

SENIOR CROSSROADS
ՏԱՐԵՑՆԵՐՈՒ ՔԱՌՈՒՂԻՆԵՐԸ

March/April 2018

*Daffodil
Hill*



**Tuesday
April 20,
2018**

It's time to be outdoors to enjoy the spring flowers. We are headed to visit the Daffodil Hill which is a 4 acre farm owned by the McLaughlin family since 1887. There are more than 300,00 bulbs with 300 varieties of daffodils. After visiting this spectacular site, we will go to Jackson Rancheria Casino. The casino will give \$20 free slot play or \$25 table game coupon.

Cost: \$60 per person \$50 NorCal members

includes bus transportation. Lunch is on your own at the casino.

For reservations call by March 6, (650) 697-7474.

Cancellation Policy: no refunds can be made unless a replacement can be found.

**We Are Also Stopping At Jackson Rancheria
Casino For Lunch And some Fun!**

Pickup Locations

Stones Town Shopping Center - Leave 8:00 a.m. - Return 6:30 p.m./apprx.

San Francisco: Masonic Lodge(855 Brotherhood Way) -Leave 8:15 am. Return appx. 6:45pm

East Bay: St. Vartan Church -leave 8:45 a.m./apprx. return 6:00 p.m.

Cupertino/South Bay: Call for transportation

SENIOR CROSSROADS ՏԱՐԵՑՆԵՐՈՒ ՔԱՌՈՒՂԻՆԵՐԸ

March/April 2018



Daffodil Hill And Jackson Rancheria



Երեքշաբթի, Մարտ 20

Ժամանակն է վայելելու բացօդեան և գարնան ծաղիկներ: Պիտի այցելենք նարգիսի բլուրը չորս հողամասի վրայ որ կը պատկանի McLaughlin ընտանիքին 1887ի վեր: Հոն կան 300,000 ծաղիկներու սոխեր և 300 տարբեր նարգիսի տեսակներ: Այս շքեղ տեսարանն վերջ պիտի երթանք Jackson Rancheria casino.

Խաղատունը կուտա մեքենայի խաղի համար \$20 կամ \$25 սեղանի խաղի համար:

Քինը: \$60 անձ գլուխ \$50 Նորգալի անդամներու

Որ կը բովանդակէ պասի ճամբորդութիւնը: Կէսօրուայ ճաշը ձեր սեփական է, կրնաք ընտրել գազինոյի մէջի տարբեր ճաշարան -ներէն: Ապահովելու համար հեռաձայնեցէք մինչեւ **Մարտ 6 (650) 697-7474.**

Պայմանագրի Չնշում: Ոչ ձեր վճարումը չի պիտի վերադարձուի, բացի եթէ ուրիշ անձ մը գտնուի ձեր տեղը: Բերէք ձեր հետ ID-ի գարտը:

Pickup Locations

Stones Town Shopping Center - Leave 8:00 a.m. - Return 6:30 p.m./apprx.
San Francisco: Masonic Lodge(855 Brotherhood Way) -Leave 8:15 am. Return appx. 6:45pm
East Bay: St. Vartan Church -leave 8:45 a.m./apprx. return 6:00 p.m.
Cupertino/South Bay: Call for transportation



HYE DAY

Tuesday, March 6, 2018

10 am ~ 3 pm

Coffee, Tea & Snack

Sponsored by:

Gary Kalian Family Fund

Presentation:

Fun and Games by

Garo Mirigian

Lunch.....Fun & Games

Bingo and more fun



**RSVP: Please call NorCal
office 650-697-7474**

HYE DAY



Tuesday, April 3, 2017

10 am ~ 3 pm

Coffee, Tea & Snack

Sponsored by:

Mr. Joseph, Ara & Kricket Bezdjian

(In Memory of

Mrs. Araxie Bezdjian)

Presentation:

Lucy Yaldezian, CHT

“Every Moment an Opportunity”

Lunch.....Fun & Games

Bingo and more fun

RSVP: Please call NorCal office



Հնդհաւոր տարեդարձ

HAPPY BIRTHDAY

Papazian Marguerite ~ 3

Lillian Mardikian ~ March 5

Hrantuhi Kaprielian ~ March 6

Aline Kalfayan ~ March 13

Shake Ohannessian ~ March 18

Edward Rose ~ March 27

Nevart Apkarian ~ March

Armenuhi Arsenian ~ April 5

Zaruhi Kapeghian ~ April 5

Anahid Issahakian ~ April 10

Edward Manougian ~ April 11

Vartanoush Mardirossian ~ April 12

Rose Hovagimian ~ April 13

Mayranoush Akay ~ April 15

Sarkis Kouzoujian ~ April 18

Paskerian Diane ~ April 21



Condolences

Our deepest sympathies to Mr. Martin Kapa, Arleen and Christine Kapa on the passing of his beloved Wife and their Mother, **Mrs. Vilma Kapa.**



Our deepest sympathies to Mr. Norman Abyad, on the passing of his beloved Wife, **Mrs. Marie Abyad.**



May God Bless their soul.

Աստուած հոգինին լուսաւորէ:

What is shingles?

Shingles (herpes zoster) is a painful skin rash caused by Varicella Zoster, the same virus that causes chickenpox. Once you've had chickenpox, the virus remains in your body in a dormant or inactive stage. If the virus becomes active again you may get shingles. Age, increased stress, and problems with the immune system may increase your chances of getting shingles.

The shingles rash usually occurs on one side of the body, in a line along a nerve pathway. The rash begins as a tingling in the area then forms a cluster of small red spots that often blister. The rash can be painful. Shingles rashes can last 2-4 weeks, but in some people the nerve pain can last for months. For most people, the pain associated with the rash lessens as it heals. Other symptoms of shingles can include fever, headache, chills and upset stomach. In some people, severe complications include pneumonia, blindness, hearing problems, brain inflammation, and even death. You cannot catch shingles from another person with shingles; however a person who has never had chicken pox or been vaccinated for chicken pox could get chicken pox from someone with shingles.

What is the shingles vaccine?

The shingles vaccine has been proven to reduce the risk of shingles by 50%. The shingles vaccine can also reduce pain in people who still get shingles after being vaccinated.

People looking to receive the shingles vaccine now have two options. The Food and Drug Administration in 2017 approved **Shingrix** as the preferred alternative to Zostavax, which was approved in 2006. Both vaccines are approved for adults age 50 and older for the prevention of shingles and related complications, whether they've already had shingles or not. Zostavax is a live vaccine given as a single injection, usually in the upper arm. Shingrix is a nonliving vaccine made of a virus component. It's given in two doses, with two to six months between doses. Studies suggest protection from Shingrix may extend beyond five years. Shingrix is approved and recommended for people age 50 and older, including those who've previously received Zostavax. The most common side effects of either shingles vaccine are redness, pain, tenderness, swelling and itching at the injection site, and headaches. Over-the-counter pain relievers such as acetaminophen or ibuprofen can help ease pain associated with any of the above. Severe problems (rare) may include serious allergic reactions, with symptoms including: Difficulty breathing, Wheezing, Hives, Pale skin, Fast heartbeat, Dizziness.

You should not get the shingles vaccine if you:

Have a moderate or severe illness like a cold or sinus or lung infection, are allergic to any of its ingredients, are allergic to gelatin or neomycin have a weakened immune system, have undergone cancer treatment (radiation or chemotherapy), take high doses of steroids by injection or by mouth, are pregnant or plan to get pregnant.

Please consult your health care provider for more information.

Ինչ՞ է «Shingles»ը

Shingles-ի virus-ը մորթի վրայ կարմրութիւն և ցաւ կը պատճառէ: Նոյն virus-ն է որ կը պատճառէ ջրծաղիկը: Մէյ մը որ ունեցար ջրծաղիկ, «microbe»ները կը մնան մարմնիդ մէջ: Երբ այս «microbe»ը նորէն մարմնիդ մէջ արթննայ, կունենաս Shingles հիւանդութիւնը: Տարիքը, մտահոգութիւնները և դիմադրողութեան տկարացումը աւելի կ'արագացնեն հիւանդութիւնը: Shingles-ի կարմրութիւնը կը պատահի մարմնի մէկ կողմը, կարմիր կէտեր, քերուտուք և շատ ցաւ կը պատճառէ: Այս ցաւերը կրնան շաբաթներ տեւել, տաքութիւն, գլխու ցաւ, դող և ստամոքսի ցաւեր: Շատ մը մարդոց աւելի ծանր վիճակներու կը հասցնէ, ինչպէս «սուլու սթրիճան», կուրութիւն, խլութիւն, ուղեղի բորբոքում, նոյնիսկ մահ:

Դուն չես փոխանցուիր Shingles ունեցողէ մը, եթէ մէյ մը ունեցած ես այս հիւանդութիւնը կամ ալ պատուաստը արած ես:

Ինչ՞ է Shingles-ի պատուածը:

Shingles-ի պատուաստ ստացողը 50% կը պաշտպանուի հիւանդութիւնը առնելէ եւ կամ եթէ Shingles ունենայ ցաւերը աւելի նուազ կըլլան:

Երկու տեսակ Shingles-ի պատուածներ կան, Shingrix և Zostavax, այս երկու տեսակներն ալ կը թելադրուին 50 եւ վեր տարիք ունեցողներուն, մէջը ըլլալով անոնք արդէն նախապէս Zostavax ասեղը արեր են:

Zostavax պատուաստը մէկ անգամով կը պատուաստէն թեւի վերի մասին:

Shingrix մասնաւորաբար պատրաստուած է 2 անգամով սրկելու 2 ամիս կամ վեց ամիս միջոցով, 50 եւ վեր տարիքով անձերու համար:

Այս ասեղները կրնան, կարմրութիւն, ցաւ, ուռեցք և քերուտուք տան ասեղ եղած տեղը և նոյնիսկ գլխացաւ: Աւելի լուրջ հետեւանքներ ալ կան, օրինակ. Դժուար շունչ առնել, սրտի արագ տրոփում, գլուխ դառնալ, եւայլն:

Shingles պատուաստը պէտք չէ առնել երբ պաղառութիւն ունիս, ալերճի ունիս, տկար դիմադրողութիւն ունիս, յղի ես, եւայլն:

Պատուաստը առնելէ առաջ խօսեցէք ձեր խորհրդատուին կամ բժիշկին հետ:

Bay Area Community Calendar 2018

- ◆ **Saturday, March 3 ~ World Day of Prayer, at St. Gregory Armenian Church, at 11am.**
- ◆ **Tuesday, March 6 ~ NorCal Hye Days, RSVP (650) 697-7474**
- ◆ **Tuesday, March 20 ~ NorCal Excursion to Daffodil Hill and Jackson Rancheria Casino, RSVP (650) 697-7474**
- ◆ **Saturday, March 24 ~ NorCal Annual Membership Meeting at 10 a.m. at NorCal Office**
- ◆ **Sunday, April 1 ~ Easter**
- ◆ **Tuesday, April 3 ~ NorCal Hye Days, RSVP (650) 697-7474**
- ◆ **Tuesday, May 1 ~ NorCal Hye Days, RSVP (650) 697-7474**

Pickup Locations

Stones Town Shopping Center - Leave 8:00 a.m. - Return 6:30 p.m./
San Francisco: Masonic Lodge(855 Brotherhood Way) -Leave 8:15 am.
Return appx. 6:45pm

East Bay: St. Vartan Church -leave 8:45 a.m./return 6:00 p.m.

All times are approximated

Cupertino/South Bay: Call for transportation

If you wish to **Sponsor** a “Hye Day” or
be a **Presenter** at one of our “Hye Days” ,
Please contact NorCal Office @ (650) 697-7474