



Jan 2026

Wellness Center: Sanford office

Address: 2432 S French Ave. Sanford FL 32771

Phone Number: 407-768-4464



IMA

Medical Group

Monday Tuesday Wednesday Thursday Friday

			1	2
			Happy New Year	9am Socialize 10am Art & Crafts 11am Coffee time 1pm Table Games 2pm Dance 3pm Tech Savvy
			Closed	
5	6	7	8	9
9am Art & Crafts 10am Exercises 11am Coffee Time 1pm Games 2pm Paint Jar 3pm Social Bonds	9am Exercises 10am Energy Bites 11am Coffee Time 1pm 3 king day 2pm Movie 3pm Play Cards	9am Stretching 10am Exercises 11am Zumba Class 1pm Games 2pm Play Cards 3pm Crochet	9am Exercises 10am Art & Crafts 11am Relaxing 1pm Rummikub 2pm Parchesse 3pm Relaxing	9am Hand Stretch 10am Energy Bites 11am Coffee Time 1pm Crochet 2pm Parchesse 3pm Tech Savvy
12	13	14	15	16
9am Socialize 10am Exercises 11am Relaxing 1pm Motor Skills 2pm Crochet 3pm Paint jar	9am Stretching 10am Exercises 11am Coffee Time 1pm Play Cards 2pm Tech Savvy 3pm Relaxing	9am Hand Stretch 10am Sorry Game 11am Yoga Class 1pm Rummikub 2pm Crochet 3pm Play Cards	9am Exercises 10am Stretching 11am Dominoes 1pm Relaxing 2pm Rummikub 3pm Social Bonds	9am Walking 10am Exercises 11am Relaxing 1pm Play Cards 2pm Rummikub 3pm Crochet
19	20	21	22	23
9am Socialize 10am Exercises 11am Relaxing 1pm Motor Skills 2pm Crochet 3pm Dominoes	9am Exercises 10am Walking 11am Coffee Time 1pm Play cards 2pm Rummikub 3pm Dominoes	9am Stretching 10am 100 Steps 11am Zumba Class 1pm Play Cards 2pm Crochet 3pm Social Bonds	9am Socialize 10am Exercises 11am Relaxing 1pm Table Games 2pm Tech Savvy 3pm Coffee Time	9am Exercises 10am Walking 11am Relaxing 1pm Motor Skills 2pm Paint Canvas 3pm Art & Crafts
26	27	28	29	30
9am Exercises 10am Energy Bites 11am Coffee Time 1pm Paint Jar 2pm Rummikub 3pm Dominoes	9am Stretching 10am 100 Steps 11am Coffee Time 1pm Rummikub 2pm Play cards 3pm Dominoes	9am Exercises 10am Socialize 11am Yoga Class 1pm Rummikub 2pm Play cards 3pm Dominoes	9am Stretching 10am HES (SPA) 11am Paint jar 1pm Play Cards 2pm Crochet 3pm Dominoes	9am Hand Stretch 10am 100 Steps 11am Coffee Time 1pm Tech Savvy 2pm Rummikub 3pm Play Cards

SPECIAL EVENTS

January 6, 2026- 3 King
Day Celebrate

January 29 - Healthcare
Education Series: Ready,
Set, Change
with Dr. Rivera
At 10:00 AM - Spanish

*Physical Exercises

*Social

*Arts & Crafts

*Educational



@imamedicalgroup



Ene 2026

Centro de Bienestar: SANFORD OFFICE

Dirección: 2432 S French Ave., Sanford, FL

Teléfono: 407-768-4464



IMA
Medical Group

Lunes

Martes

Miercoles

Jueves

Viernes

			1	2
			Feliz Año nuevo	9am Socializar 10am Artes Grafica 11am Hora cafe 1pm Juegos Mesa 2pm Bailar 3pm Ayuda Portal
			Cerrado	
5	6	7	8	9
9am Artes Grafica 10am Ejercicios 11am Hora Cafe 1pm Juegos Varios 2pm Pintar Jarra 3pm Compartir	9am Ejercicios 10am Barra Cereal 11am Hora Cafe 1pm Tres Reyes 2pm Pelicula 3pm Juego Cartas	9am Estiramiento 10am Ejercicios 11am Clase Zumba 1pm Juegos Varios 2pm Juego Cartas 3pm Tejidos	9am Ejercicios 10am Tejidos 11am Relajados 1pm Rummikub 2pm Parchesse 3pm Relajados	9am Estirar Mano 10am Barra Cereal 11am Hora Cafe 1pm Tejidos 2pm Parchesse 3pm Ayuda portal
12	13	14	15	16
9am Socializar 10am Ejercicios 11am Relajados 1pm Destrezas 2pm Tejidos 3pm Pintar Jarra	9am Estiramiento 10am Ejercicios 11am Hora Cafe 1pm Juego Cartas 2pm Ayuda Portal 3pm Relajados	9am Estirar mano 10am Juego Sorry 11am Clase Yoga 1pm Rummikub 2pm Tejidos 3pm juego Cartas	9am Ejercicios 10am Estirarse 11am Domino 1pm Relajados 2pm Rummikub 3pm Socializar	9am Caminando 10am Ejercicios 11am Relajados 1pm Juegos Cartas 2pm Rummikub 3pm Tejidos
19	20	21	22	23
9am Socializar 10am Ejercicios 11am Relajados 1pm Destrezas 2pm Tejidos 3pm Dominos	9am Ejercicios 10am Caminando 11am Hora cafe 1pm Juego Cartas 2pm Rummikub 3pm Dominos	9am Estiramiento 10am 100 Pasos 11am Clase Zumba 1pm Juego Cartas 2pm Tejidos 3pm Compartir	9am Socializar 10am Ejercicios 11am Relajados 1pm Juego Mesa 2pm Ayuda portal 3pm Hora Cafe	9am Ejercicios 10am Caminando 11am Relajados 1pm Destrezas 2pm Pintar Canva 3pm Artes Grafica
26	27	28	29	30
9am Ejercicios 10am Granolas 11am Hora Cafe 1pm Pintar Jarra 2pm Rummikub 3pm Dominos	9am Estirarse 10am 100 Pasos 11am Hora Cafe 1pm Rummikub 2pm Juego Cartas 3pm Dominos	9am Ejercicios 10am Socializar 11am Clase Yoga 1pm Rummikub 2pm Juego Cartas 3pm Dominos	9am Estirarse 10am HES (ESP) 11am Pintar Jarra 1pm Juego Carta 2pm Tejidos 3pm Dominos	9am Estiramiento 10am 100 Pasos 11am Hora Cafe 1pm Ayuda Portal 2pm Rummikub 3pm Juego Cartas

EVENTOS ESPECIALES

Enero 6, 2026- Dia de los 3 Reyes Magos Celebracion

Enero 29 - Serie de Educación de la Salud: Transformando Mente y Cuerpo Con la Dra. Rivera A las 10:00 AM - presentación en Español



*Ejercicios
*Social
*Manualidades
*Educativa



@imamedicalgroup