

June Project: *It's a Paint Party*



**Join us for an Art
Workshop
Facilitated by
Lori VanMeter**
**No advanced skills or
experience necessary**

One of the best ways to prevent dementia is exercising the brain. An increasing amount of scientific evidence proves art enhances brain function and well-being. Art has also been shown to lower stress and anxiety.

This month, we will all paint the same theme together, yet each individual work of art will be unique to the creator. No painting experience is necessary, and all materials and supplies will be provided. Part of the joy of a painting party is making art together, and part of it is seeing how every different one is beautiful in its own way!

**And, what is a party without food and drinks!
Snacks and beverages will be provided.**

When: Thursdays - June 13, 20 & 27 @ 2:30-3:30pm

Where: The HUB, 236 Monterey St., Salinas



Proyecto de mayo: *Fiesta de pintura*



Únase a nosotros para
un taller de arte
Facilitado por
Lori VanMeter
No se necesitan
habilidades avanzadas
ni experiencia

Una de las mejores formas de prevenir la demencia es ejercitar el cerebro. Cada vez hay más pruebas científicas que demuestran que el arte mejora la función cerebral y el bienestar. También se ha demostrado que el arte reduce el estrés y la ansiedad.

Este mes, todos pintaremos juntos el mismo tema, pero cada obra de arte individual será única para el creador. No es necesaria experiencia en pintura y se proporcionarán todos los materiales y suministros.

Parte de la alegría de una fiesta de pintura es hacer arte juntos, y parte

¡Lo importante es ver cómo cada uno es hermoso a su manera!

¡Y qué es una fiesta sin comida ni bebida!
Se proporcionarán refrigerios y bebidas.

When: jueves - 13 y 20 y 23 y 30 de junio 2:30-3:30pm

**Where: El HUB-Community Room -
236 Monterey St., Salinas**

