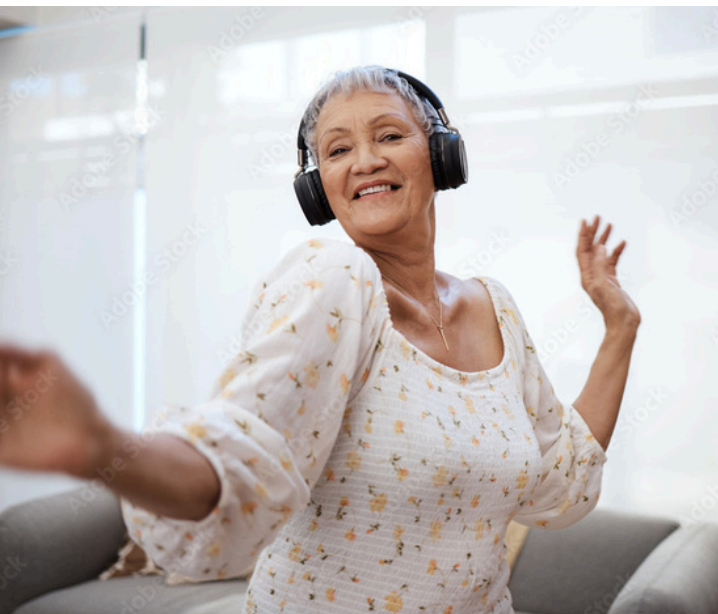


2026 Healthy Living Workshops

Access Care Partners is partnering with community organizations in 2026 to help older adults gain confidence to better manage their health challenges through Healthy Living workshops. These **FREE**, evidence-based workshops are open to anyone with one or more long-term health conditions—such as diabetes, heart disease, arthritis, or chronic pain—as well as their caregivers and loved ones. Participants receive the information, motivation, and support needed to make meaningful lifestyle changes, feel more in control of their health, and know they are not alone. Workshops are offered in person or virtually.



Find Out More at
accesscarepartners.org/workshops



For more information or help with registration,
contact
Andi Waisman
Healthy Living Coordinator
Access Care Partners, Inc
(413) 538-9020 x650 |
awaisman@accesscarepartners.org

Winter 2026

Memory Training

Fridays from February 27-March 27, 12:30-2:30 p.m.
In-person at the Holyoke Senior Center

Living Well with Long-Term Health Conditions

Wednesdays from February 4-March 18, 10 a.m.-12:30 p.m.
Virtually on Zoom

Spring/Summer 2026

A Matter of Balance—Managing Concerns About Falls

Wednesdays from May 5 - June 24, 10:00am - 12:00pm
In-person at Belchertown Senior Center

Savvy Caregiver

Mondays from May 4-June 15, 10 am -12 pm
In-person at Holyoke Senior Center

Memory Training

Mondays from June 1-22, 1:00-3:00 pm
In-person at Chicopee RiverMills Senior Center

Fall 2026

A Matter of Balance—Managing Concerns About Falls

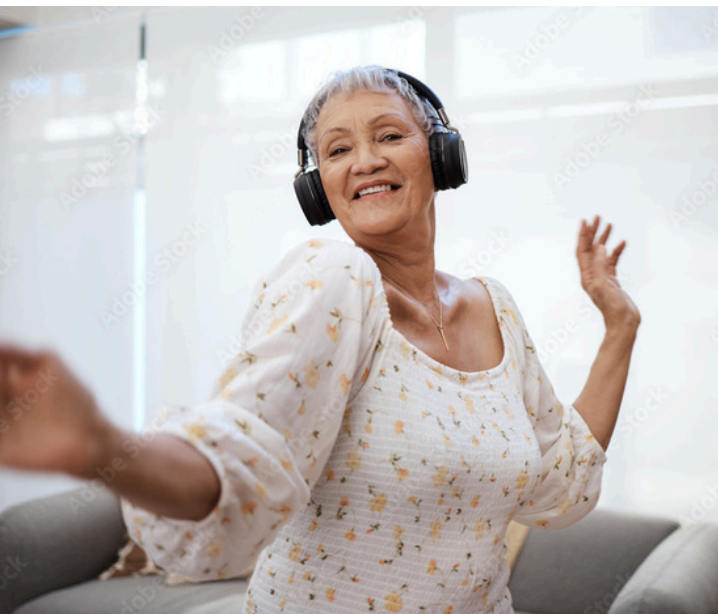
Thursdays from September 3-October 22, 12:30-2:30pm
In-person at South Hadley Senior Center

Memory Training

Tuesdays from October 6-27, 1:00-3:00 pm
In-person at Mont Marie Senior Housing, Holyoke

Talleres de Vida Saludable 2026

Access Care Partners se asociará con organizaciones comunitarias en 2026 para ayudar a los adultos mayores a ganar confianza para gestionar mejor sus problemas de salud mediante talleres de Vida Saludable. Estos talleres GRATUITOS y basados en la evidencia están abiertos a cualquier persona con una o más afecciones crónicas, como diabetes, enfermedades cardíacas, artritis o dolor crónico, así como a sus cuidadores y seres queridos. Los participantes reciben la información, la motivación y el apoyo necesarios para realizar cambios significativos en su estilo de vida, sentirse más en control de su salud y saber que no están solos. Los talleres se ofrecen presencialmente o virtualmente.



Obtenga más información en
accesscarepartners.org/workshops



Para obtener más información o ayuda con el registro, comuníquese con Andi Waisman, Coordinadora de Vida Saludable, Access Care Partners, Inc. (413) 538-9020 x650 | awaisman@accesscarepartners.org

Invierno de 2026

Entrenamiento de la memoria

Viernes del 27 de febrero al 27 de marzo, de 12:30 a 2:30 horas.
En persona en el Holyoke Senior Center

Vivir bien con enfermedades crónicas

Miércoles del 4 de febrero al 18 de marzo, de 10 a 12:30 horas.
Virtualmente en Zoom

Primavera/Verano 2026

Una cuestión de equilibrio: cómo gestionar las preocupaciones sobre las caídas

Miércoles, del 5 de mayo al 24 de junio, de 10:00 am a 12:00 pm
En persona en Belchertown Senior Center.

Cuidador inteligente

Lunes del 4 de mayo al 15 de junio, de 10 a 12 horas.
En persona en Holyoke Senior Center

Entrenamiento de la memoria

Lunes del 1 al 22 de junio, de 1:00 a 3:00 horas.
En persona en Chicopee RiverMills Senior Center

Otoño de 2026

Una cuestión de equilibrio: cómo gestionar las preocupaciones sobre las caídas

Jueves del 3 de septiembre al 22 de octubre, de 12:30 a 2:30 p. m.
En persona en South Hadley Senior Center

Entrenamiento de la memoria

Martes del 6 al 27 de octubre, de 1:00 a 3:00 p. m. En persona en Mont Marie Senior Housing, Holyoke