



Dec 2025

Wellness Center: **SANFORD OFFICE**

Address: 2432 S French Ave., Sanford, FL, 32771

Phone Number: 407-768-4464



Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday
1 9am Decoration 10am Walking 11am Relaxing 1pm Help Portal 2pm Parchesse 3pm Dominos	2 9am Stretching 10am Balance 11am Coffee Time 1pm Rummikub 2pm Monopolio 3pm Art & Craft	3 9am Walking 10am Stretching 11am Zumba Class 1pm Table Game 2pm Healthy Life 3pm Rummikub	4 9am Stretching 10am Balance 11am Coffee Time 1pm Puzzle 2pm Rummikub 3pm Dominos	5 9am Walking 10am Exercises 11am Conference 1pm Five wishes 2pm Relaxing 3pm Painting
8 9am Exercise Foot 10am Stretching 11am Coffee Time 1pm Monopolio 2pm Parchesse 3pm Relaxing	9 9am Walking 10am Exercises 11am Coffee Time 1pm Play Cards 2pm Social Bonds 3pm Relaxing	10 9am Stretching 10am Painting 11am Yoga Class 1pm Various Game 2pm Rummikub 3pm Coffee Time	11 9am Foot Exercise 10am Balance 11am Coffee Time 1pm Art & Craft 2pm Rummikub 3pm Dominos	12 9am Stretching 10am Balance 11am Relaxing 1pm Bingo Gift 2pm Parchesse 3pm Social Bonds
15 9am Hand Stretch 10am Crochet 11am Coffee Time 1pm Monopolio 2pm Parchesse 3pm Domino	16 9am Stretching 10am Exercises 11am Coffee Time 1pm Motor Skills 2pm Monopolio 3pm Dominos	17 9am Canvas paint 10am Exercises 11am Zumba Class 1pm Sorry game 2pm Rummikub 3pm Play Cards	18 9am Walking 10am Crochet 11am Relaxing 1pm Parchesse 2pm Dominos 3pm Play Cards	19 9am Exercises 10am Balance 11am HES 1pm HES 2pm CHRISTMAS 3pm PARTY
22 9am 10am 11am CLOSED 1pm 2pm 3pm	23 9am 10am 11am CLOSED 1pm 2pm 3pm	24 9am 10am 11am CLOSED 1pm 2pm 3pm	25 Happy Holidays Closed	26 9am 10am 11am CLOSED 1pm 2pm 3pm
29 9am 10am 11am CLOSED 1pm 2pm 3pm	30 9am 10am 11am CLOSED 1pm 2pm 3pm	31 9am 10am 11am CLOSED 1pm 2pm 3pm	*Physical Exercises *Social *Arts & Crafts *Educational	



SPECIAL EVENTS

December 5, 2025- Conference
with Advent Health about Five
Wishes
11-12am with Snacks

December 19, 2025- Healthcare
Education Series: Mindful
Holidays with Dr. Dilcia
Hernandez
11am-12pm Spanish
1-2 pm English

Happy Holidays and Happy New
Year 2026



@imamedicalgroup



Dic 2025

Centro de Bienestar: SANFORD OFFICE

Dirección: 2432 S French Ave., Sanford, FL 32771

Teléfono: 407-768-4464



EVENTOS ESPECIALES

Diciembre 5, 2025-
Conferencia Advent Health sobre tus
ultimos cinco deseos

Diciembre 19, 2025- Serie de
Educación de la Salud: Fiestas
Conscientes

con la Dra. Dilcia Hernandez

11am-12pm Español

1-2pm Ingles

Feliz Navidad y Prospero Año nuevo
2026



@imamedicalgroup

Lunes

Martes

Miercoles

Jueves

Viernes

1	2	3	4	5
9am Decorar 10am Caminar 11am Relajados 1pm Ayuda Portal 2pm Parchesse 3pm Dominos	9am Estirarse 10am Balance 11am Hora cafe 1pm Rummikub 2pm Monopolio 3pm Tejido	9am Caminando 10am Estirarse 11am Zumba Clase 1pm Juegos varios 2pm Vida Sana 3pm Rummikub	9am Estirarse 10am Balance 11am Hora Cafe 1pm Rompecabeza 2pm Rummikub 3pm Domino	9am Caminar 10am Ejercicios 11am Conference 1pm 5 deseos 2pm Relajados 3pm Pintando
8	9	10	11	12
9am Pie Ejercicio 10am Estirarse 11am Hora Cafe 1pm Monopolio 2pm Parchesse 3pm Relajados	9am Caminando 10am Ejercicio 11am Hora cafe 1pm Juego cartas 2pm Tertulias 3pm Relajados	9am Estirarse 10am Pintar 11am Yoga clase 1pm juego Varios 2pm Rummikub 3pm Hora cafe	9am Pie Ejercicio 10am Balance 11am Hora Cafe 1pm Tejido 2pm Rummikub 3pm Domino	9am Estirarse 10am Balance 11am Relajados 1pm Juego Carta 2pm Parchesse 3pm Tertulias
15	16	17	18	19
9am Mano Estirar 10am Crochet 11am Hora Cafe 1pm Monopolio 2pm Parchesse 3pm Dominos	9am Estirarse 10am Ejercicios 11am Hora Cafe 1pm Destrezas 2pm Monopolio 3pm Dominos	9am Pintar Canvas 10am Ejercicios 11am Zumba Clase 1pm Juego Sorry 2pm Rummikub 3pm Juego Carta	9am Caminando 10am Crochet 11am Relajados 1pm Parchesse 2pm Dominos 3pm Juego Carta	9am Ejercicios 10am Balance 11am HES 1pm HES 2pm Fiesta 3pm Navidad
22	23	24	25	26
9am 10am 11am CERRADO 1pm 2pm 3pm	9am 10am 11am CERRADO 1pm 2pm 3pm	9am 10am 11am CERRADO 1pm 2pm 3pm	Feliz Navidad Cerrado	9am 10am 11am CERRADO 1pm 2pm 3pm
29	30	31		
9am 10am 11am CERRADO 1pm 2pm 3pm	9am 10am 11am CERRADO 1pm 2pm 3pm	9am 10am 11am CERRADO 1pm 2pm 3pm		

*Ejercicios

*Social

*Manualidades

*Educativa