



**STARTING
NEXT WEEK**
March 16

GOLDEN HEARTS & FRIENDS

A Healthy Living Program for Seniors



**MEALS ON WHEELS
OF THE MONTEREY PENINSULA**

Created through a **partnership** between the **Salinas Family YMCA** and **Meals on Wheels of the Monterey Peninsula**, the Golden Hearts & Friends program aims to provide **nutritious, accessible meals** and a friendly space where seniors can connect, socialize, **play games**, and build meaningful friendships.

Program Details

Monday to Friday
11:30am – 1:30pm
Salinas Family YMCA: Kids Zone Lounge

Ages: 60+ years
FREE for YMCA members (weekly registration required)
Drop-In: \$7.50/meal (no registration)

More Information

Salinas Family YMCA
117 Clay Street, Salinas, CA 93901
(831) 758-3811 centralcoastymca.org

Come enjoy a healthy meal, great conversation, and a community that cares.



A PARTIR
DE LA
PRÓXIMA
SEMANA
16 de marzo

GOLDEN HEARTS & FRIENDS

Un Programa de Vida Saludable para Adultos Mayores



MEALS ON WHEELS
OF THE MONTEREY PENINSULA

Creado a través de una **alianza** entre la YMCA Familiar de Salinas y Meals on Wheels de la Península de Monterey, el programa Golden Hearts & Friends ofrece **comidas nutritivas y accesibles**, así como un espacio amigable donde los adultos mayores puedan conectarse, socializar, **jugar** y crear amistades significativas.

Detalles del Programa

Lunes a Viernes
11:30am – 1:30pm
YMCA Familiar de Salinas: Zona Infantil

Edades: 60+ años
GRATIS para miembros de la YMCA
(se requiere registro semanal)
Entrada sin Registro: \$7.50 por comida

More Information

YMCA Familiar de Salinas
117 Clay Street, Salinas, CA 93901
(831) 758-3811 centralcoastymca.org

Ven a disfrutar de una comida saludable, buena conversación y una comunidad que se preocupa por ti.