servicios de Empleo: club de búsqueda de empleo 10am-12pm
21 Viviendo Sabiamente y Bien 55+ Distribución de Alimentos y Actividades de Bienestar: 9am-11am	22 Caminos al Bienestar: Grupo de Caminata 8:30am-9:30am Taller: La actividad física es clave para vivir bien 9:30am-10:30am Distribución de alimentos 9:00am-12:00pm Servicios de Empleo: GES Orientación y Taller @ El Nido 10am-11am 11243 Glenoaks Blvd Pacoima CA, 91331	23 Primer Paso: Servicios para indigentes 9:00am-11:00am Caminos Al Bienestar: Clase de Ejercicio @ Cuarto de Educación 8:30am - 9:45am Servicios de Empleo: taller de la entrevista-practica sus habilidades para la entrevista y reciba ropa profesionales 1pm-2pm	24 Caminos al Bienestar: Grupo de Caminata 8:30am-9:30am Taller: Educacion sobre Diabetes 9:45am-10:45am Distribución de alimentos 9:00am-12pm Servicios De Empleo: Busqueda y habla con un entrenador 9am-12pm	25 CENTRO CERRADO
28	29 Caminos al Bienestar: Grupo de Caminata 8:30am-9:30am Taller: Manejo del estrés, estilos de vida y perspectivas y visitas al doctor 9:30am-10:30am Distribución de alimentos 9:00am-12:00pm	30 Primer Paso: Servicios para indigentes 9:00am-11:00am Caminos Al Bienestar: Clase de Ejercicio @ Cuarto de Educación 8:30am - 9:45am	31 Caminos al Bienestar: Grupo de Caminata 8:30am-9:30am Taller: Simulación de Compras 9:30am-12:30pm Distribución de alimentos 9:00am-12pm	

Información importante:

Caminos hacia el Bienestar: Ayuda a las personas que luchan con condiciones de salud crónicas a aprender a desarrollar hábitos de estilo de vida saludables duraderos, salud sostenida, resiliencia y bienestar. Se requiere inscripción para talleres. Para obtener más información, llame al: (818) 686-7357.

Distribución de Alimentos: Abierto para miembros de la comunidad una vez a la semana según la necesidad. Días de servicio: miércoles y viernes de 9:00 am a 12:00 pm | El primer sábado del mes, de 9:00 am a 12:00 pm.

Pañales y toallitas: Disponibles solo con cita previa para familias con niños menores de 5 años y madres embarazadas de al menos 6 meses. Para obtener más información y/o hacer una cita, llame al: (818) 686-7338.

Evento Esperanza, Bienestar, Cuidado: Acceso a abundante productos frescos en el Mercado de Agricultores de Buen Provecho, información sobre otros servicios de MEND y recursos de socios comunitarios.

Servicios de Empleo de Gateways: Acceso a recursos de empleo, incluida la búsqueda de empleo autodirigida y asistida y el desarrollo de habilidades para cualquier persona que busque oportunidades laborales. Gateways ofrece una variedad de actividades durante la semana. Venga sin cita y reúnase con un asesor de empleo en "horario de atención sin cita" o asista a uno de nuestros talleres semanales.

Viviendo Sabiamente y Bien: Abierto para miembros de la comunidad mayores de 55 años. Recoja comestibles y participe en actividades de bienestar, incluido ejercicio ligero.