



MC Hatillo - marzo 2023

Lunes a Viernes

8:15 a.m. a 3:00 p.m.

www.facebook.com/MMM

Actividades diarias: manualidades, ejercicios y clases de tecnología con cita previa. **Interesados pueden escribir a:**

membersclubmembers@mmmhc.com

Katiria Pratts Colón 787-622-3000 Ext. 57021 ó 939-739-4576

Fechas y horarios sujetos a cambios.

lunes	martes	miércoles	jueves	viernes
		1 10:00 a.m. Charla: Cómo sentirnos felices en la tercera edad 1:00 p.m. Taller: Bisutería	2 10:00 a.m. Actividad: Adivinanzas 1:00 p.m. Manualidad: Lapicero	3 10:00 a.m. y 1:00 p.m. Programa de Ejercicios *Actividades diarias
6 10:00 a.m. y 1:00 p.m. Programa de Ejercicios *Actividades diarias	7 10:00 a.m. Actividad: Karaoke 1:00 p.m. Juego: "Stop" Clases de Tecnología	8 10:00 a.m. Charla: Autoconocimiento para mujeres 11:00 a.m. Actividad: Compartir día de la mujer	9 10:00 a.m. Juego: Cognitivo 1:00 p.m. Manualidad: Llaverero	10 10:00 a.m. y 1:00 p.m. Programa de Ejercicios *Actividades diarias
13 10:00 a.m. y 1:00 p.m. Programa de Ejercicios *Actividades diarias	14 10:00 a.m. Actividad: Pintando números 1:00 p.m. Juego: Tablero de arena Clases de Tecnología	15 10:00 a.m. Charla: Técnicas de vida independiente 1:00 p.m. Actividad: Bingo (Traer un regalito)	16 10:00 a.m. Manualidad: Organizador de pantallas 1:00 p.m. Taller: Aprendo y cocino fácil	17 10:00 a.m. y 1:00 p.m. Programa de Ejercicios *Actividades diarias
20 10:00 a.m. y 1:00 p.m. Programa de Ejercicios *Actividades diarias	21 10:00 a.m. Juego: Encuentra el objeto 1:00 p.m. Actividad: Tarde de película Clases de Tecnología	22 10:00 a.m. Charla: Nutrición 1:00 p.m. Actividad: Juegos de mesa	23 10:00 a.m. Actividad: Aniversario Members Club (Regístrate antes del 17-mar) *Actividades diarias	24 10:00 a.m. y 1:00 p.m. Programa de Ejercicios *Actividades diarias
27 10:00 a.m. y 1:00 p.m. Programa de Ejercicios *Actividades diarias	28 10:00 a.m. Actividad: A cantar 1:00 p.m. Actividad: Manicura Clases de Tecnología	29 10:00 a.m. Charla: Colorectal 1:00 p.m. Taller: Pantallas	30 10:00 a.m. Actividad: Rompecabezas 1:00 p.m. Manualidad: De pascua	31 10:00 a.m. y 1:00 p.m. Programa de Ejercicios *Actividades diarias

MMM Healthcare, LLC, es un plan HMO y PPO con un contrato Medicare. La afiliación en MMM depende de la renovación del contrato.