



**INNOVATIVE
HEALTH
SOLUTIONS**

SPRING NEWSLETTER/BOLETÍN DE PRIMAVERA



News & Updates/Noticias y actualizaciones

APRIL/ABRIL 2026 - JUNE/JUNIO
2026

Dear Community Partners,

We are excited to share this quarter's updates from Innovative Health Solutions, highlighting the continued impact of our programs and partnerships across Solano County.

Estimadas y Estimados socios comunitarios,

Nos complace compartir las actualizaciones de este trimestre de Innovative Health Solutions, destacando el impacto continuo de nuestros programas y colaboraciones en todo el condado de Solano.

Request Presentations on Solano Master Plan for Aging and Disability/Solicitud de presentaciones sobre el Plan Maestro de Solano para el Envejecimiento y la Discapacidad

Innovative Health Solutions is currently offering impact presentations on the Solano Master Plan for Aging and Disability (MPAD). This initiative is a strategic collaboration with Solano County Health and Social Services, Older and Disabled Adult Services, and the Napa/Solano Area Agency on Aging, designed to address the evolving needs of older adults, older adults with disabilities, and their caregivers.

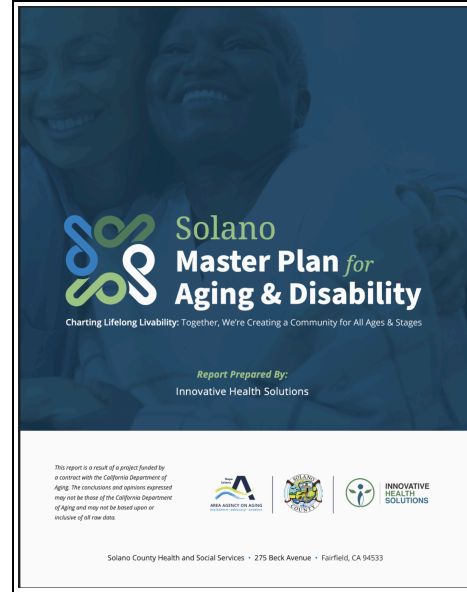
These presentations aim to educate community partners, strengthen collaboration, and inspire collective action to improve systems of care and support across the county.

To learn more or request a presentation, please email normalisenko@innovativehealths.com or call (707) 205-5572.

Innovative Health Solutions ofrece actualmente presentaciones de impacto sobre el Plan Maestro para el Envejecimiento y la Discapacidad de Solano (MPAD, por sus siglas en inglés). Esta iniciativa estratégica se desarrolla en colaboración con Solano County Health and Social Services, Older and Disabled Adult Services y la Napa/Solano Area Agency on Aging, con el objetivo de atender las necesidades cambiantes de las personas mayores, las personas mayores con discapacidades y sus cuidadores.

El propósito de estas presentaciones es educar a los socios comunitarios, fortalecer la colaboración e inspirar la acción colectiva para mejorar los sistemas de atención y apoyo en todo el condado.

Para obtener más información o solicitar una presentación, envíe un correo electrónico a normalisenko@innovativehealths.com o llame al (707) 205-5572.



Solano Master Plan for Aging and Disability Report/Plan Maestro de Solano para el Envejecimiento y Discapacidad



Bingocize Program Spotlight/Destacado del Programa Bingocize

Bingocize is an engaging, evidence-based program that combines bingo, low-impact exercise, and health education to promote physical activity, social connection, and overall

wellness among older adults.

The program is currently offered at locations including the Joseph Nelson Center in Suisun and Rohlff's Manor in Napa, providing accessible, welcoming environments for participants.

Instructor Highlight

Our Bingocize instructor creates a warm, supportive, and fun atmosphere by blending personal storytelling, humor, and practical health education. This approach helps participants feel motivated, connected, and confident in their wellness journey.

Participant Success Stories

- **Pat McLeod (89)** shares that Bingocize has supported her in maintaining her health while enjoying meaningful social connections over the past several years (first photo).
- **Lourdes Mellomida (90)** reports increased activity levels and improved concentration through the engaging combination of bingo and exercise (middle photo).
- **Pat Scott (90)** credits the program with helping her stay active, build connections with neighbors, and continue exercising independently at home (last photo).

These inspiring stories highlight how consistent participation in Bingocize supports independence, mobility, and quality of life for older adults.

Bingocize es un programa atractivo que combina bingo, ejercicio de bajo impacto y educación en salud para promover la actividad física, la conexión social y el bienestar general entre las personas mayores.

Actualmente, el programa se ofrece en lugares como el Joseph Nelson Center en Suisun y Rohlff's Manor en Napa, proporcionando entornos accesibles y acogedores para las y los participantes.

Destacado de la persona instructora

Nuestra instructora de Bingocize crea un ambiente de apoyo y participación al combinar historias personales, humor y educación práctica sobre la salud, ayudando a que las personas participantes se sientan motivadas, conectadas y seguras en su camino de bienestar.

Historias de éxito de participantes

- **Pat McLeod (89)** comparte que Bingocize le ha ayudado a mantener su salud y a disfrutar de interacciones sociales significativas durante los últimos años (primera foto).
- **Lourdes Mellomida (90)** reporta un aumento en su nivel de actividad y una mejor concentración gracias a la combinación única de bingo y ejercicio (foto del medio).
- **Pat Scott (90)** atribuye al programa el haberla ayudado a mantenerse activa, conectar con sus vecinos y continuar realizando ejercicios de forma independiente en casa (última foto).

Estas historias inspiradoras destacan cómo la participación constante apoya la independencia, la movilidad y la calidad de vida.

[Watch the video and learn more / Mira el video y descubre más](#)

Community Partner Spotlight/Destacado de Socios Comunitarios



What is the Aging & Disability Resource Connection (ADRC)?

The Aging & Disability Resource Connection (ADRC) of Solano County plays a vital role in connecting older adults and individuals with disabilities to essential services and support.

Through coordinated care and resource navigation, ADRC helps individuals maintain independence and access the services they need to thrive.

The ADRC also maintains the **Solano Resource Guide**—available in both English and Spanish—which highlights the wide range of comprehensive services available to older adults and individuals with disabilities throughout the county. Beyond the guide, personalized support is available to help you navigate these resources and find the services that best meet your needs.

Learn more: <https://www.aaans.org/adrc> or call (707) 200-7116



¿Qué es la Conexión de Recursos para el Envejecimiento y la Discapacidad (ADRC)?

La Conexión de Recursos para el Envejecimiento y la Discapacidad (ADRC) del Condado de Solano desempeña un papel vital al conectar a los adultos mayores y a las personas con discapacidades con servicios y apoyos esenciales.

A través de la coordinación de cuidados y la orientación en recursos, el ADRC ayuda a las personas a mantener su independencia y a acceder a los servicios que necesitan para prosperar.

El ADRC también mantiene la **Guía de Recursos de Solano**, disponible en inglés y español, que destaca la amplia variedad de servicios integrales disponibles para adultos mayores y personas con discapacidades en todo el condado. Además de la guía, se ofrece apoyo personalizado para ayudarle a navegar estos recursos y encontrar los servicios que mejor se adapten a sus necesidades.

Solano Resource Guide/Guia de Recursos de Solano

Social Media Giveaway! / ¡Sorteo en Redes Sociales!



We're excited to launch a social media giveaway featuring "**Potter the Otter Grows a Garden.**" Follow us, like the post, and engage for a chance to receive a children's book while helping us promote healthy habits and strengthen community connections.

To receive a book, email us your post along with your mailing address at info@innovativehealths.com, and we'll send one to you!

¡Nos complace anunciar el lanzamiento de un sorteo en redes sociales con el libro "**Potter the Otter Grows a Garden**"! Síguenos, dale "me gusta" a la publicación e interactúa para tener la oportunidad de recibir un libro infantil, mientras nos ayudas a promover hábitos saludables y fortalecer la conexión comunitaria.

Para recibir un libro, envíanos tu publicación junto con tu dirección postal a info@innovativehealths.com y te lo enviaremos por correo.

Join our classes! / ¡Únete a nuestras clases!



Everybody Loves Line Dancing/A Todos Les Encanta El Baile en Línea

Line dancing is more than just a fun activity; it's a vibrant celebration of community spirit that aligns perfectly with promoting healthier lifestyles and fostering engagement among our community members.

El baile en línea es más que una actividad divertida; es una celebración vibrante del espíritu comunitario que se alinea perfectamente con la promoción de estilos de vida más saludables y el fomento de la participación entre los miembros de nuestra comunidad.



Bingocize

Bingocize is a strength training class that is accompanied by a nutrition workshop. Just like it sounds, Bingocize combines Bingo and exercise to create an interactive exercise class based on something everyone loves, Bingo!

Bingocize es una clase de entrenamiento de fuerza que va acompañada de un taller de nutrición. Tal como su nombre lo indica, Bingocize combina el Bingo y el ejercicio para crear una clase interactiva basada en algo que a todos les encanta: ¡el Bingo!

We invite everyone to join us in our classes, regardless of your fitness level or if you've never danced a step in your life. Click the link below to see the classes in your area.

Invitamos a todos a unirse a nuestras clases, sin importar su nivel de condición física o si nunca ha bailado en su vida. Haga clic en el enlace a continuación para ver las clases en su área.

Classes Calendar



DONATE



Try email marketing for free today!