



A CARTA

Portuguese Organization for Social Services & Opportunities

Volume MMXXIII, Edição Nº 10 Circulação: 2000

Outubro 2023

Portuguese Community Center – 1115 E. Santa Clara St. Suite A, San José, CA 95116 Phone:(408) 293-0877

Fax:(408) 293-5324 Email: info@portuguesecenter.org Website: www.portuguesecenter.org Facebook: www.facebook.com/POSSOsanjose

Festa é Festa foi um grande sucesso! Muito obrigado a todos que ajudaram e a todos que compareceram para apoiar a POSSO. Comemos, bebemos, dançamos, rimos e conversamos com antigos e novos amigos. Já estamos ansiosos para o próximo ano e mais uma noite de dança sob as estrelas.

Festa é Festa was a great success! Thank you to everyone who helped make it happen and to all who attended in support of POSSO. We ate, drank, danced, laughed, and caught up with old and new friends. And are already looking forward to next year and another night of dancing under the stars.



Parabéns aos formandos da segunda turma do curso de iPad para idosos!



ESCRITÓRIO ABERTO Segunda á Sexta, 9:00a.m às 4:00p.m.
Ligue para marcar um apontamento.

Serviço social, interpretação, preenchimento de documentos, e assistência com programas de auxílio telefônicos e da PG&E.

**A maioria são grátis. Chame com antecedência para marcar um apontamento,

QUARTAS-FEIRAS

USDA DISTRIBUIÇÃO de alimentos: Quartas das 9:30 às 11:00
Saco Castanho: 2ª e 4ª Quarta-feira de cada mês das 8:00 às 9:00

Aulas

Cidadania/Naturalização: Quinta, 7:00pm (liga para se inscrever)
Aulas de Exercício: Seg, Qua, Sex. 9:00am—11:00am
Preparação para o teste de Motorista: Ter. & Quinta's, 3pm-5pm (liga para se inscrever)
iPad suporte para quem completou o curso: Sexta, 8:30am-9:30am (Inglês); 9:30am-10:30am (Português)
Aulas de língua Portuguesa: Segunda, 6:00pm

Membros do Clube da POSSO

7 de Outubro: Missa pelos membros do Clube 60 (vivos e falecidos) na Igreja das Cinco Chagas, no primeiro domingo de cada mês às 10:30am. Ao vivo pelo Facebook.

PROGRAMA DE NUTRIÇÃO (ALMOÇOS)

Esta ementa pode ser alterada por qualquer motivo imprevisto

- 2 de Outubro: Sopa de Abóbora e Galinha Assada
- 3 de Outubro: Sopa de Feijão e Lasanha Vegetariana
- 4 de Outubro: Sopa de Courgette e Hambúrguer de Peixe
- 5 de Outubro: Caldo Verde e Costela de Porco
- 6 de Outubro: Salada e Sandes de Atum (piquenique)
- 9 de Outubro: Sopa de Conoura e Hambúrguer c/Queijo
- 10 de Outubro: Sopa de Lentilha e Galinha de Alho c/natas
- 11 de Outubro: Sopa de Feijão Branco e Lasanha de Carne
- 12 de Outubro: Ensopado de Amêijoas e Peixe Frito
- 13 de Outubro: Canja e Galinha Guizada
- 16 de Outubro: Sopa de Minestrone e Peixe Assado
- 17 de Outubro: Sopa de Vegetais e Burrito de Carne
- 18 de Outubro: Sopa de Tomate e Pasta Primavera c/Camarão
- 19 de Outubro: Sopa de Ervilha e Lombo de Porco
- 20 de Outubro: Sopa de Peixe e Bacalhau à Gomes de Sá
- 23 de Outubro: Caldo de Peixe e Peixe Assado
- 24 de Outubro: Canja e Galinha Assada
- 25 de Outubro: Sopa de Minestrone e Costelas de Porco
- 26 de Outubro: Sopa de Brócolis e Bife c/Brócolis
- 27 de Outubro: Sopa de Espinafre e Galinha Havaiana
- 29 de Outubro: Sopa de Repolho e Taco de Carne
- 30 de Outubro: Sopa de Vegetais e Esparguete c/Carne
- 31 de Outubro: Sopa de Cenoura e Bifana

O programa de Nutrição para idosos é patrocinado em parte, pelo Condado de Santa Clara, Sourcewise e Silicon Valley Community Foundations.

OFFICE OPEN Monday to Friday, 9:00a.m. to 4:00p.m.
Give us a call to schedule an appointment.

Social services, interpretation, completion of documents, and assistance with telephone & PG&E programs.

**Most services are free. Please call to make an appointment.

WEDNESDAY'S

USDA Food distribution: every Wednesday, 9:30am-11:00 a.m.
Brown Bag: 2nd & 4th Wednesday 8:00am – 9:00am

Classes

Citizenship/Naturalization: Thursday's @ 7:00 pm (call to register)
Exercise Classes: Mon, Wed & Friday's 9:00am-10:00am
DMV, Driver License Test Prep: Tues & Thursday's 3pm-5pm (call to register)
iPad support for those who completed the course: 8:30am-9:30am (English); 9:30am-10:30am (Portuguese)
Portuguese Language Classes: Monday's @ 6:00pm

Members of POSSO Club

7 October: Mass for members of Clube 60 (living and deceased) at Five Wounds Church every first Sunday of the month at 10:30a.m. Live on Facebook.

NUTRITION PROGRAM (LUNCHES)

Menu may be substituted without notice

- October 2: Squash Soup & Grilled Chicken
- October 3: Bean Soup & Vegetarian Lasagna
- October 4: Zucchini Soup & Fish Filet Burger
- October 5: Kale Soup & Pork Ribs
- October 6: Green Salad & Tuna Sandwich (Picnic Day)
- October 9: Carrot Soup & Cheeseburger
- October 10: Lentil Soup & Garlic Cream Chicken
- October 11: White Bean Soup & Meat Lasagna
- October 12: Clam Chowder & Fish & Chips
- October 13: Chicken Soup & Chicken Stew
- October 16: Minestrone Soup & Baked Fish
- October 17: Vegetable Soup & Burrito bowl
- October 18: Tomato Soup & Shrimp Pasta Primavera
- October 19: Pea Soup & Pork Loin
- October 20: Fish Soup & Bacalhau à Gomes de Sá
- October 23: Fish Soup & Baked Fish
- October 24: Chicken Soup & Baked Chicken
- October 25: Minestrone Soup & Pork Ribs
- October 26: Pea/Carrot Soup & Beef Broccoli
- October 27: Spinach Soup & Hawaiian Chicken
- October 30: Vegetable Soup & Spaghetti w/Meat sauce
- October 31: Carrot Soup & Pork Sandwich

The Nutrition Program is supported in part by Santa Clara County Senior Nutrition Program, Sourcewise and Silicon Valley Community Foundation

Obrigado aos nossos parceiros e patrocinadores! We appreciate our partners!



POSSO - Aulas de Cidadania Americana



Quintas-feiras das 7- 8:00 p.m.
a partir de 21 de Setembro de 2023

Esta aula irá ajudá-lo a se preparar para a entrevista e o exame de cidadania.

Preparamos todos os documentos necessários



POSSO
Portuguese Community Center
1115 E. Santa Clara St. San Jose, CA 95116
Para mais informações, telefone para 408.293.0877

Diga sim à cidadania e a um futuro seguro



CAMINHADA NO PARQUE

26 de Outubro
9 às 11 da manhã

Junte-se a nós para um passeio a pé ao Happy Hollow Park.
Entrada e estacionamento GRÁTIS para pessoas com 50+

Para mais informações, chame para a POSSO.



Join us for a walk at Happy Hollow Park on 26 October, 9-11am. FREE

PICNIC ANUAL DA POSSO EM SEACLIFF STATE BEACH APTOS



Dia na Praia!

Sexta-feira, 6 de Outubro

Saída: às 8:45 da manhã
Regresso: às 4:00 da tarde
\$30 Membros do Club da POSSO
\$40 não membros
Local de saída e regresso: POSSO

POSSO's annual picnic in Seacliff. Friday, October 6th. Give us a call to reserve your spot.



Grátis!
Medimos a Pressão Arterial (tensão)



À partir do dia 2 de Agosto, 2023
TODA Quarta-feira das 08:30 às 11:00

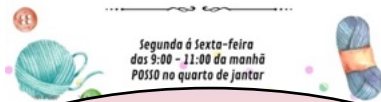
Don't forget! POSSO is offering FREE blood pressure screening every Wednesday, 8:30-11am.



Junte-se ao

GRUPO DE CROCHET

Mantenha sua mente ocupada, renovada, socializando e conhecendo outras pessoas que compartilham dos mesmos interesses que você.



Segunda à Sexta-feira das 9:00 - 11:00 da manhã POSSO no quarto de jantar

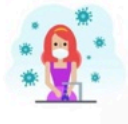
Ligue para a POSSO se precisar transporte.
Join our crochet group everyday from 9am-11am.



Clínica de Vacinas na POSSO

A estação de gripe está chegando, Tome a vacina da **GRIFE** e/ou do **COVID** aqui

Quando: 25 de Outubro, Quarta-feira
Horário: 1:00 às 4:00 da tarde



Chame para a POSSO e coloque o seu nome na lista (408) 293-0877
1115 E Santa Clara St. San Jose, CA 95116

SAVE THE DATE!

Get the FLU shot and/or COVID-19 vaccine at POSSO's vaccine clinic

Wednesday, 25 October from 1pm to 4pm

Call POSSO to put your name on the list!

Feliz aniversário para nossos membros! Happy birthday to our members!

Diamantina Amarante, Mary E Bettencourt, Alvaro Brasil, Irene Fonseca, Vivina Freitas, Martin Guardanapo, Mary Lou Leal, Maria de Fatima Lemos, Antonio Melo, Amy Moody, Maria F Neves, Adelina Oliveira, Beatrice G Pereira, Mary Rose, Bernardino Santos, Manny Sears, Maria Serpa, Maria, Alcide Silva, Elaine Silveira, Maria F Silveira, Maria Gabriela Silveira, Geraldina Sousa, Jose M Vieira

Está convidado para almoçar na POSSO no dia 29 de Setembro para comemorar seu aniversário! Chame para reservar. You're invitd to join us at POSSO for lunch on Setember 29th to celebrate your birthday! Call to reserve your spot.

<p>Our Family Funeral Homes & Cemetery</p> <p>Chapel of the Hills Los Gatos (408) 354-7740 FD 940</p> <p>Campbell Memorial Chapel Campbell (408) 379-5010 FD 898</p> <p>Los Gatos Memorial Park San Jose (408) 356-4151</p>	 <p>Darling & Fischer</p> <p>Garden Chapel FD 557 471 E. Santa Clara St. San Jose, CA 95112 (408) 998-2226</p> <p>Fala-se Português. Pedir por: Tanya Silva, Carlos Fugundes, Luis Amarante. English: Anthony Rodriguez. Vietnamese; Frank Tong</p>	<p>Brett Johnson Attorney at Law California Board of Legal Specialization for Workers' Compensation Law</p> <p>LinkedIn: linkedin.com/in/ brettbjlaw Email: brett@bjlaw.com Phone: (408) 293-4818 x226 Office: 657 North First St Suite 975 San Jose, CA 95112</p> 
<p>LUCY MARIE RAMOS Real Estate Professional Phone: 408.529.8826</p>  <p>exp.com lucyramosrealestate@gmail.com</p>	 <p>TONY DELAS, Attorney 408-605-1774</p> <p>MARIA J. RIBEIRO Falo Português Wills – Trusts – Business Law Home Visits – Flat Fee 586 N. First St., Ste. 106, San Jose, CA 95112 www.tdelaslaw.com E-mail: tony@lawvertony.com</p>	 <p>Dr. Carol Pacheco, DDS (408) 530-8587 990 W Fremont Ave. Ste T Sunnyvale, CA 94087</p> <p>Dentista da Comunidade</p> <p>Falamos Português</p>
<p>SILVA SAUSAGE CO. Linguica - Italian Sausage Morcela - Chorizo - European Style Sausage-Portuguese Items 5935 Rossi Lane - Gilroy, CA 95020 (408) 293-5437</p>	 <p>MARIA C. DE SOUSA Realtor — CRS 30+ years Serving the Bay Area & Central Valley Community Buying & Selling Residential Homes (408) 829-5515 DeSousaM.Realtor@gmail.com Certified Probate & Certified Residential Specialist</p>	

PORTUGUESE COMMUNITY CENTER

**Portuguese Organization for
Social Services and Opportunities**
1115 E. Santa Clara St. Suite A
San Jose, CA 95116

Non-Profit Org.
U.S. Postage Paid
Permit No. 3690
San Jose CA

Current Resident Or

<p>Susan M. Gonzales CA License #0D55435</p>  <p>LIFE INSURANCE & SAVINGS PLANS Cell: 209-840-0749 Susan.Gonzales@mypfsa.org</p> 	<p>Boxer's Mayfair Village - Alum Rock Area Senior Apartment Living - All Utilities Paid Walk to Supermarket, Bus, Hospital, Bank & Post Office 44 N. Jackson Ave. San Jose, CA (408) 251-4540 <i>Fala-se Português</i></p>
<p><i>Helping families when they need it most ♥♥♥</i> Fala-se Português</p> <p>Joe Soares Ted Nunes Jimmy Silveira Cristina Escobar Gilbert Neves</p>  <p>Sandra Gaspar Melissa Rosa</p>  <p>Willow Glen Funeral Home FD.813 1039 Lincoln Ave. San Jose (408) 295-6446 Lima Family Santa Clara FD.93 466 N. Winchester Blvd. Santa Clara (408) 296-2977 Lima Family Erickson FD.128 710 Willow St. San Jose (408) 295-5160</p> <p>Temos pré-planeamento disponível e encorajamos a fazê-lo!</p>	 <p>NEW BETHANY RESIDENTIAL CARE (of the Franciscan H. Sisters) Where your loved one is a member of our family and feels right at home. Visit us and see for yourself.</p>  <p><i>Onde seu ente querido é um membro da nossa família. Sinta-se em casa. Venha visitarnos e veja para acreditar.</i></p> <p>Los Banos, CA 93635 Call (209) 827 – 8933</p>