



July 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
<p>2</p> <p>Living Wise & Well 55+ 9:00am-11:00am</p> <p>Wellness Activity 9:00am-10:00am</p> <p>Food Distribution 10:00am-11:00am</p>	<p>3</p> <p>Pathways to Wellness Walking Group 8:00am-9:30am</p> <p>Workshop 3– How to make Eating Healthy Part of your Lifestyle 9:45am-10:30am</p> <p>Food Distribution: 9:00am-12:00pm</p>	<p>4</p> <p style="text-align: center;"><u>CENTER CLOSED</u></p>	<p>5</p> <p>Pathways to Wellness:</p> <p>Walking Group 8:00am-9:30am</p> <p>Self-Care Workshop 9:30am-10:30am</p> <p>Employment Services: Job Search & Talk to a Job Coach No appointment needed 9am-12pm</p>	<p>6</p> <p>FOOD DISTRIBUTION: 9AM-12PM</p> <p>Diaper Distribution: 9am-12PM</p> <p>Pathways: Body Strength Class 8:30am-10:00am</p>
<p>9</p>	<p>10</p> <p>Pathways to Wellness: Walking Group 8:00am-9:30am</p> <p>Workshop 4– Exercising is the Key to Living Healthy 9:30am-10:30am</p> <p>FOOD DISTRIBUTION: 9AM-12PM</p>	<p>11</p> <p>First Step: Services for the unhoused 9am-11am</p> <p>Pathways to Wellness: Exercise Class @ Health Education Room 8:30am-10:00am</p> <p>Employment Services: Elevator Pitch workshop (Spanish) how to effectively communicate your skills and experience to land a job 10am-11am</p>	<p>12</p> <p>Pathways to Wellness: Walking Group 8:00am-9:30am</p> <p>Self-Care Workshop: 9:30am-10:30am</p> <p>FOOD DISTRIBUTION: 9AM-12PM</p> <p>Employment Services: Job Search & Talk to a Job Coach No appointment needed 9am-12pm</p>	<p>13</p> <p style="text-align: center;"><u>CENTER CLOSED</u></p>
<p>16</p> <p>Living Wise & Well 55+: 9am-11am</p> <p>Presentation: Brandman Centers for Senior Care 9am-10am</p> <p>Food Distribution: 10:00am-11:00am</p>	<p>17</p> <p>Pathways to Wellness: Walking Group 8:00am-9:30am</p> <p>Workshop 5: How to Manage Stress, Lifestyles, & Doctor Visits 9:45am-10:30am</p> <p>FOOD DISTRIBUTION: 9AM-12PM</p> <p>Employment Services: (Spanish) Entrepreneurial workshop with ICON: how to start your own business 10:00am-11:00am</p>	<p>18</p> <p>First Step: Services for the unhoused 9am-11am</p> <p>Pathways: Exercise Class @ Health Education Room 8:30am-10:00am</p>	<p>19</p> <p>Pathways to Wellness: Walking Group 8:00am-9:30am</p> <p>Self Care Workshop: 9:30am-10:30am</p> <p>FOOD DISTRIBUTION: 9AM-12PM</p> <p>Employment Services: Job Search & Talk to a Job Coach No appointment needed 9am-12pm</p>	<p>20</p> <p>BUEN PROVECHO FARMERS MARKET 9am-12pm</p> <p>Pathways: Body Strength Training + Cardio 9:00am-10:30am</p>
<p>23</p>	<p>24</p> <p>Pathways to Wellness: Walking Group 8:00am-9:30am</p> <p>Cooking Demonstration 9:45am-10:30am</p> <p>FOOD DISTRIBUTION: 9AM-12PM</p> <p>Employment Services: Financial Literacy Workshop with Bank of America (English) 1:30pm-2:45pm; (Spanish) 2:45pm-4:00pm (English)</p>	<p>25</p> <p>First Step: Services for the unhoused 9am-11am</p> <p>Pathways: Exercise Class @ Health Education Room 8:30am-10:00am</p> <p>Employment Services: Elevator Pitch workshop (English) –how to effectively communicate your skills and experience to land a job 10am-11am</p>	<p>26</p> <p>Pathways to Wellness: Walking Group 8:00am-9:30am</p> <p>Shopping Simulation 9:30m-10:30am</p> <p>FOOD DISTRIBUTION: 9AM-12PM</p> <p>Employment Services: Job Search & Talk to a Job Coach No appointment needed 9am-12pm</p>	<p>27</p> <p style="text-align: center;"><u>CENTER CLOSED</u></p>
<p>30</p>	<p>31</p> <p>Pathways to Wellness: Walking Group 8:00am-9:30am</p> <p>Pathways 3 Orientation: 9:45am-10:30am</p> <p>FOOD DISTRIBUTION: 9AM-12PM</p>			

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.



Julio 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
2 Vivendo Sabio y Bien 55+ 9:00am-11:00am Actividad de Bienestar: 9-10am Distribucion de Comida: 10-11am	3 Caminos Hacia El Bienestar: Grupo de Caminata: 8:00am-9:30am Taller 3-Cómo hacer que la alimentación saludable sea parte de su estilo de vida 9:45am-10:30am Distribución de alimentos 9:00am-12:00pm	4 CENTRO CERRADO	5 Caminos al Bienestar: Grupo de Caminata 8:00am-9:30am Taller de Salud Autoestima 9:30am-10:30am Servicios De Empleo: Busqueda y habla con un entrenador 9am-12pm	6 Distribución de alimentos 9:00am-12:00pm Distribución de pañales 9am-12pm Caminos al Bienestar: Clase de Fuerza Corporal Health Education Room 8:30-10:00am
9	10 Caminos al Bienestar: Grupo de Caminata 8:00am-9:30am Taller 4: La actividad física es clave para vivir bien 9:45am-10:30am Distribución de alimentos 9:00am-12:00pm	11 Primer Paso: Servicios para indigentes 9:00am-11:00am Caminos Al Bienestar: Clase de Ejercicio @ Cuarto de Educación 8:30am - 10:00am Servicios De Empleo: Taller Elevator Pitch (español) cómo comunicar de manera efectiva sus habilidades y experiencia para conseguir un trabajo 10am-11am	12 Caminos al Bienestar: Grupo de Caminata 8:00am-9:30am Taller De Salud Autoestima Departamento de Salud Mental 9:30am-10:30am Distribución de Alimentos 9:00am-12:00pm Servicios De Empleo: Busqueda y habla con un entrenador 9:00am-12pm	13 CENTRO CERRADO
16 Viviendo Sabiamente y Bien 55+ Distribución de Alimentos y Actividades de Bienestar: 9am-11am Presentacion: Brandman Centers for Senior Care 9am-10am Distribucion de Comida: 10-11am	17 Caminos al Bienestar: Grupo de Caminata 8:00am-9:30am Taller: Comer Comida saludable que sabe rico 9:45am-10:30am Distribución de Alimentos 9:00am-12:00pm Servicios De Empleo: Taller emprendedor con ICON: cómo iniciar tu propio negocio 10am-11am	18 Primer Paso: Servicios para indigentes 9:00am-11:00am Caminos Al Bienestar: Clase de Ejercicio @ Cuarto de Educación 8:30am - 10:00am	19 Caminos al Bienestar: Grupo de Caminata 8:00am-9:30am Taller de Salud: Autoestima Departamento de Salud Mental 9:30am-10:30am Distribución de alimentos 9:00am-12:00pm Servicios De Empleo: Busqueda y habla con un entrenador 9am-12pm	20 Bien Provecho Mercado de Agricultores 9:00am-12:00pm Caminos al Bienestar: Entrenamiento de Fuerza corporal + cardio 9:00am-10:30am
23	24 Caminos al Bienestar: Grupo de Caminata 8:00am-9:30am Taller: Comiendo saludable en un presupuesto 9:45am-10:30am Distribución de Cocinar 9:00am-12:00pm Servicios De Empleo: Taller de Educación Financiera con Bank of America (inglés) 1:30pm-2:45pm; (español) 2:45 p. m.-4:00 p. m. (inglés)	25 Primer Paso: Servicios para indigentes 9:00am-11:00am Caminos Al Bienestar: Clase de Ejercicio @ Cuarto de Educación 8:30am - 10:00am Servicios De Empleo: Taller Elevator Pitch: (español) cómo comunicar de manera efectiva sus habilidades y experiencia para conseguir un trabajo 10am-11am	26 Caminos al Bienestar: Grupo de Caminata 8:00am-9:30am Taller de Bienestar: 9:45am-10:45am Distribución de alimentos 9:00am-12pm Servicios De Empleo: Buscar un trabajo y habla con un entrenador 9am-12pm	27 CENTRO CERRADO
30	31 Caminos al Bienestar: Grupo de Caminata 8:00am-9:30am Orientacion de Caminos al Bienestar 3 9:45am-10:30am Distribución de alimentos 9:00am-12:00pm			29

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 reúnanse con un asesor de empleo en "horario de atención sin cita" o asista a uno de nuestros talleres semanales.