



MC Carolina - abril 2026

Lunes a Viernes

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

www.facebook.com/MMM

Actividades diarias: manualidades, ejercicios, Juegos de mesa

Interesados pueden escribir a:

membersclubmembers@mmmhc.com

Merary Gutiérrez 787-622-3000 Ext: 57061 ó 787-918-5874

Fechas y horarios sujetos a cambios.

lunes	martes	miércoles	jueves	viernes
		<p>1 10:00 a.m. Actividad: Celebrando Pascua "Brunch" de Sombrero (desayuno/almuerzo) *Actividades diarias</p>	<p>2 10:00 a.m. Actividad: Pinta y decora tu sombrero de Pascua (Se original y creativo) 9:00 a.m./10:30 a.m./1:00 p.m. Programa de ejercicios *Actividades diarias</p>	<p>3 Members Club Cerrado Viernes Santo</p>
<p>6 10:00 a.m. Actividad: Yoga en silla *Actividades diarias</p>	<p>7 10:00 a.m. Actividad: Color terapia para fortalecer la memoria 9:00 a.m./10:30 a.m./1:00 p.m. Programa ejercicios *Actividades diarias</p>	<p>8 9:00 a.m. Actividad: Creando flor de mahón con Blanca 10:00 a.m. Charla: Manejo de la muerte *Actividades diarias</p>	<p>9 10:00 a.m. Actividad: Equilibra tus pasos 9:00 a.m./10:30 a.m./1:00 p.m. Programa de ejercicios *Actividades diarias</p>	<p>10 10:30 a.m. Actividad: Bingo Café 1:00 p.m. Clase de Salsa *Actividades diarias</p>
<p>13 9:30 a.m. Actividad: Yoga #2 10:00 a.m. Charla: La Medicina en tu Cocina *Actividades diarias</p>	<p>14 10:00 a.m. Actividad: Café con sabor a Puerto Rico 9:00 a.m./10:30 a.m./1:00 p.m. Programa de ejercicios *Actividades diarias</p>	<p>15 10:00 a.m. Charla: Farmacia 10:30 a.m. Actividad: Creando pulseras con Blanca *Actividades diarias</p>	<p>16 10:00 a.m. Actividad: El té de Jengibre (Conociendo sus beneficios) 9:00 a.m./10:30 a.m./1:00 p.m. Programa de ejercicios *Actividades diarias</p>	<p>17 10:00 a.m. Actividad: Bingo de Flores 1:00 p.m. Clase de Salsa *Actividades diarias</p>
<p>20 10:00 a.m. Actividad: Técnica de respiración para el estrés *Actividades diarias</p>	<p>21 10:00 a.m. Actividad: Dinámicas sociales para crear lazos fuertes 9:00 a.m./10:30 a.m./1:00 p.m. Programa de ejercicios *Actividades diarias</p>	<p>22 10:00 a.m. Actividad: Creando muñeca con María Isabel *Actividades diarias</p>	<p>23 10:00 a.m. Charla: Plato nutricional ideal para diabéticos 9:00 a.m./10:30 a.m./1:00 p.m. Programa de ejercicios *Actividades diarias</p>	<p>24 10:30 a.m. Actividad: Nos vamos de gira (Picnic, juegos y baile) *Members Club Cerrado</p>
<p>27 10:00 a.m. Actividad: Meditación y respiración guiada *Actividades diarias</p>	<p>28 10:00 a.m. Actividad: Rico Té 9:00 a.m./10:30 a.m./1:00 p.m. Programa de ejercicios *Actividades diarias</p>	<p>29 10:00 a.m. Charla: Asociación de Jubilados (Conoce tus derechos) *Actividades diarias</p>	<p>30 10:00 a.m. Actividad: Restaura tu cartera 9:00 a.m./10:30 a.m./1:00 p.m. Programa de ejercicios *Actividades diarias</p>	