



Click on the event titles in the calendar squares to register for virtual workshops with Zoom. After registering you will receive a confirmation email with information about joining the meeting.

- Dec 8th at 2:00 PM

Important Nutrition Facts for Caregivers: Plan, Shop, and Save

SHOPP Caregivers Program in Partnership with Cornell University Cooperative Extension – NYC
- Dec 11th at 2:00 PM

Every Person Can Tell You Something About Yourself- Aesthetic Realism Shows How!

SHOPP Caregivers Program in Partnership with Aesthetic Realism Foundation
- Dec 13th at 3:00 PM

How To Help Someone with Memory Loss

SHOPP Caregivers Program in Partnership with Sunnyside Community Services, Inc.
- Dec 15th at 2:00 PM

Important Nutrition Facts for Caregivers: Fruits, Vegetables, and Proteins

SHOPP Caregivers Program in Partnership with Cornell University Cooperative Extension – NYC
- Dec 18th at 2:00 PM

Winter Safety for Caregivers

SHOPP Caregivers Program in Partnership with NYC Poison Center
- Dec 20th at 2:00 PM

An Overview of the NYC Human Rights Law and How People Can Report Discrimination to the City.

SHOPP Caregivers Program in Partnership with NYC Commission on Human Rights
- Dec 22nd at 2:00 PM

Important Nutrition Facts for Caregivers: Review of Nutrition and Celebration

SHOPP Caregivers Program in Partnership with Cornell University Cooperative Extension – NYC

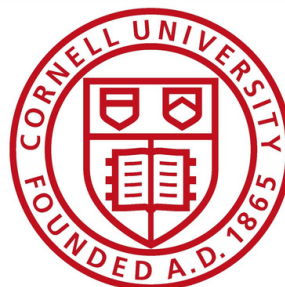
Click on the event titles
in the calendar squares
to register with Zoom!!!

DECEMBER 2023

SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
					1	2
3	4	5	6	7	8 "Important Nutrition Facts for Caregivers: "Plan, Shop, and Save"	9
10	11 "Every Person Can Tell You Something About Yourself- Aesthetic Realism Shows How!"	12	13 "How to Help Someone with Memory Loss "	14	15 "Important Nutrition Facts for Caregivers: "Fruits, Vegetables, and Proteins"	16
17	18 "Winter Safety for Caregivers "	19	20 An Overview of the NYC Human Rights Law and How People Can Report Discrimination to the City.	21	22 "Important Nutrition Facts for Caregivers: "Review of Nutrition and Celebration "	23
24	25	26	27	28	29	30



NEIGHBORHOOD Self
Help by
Older
Persons
Project
Helping Older Adults Help Themselves



FREE EDUCATIONAL WORKSHOP

*SHOPPS Caregivers Program in Partnership with Cornell University
Cooperative Extension- NYC*

Important Nutrition Facts for Caregivers: Plan, Shop, and Save



Friday, December 8, 2023
2:00 PM

Grocery shopping is one of the best ways to save money at the grocery store and stick to your budget. When you have a plan in place you're less likely to succumb to last minute purchases and waste time going back and forth, and you can even be much healthier due to avoiding temptation if you stick to your plan. Come and be part of the 5th workshop series! with Selma Nunez, Community Nutritionist Educator, from Cornell University Cooperative Extension- NYC.

**Click HERE to register in advance
for this Zoom meeting**

**For more info, please contact Lynda Morfe at
718-542-0006 or email at caregivers_@nshopp.org**

Click on the buttons below to LIKE and FOLLOW us on social media



SHOPP's Caregivers Program is funded by the U.S. Administration National Family Caregiver Support Program through the NYC Department for the Aging.

CLASE EDUCATIVA GRATIS

*Programa de Cuidadores SHOPP en Asociación con Extensión Cooperativa de la
Universidad de Cornell - Nueva York*

Información Nutricional Importante Para Los Cuidadores: Planifique, Compre y Ahorre



**Viernes, Diciembre 8, 2023
2:00 PM**

Comprar comestibles es una de las mejores formas de ahorrar dinero en el supermercado y ajustarse a su presupuesto. Cuando tienes un plan, es menos probable que sucumbas a compras de última hora y pierdas tiempo yendo y viniendo, e incluso puedes estar mucho más saludable al evitar la tentación si sigues tu plan. ¡Ven y sé parte de la 5ta serie de talleres! con Selma Núñez, Educadora Nutricionista Comunitaria, de Extensión Cooperativa de la Universidad de Cornell-Nueva York.

**Haga clic AQUÍ para registrarse con
anticipación para esta reunión de Zoom**

**Para más información, comuníquese con Lynda Morfe en
718-542-0006 o envíe un correo electrónico a Caregivers_@nshopp.org**

Haga un clic en nuestras redes sociales para dar LIKE y SEGUIRNOS





NEIGHBORHOOD Self
Help by Older
Persons
Project
Helping Older Adults Help Themselves

Aesthetic Realism Foundation

FREE EDUCATIONAL WORKSHOP

*SHOPP Caregivers Program in Partnership with
Aesthetic Realism Foundation*

Every Person Can Tell You Something About Yourself, Aesthetic Realism Shows How!



**Monday, December 11, 2023
2:00 PM**

In this deep thrilling workshop, it will show what Aesthetic Realism, the philosophy founded by the great American poet and critic Eli Siegel, explains the most urgent need for every person is to like the world on an honest basis. This lively and kind class in which the speakers take up a painting by Van Gogh—shows people how they can authentically like the world, and also what interferes! Join us on this interesting workshop!

**Click HERE to register in advance
for this Zoom meeting**

**For more info, please contact Lynda Morfe at
718-542-0006 or email at caregivers_@nshopp.org**

**Click on the buttons below to LIKE and FOLLOW us on social media
or scan the QR code to visit our website**



SHOPP's Caregivers Program is funded by the U.S. Administration National Family Caregiver Support Program through the NYC Department for the Aging.



NEIGHBORHOOD Self
Help by
Older
Persons
Project
Helping Older Adults Help Themselves

Aesthetic Realism Foundation

CLASE EDUCATIVA GRATIS

*Programa de Cuidadores SHOPP en asociación con
Fundación Realismo Estético Presenta*

Cada Persona Puede Decirte Algo Sobre Ti Mismo, ¡El Realismo Estético Muestra Cómo!



**Lunes, Diciembre 11, 2023
2:00 PM**

En esta presentación, la gente aprenderá lo que explica el Realismo Estético, la educación fundada por el poeta y crítico Eli Siegel: Nuestra necesidad más urgente y nuestro deseo más profundo es que nos guste el mundo de forma honesta o precisa. Todos verán cómo los opuestos, como la oscuridad y la claridad, se componen en la pintura de una manera que queremos que esos opuestos estén mejor compuestos en nosotros mismos. Únete a nosotros!

**Haga clic AQUÍ para registrarse para
esta reunión de Zoom**

**Para más información, comuníquese con Lynda Morfe en
718-542-0006 o envíe un correo electrónico a Caregivers_@nshopp.org**

**Haga un clic en nuestras redes sociales para dar LIKE y SEGUIRNOS
o escanee el código QR para visitar nuestro sitio web**



El Programa de Cuidadores de SHOPP está financiado por el Programa Nacional de Apoyo a Cuidadores Familiares de la Administración de los Estados Unidos a través del Departamento de Asistencia a Ancianos de la Ciudad de Nueva York.

FREE EDUCATIONAL WORKSHOP

SHOPP Caregivers Program in Partnership with Sunnyside Community Services, Inc.

How to Help Someone with Memory Loss



Wednesday, December 13, 2023
3:00 PM

On this workshop, learn about the causes, symptoms, and common types of dementia and other forms of memory loss. Gain insight as to the best ways to help a loved one with memory loss, and tangible ways to improve their quality of life. Join Us! with Roy Capps, Caregiver Education Specialist, for Sunnyside Community Services, Inc.

**Click HERE to register in advance
for this Zoom meeting**

**For more info, please contact Lynda Morfe at
718-542-0006 or email at caregivers_@nshopp.org**



SHOPP's Caregivers Program is funded by the U.S. Administration National Family Caregiver Support Program through the NYC Department for the Aging.

Click on the buttons below to LIKE and FOLLOW us on social media



NEIGHBORHOOD Self
Help by
Older
Persons
Project
Helping Older Adults Help Themselves



**SUNNYSIDE
COMMUNITY
SERVICES**

CLASE EDUCATIVA GRATIS

Programa de Cuidadores SHOPP en asociación con Servicios Comunitarios de Sunnyside, Inc.

Cómo ayudar a alguien con pérdida de memoria



**Miércoles, Diciembre 13, 2023
3:00 PM**

En este taller, aprenda sobre las causas, los síntomas y los tipos comunes de demencia y otras formas de pérdida de memoria. Obtenga información sobre las mejores formas de ayudar a un ser querido con pérdida de memoria y formas tangibles de mejorar su calidad de vida. ¡Únete a nosotros! con Roy Capps, especialista en educación de cuidadores, de Sunnyside Community Services, Inc.

Haga clic AQUÍ para registrarse con anticipación para esta reunión de Zoom

Para más información, comuníquese con Lynda Morfe en 718-542-0006 o envíe un correo electrónico a Caregivers_@nshopp.org

Haga un clic en nuestras redes sociales para dar LIKE y SEGUIRNOS



El Programa de Cuidadores de SHOPP está financiado por el Programa Nacional de Apoyo a Cuidadores Familiares de la Administración de los Estados Unidos a través del Departamento para Ancianos de la Ciudad de Nueva York.

FREE EDUCATIONAL WORKSHOP

SHOPP Caregivers Program in Partnership with Cornell University Cooperative Extension - NYC

Important Nutrition Facts for Caregivers: Fruits, Vegetables, and Proteins



Friday, December 15, 2023
2:00 PM

Fruits, vegetables, and proteins are essential part of a healthy diet. Not only do these colorful foods add flavors and variety to your meals, but they also pack a powerful nutritional punch, providing vitamins minerals, fiber and antioxidants. We will explore the health benefits of eating from these food groups. Join us on our 6th nutrition series!

**Click HERE to register in advance
for this Zoom meeting**

**For more info, please contact Lynda Morfe at
718-542-0006 or email at caregivers_@nshopp.org**

Click on the buttons below to LIKE and FOLLOW us on social media



CLASE EDUCATIVA GRATIS

*Programa de Cuidadores SHOPP en Asociación con Extensión Cooperativa de la
Universidad de Cornell - Nueva York*

Información nutricional importante para los cuidadores: frutas, verduras y proteínas



**Miércoles, Diciembre 15, 2023
2:00 PM**

Las frutas, verduras y proteínas son parte esencial de una dieta saludable. Estos coloridos alimentos no solo añaden sabores y variedad a sus comidas, sino que también aportan un poderoso aporte nutricional, proporcionando vitaminas, minerales, fibra y antioxidantes. Exploraremos los beneficios para la salud de comer de estos grupos de alimentos. ¡Únase a nosotros en nuestra sexta serie de nutrición!

**Haga clic AQUÍ para registrarse con
anticipación para esta reunión de Zoom**

**Para más información, comuníquese con Lynda Morfe en
718-542-0006 o envíe un correo electrónico a Caregivers_@nshopp.org**

Haga un clic en nuestras redes sociales para dar LIKE y SEGUIRNOS



FREE EDUCATIONAL WORKSHOP

SHOPP Caregivers Program in Partnership with NYC Poison Center

Winter Safety for Caregivers



Friday, December 18, 2023
2:00 PM

As the weather gets colder, it is important to take extra precaution. Join our workshop on winter safety in the home. A discussion on the dangers of using gas stove, hot boiling water, to heat up the home. Also understanding the danger of Carbon Monoxide, the symptoms, and how to prevent getting poisoned.

**Click HERE to register in advance
for this Zoom meeting**

**For more info, please contact Lynda Morfe at
718-542-0006 or email at caregivers_@nshopp.org**

Click on the buttons below to LIKE and FOLLOW us on social media



CLASE EDUCATIVA GRATIS

Programa de Cuidadores SHOPP en Asociación con Centro de envenenamiento de Nueva York

Seguridad Invernal Para Los Cuidadores



Viernes, Diciembre 18, 2023
2:00 PM

A medida que el clima se vuelve más frío, es importante tomar precauciones adicionales. Únase a nuestro taller sobre seguridad invernal en el hogar. Una discusión sobre los peligros de usar estufas de gas y agua hirviendo para calentar el hogar. También comprender el peligro del monóxido de carbono, los síntomas y cómo evitar el envenenamiento.

Haga clic AQUÍ para registrarse con anticipación para esta reunión de Zoom

Para más información, comuníquese con Lynda Morfe en 718-542-0006 o envíe un correo electrónico a Caregivers_@nshopp.org

Haga un clic en nuestras redes sociales para dar LIKE y SEGUIRNOS



FREE EDUCATIONAL WORKSHOP

*SHOPP Caregivers Program in Partnership with NYC
Commission on Human Rights*

An Overview of the NYC Human Rights Law and How People Can Report Discrimination to the City



**Wednesday, December 20, 2023
2:00 PM**

The New York City Human Rights Law prohibits discrimination based on person's disability and promotes independent and equal access for people with disabilities in New York City. Join our workshop, and gain knowledge of the things you should know, as well as scenarios to help you identify discrimination.

**Click HERE to register in advance
for this Zoom meeting**

**For more info, please contact Lynda Morfe at
718-542-0006 or email at caregivers_@nshopp.org**

Click on the buttons below to LIKE and FOLLOW us on social media



CLASE EDUCATIVA GRATIS

Programa de Cuidadores SHOPP en Asociación con Comisión de Derechos Humanos de la Ciudad de Nueva York

Una Descripción General de la Ley de Derechos Humanos de la Ciudad de Nueva York y Cómo Las Personas Pueden Denunciar La Discriminación a la Ciudad



Miércoles, Diciembre 20, 2023
2:00 PM

La Ley de Derechos Humanos de la Ciudad de Nueva York prohíbe la discriminación basada en la discapacidad de la persona y promueve el acceso independiente e igualitario para las personas con discapacidad en la Ciudad de Nueva York. Únase a nuestro taller y obtenga conocimientos sobre las cosas que debe saber, así como escenarios que le ayudarán a identificar la discriminación.

Haga clic AQUÍ para registrarse con anticipación para esta reunión de Zoom

Para más información, comuníquese con Lynda Morfe en
718-542-0006 o envíe un correo electrónico a Caregivers_@nshopp.org

Haga un clic en nuestras redes sociales para dar LIKE y SEGUIRNOS





SHOPP Caregivers Program in Partnership with Cornell University Cooperative Extension - NYC

Important Nutrition Facts for Caregivers: "Review of the Nutrition Series and Celebration



Join us on the last day and 7th nutrition series with Selma Nunez, Community Nutritionist Educator, from Cornell University Cooperative Extension- NYC as we will have a review of the whole nutrition series, eating healthy, and tools. Also let's celebrate the course completion.

**Click [HERE](#) to register in advance
for this Zoom meeting**

For more info, please contact Lynda Morfe at 718-542-0006 or email at caregivers_@nshopp.org

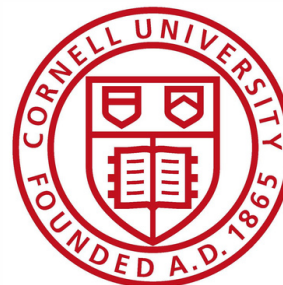
Click on the buttons below to LIKE and FOLLOW us on social media



SHOPP's Caregivers Program is funded by the U.S. Administration National Family Caregiver Support Program through the NYC Department for the Aging.



NEIGHBORHOOD Self
Help by
Older
Persons
Project
Helping Older Adults Help Themselves



CLASE EDUCATIVA GRATIS

*Programa de Cuidadores SHOPP en Asociación con Extensión Cooperativa de la
Universidad de Cornell - Nueva York*

Datos Nutricionales Importantes Para Cuidadores: "Revisión De La Serie De Nutrición y Celebración



Miércoles, Diciembre 22, 2023
2:00 PM

Únase a nosotros en el último día y séptima serie de nutrición con Selma Núñez, educadora nutricionista comunitaria, de la Extensión Cooperativa de la Universidad de Cornell, Nueva York, ya que tendremos una revisión de toda la serie de nutrición, alimentación saludable y herramientas. Celebremos también la finalización del curso.

**Haga clic AQUÍ para registrarse con
anticipación para esta reunión de Zoom**

**Para más información, comuníquese con Lynda Morfe en
718-542-0006 o envíe un correo electrónico a Caregivers_@nshopp.org**

Haga un clic en nuestras redes sociales para dar LIKE y SEGUIRNOS



El Programa de Cuidadores de SHOPP está financiado por el Programa Nacional de Apoyo a Cuidadores Familiares de la Administración de los Estados Unidos a través del Departamento para Ancianos de la Ciudad de Nueva York.