



MC Manatí - enero 2026

Lunes a Viernes

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

www.facebook.com/MMM

Actividades diarias: manualidades, ejercicios, clases de tecnología con cita previa. **Interesados pueden escribir a:**
membersclubmembers@mmmhc.com
 Bárbara Rivera, 787-622-3000 Ext: 57031 ó 939-739-4046
 Fechas y horarios sujetos a cambios.

lunes	martes	miércoles	jueves	viernes
			1 Members Club Cerrado Día de Año Nuevo	2 10:00 a.m. Charla: Los 5 rituales para año nuevo 1:00 p.m. Programa de ejercicios *Reunión grupo de apoyo *Actividades diarias
5 10:00 a.m. Programa de ejercicios 11:00 a.m. Actividad: Día de Reyes *Actividades diarias	6 Members Club Cerrado Día de Reyes	7 10:00 a.m. Manualidad: Material reciclado *Actividades diarias	8 10:00 a.m. Charla: Tu almohada está destruyendo tu cuello 11:00 a.m. Actividad: Reunión grupo musical *Actividades diarias	9 10:00 a.m. Actividad: Busca palabras 1:00 p.m. Programa de ejercicios *Reunión grupo de apoyo *Actividades diarias
12 10:00 a.m. Programa de ejercicios 11:00 a.m. Actividad: Juego "Connect Four" *Actividades diarias	13 10:00 a.m. Charla: "Vision Board" *Actividades diarias	14 10:00 a.m. Manualidad: Reciclaje inteligente *Actividades diarias	15 10:00 a.m. Actividad: Fiestas Calle San Sebastián 11:00 a.m. Actividad: Reunión grupo musical *Actividades diarias	16 10:00 a.m. Actividad: Ordena las palabras 1:00 p.m. Programa de ejercicios *Reunión grupo de apoyo *Actividades diarias
19 Members Club Cerrado Día de Martin Luther King, Jr.	20 10:00 a.m. Actividad: Día del "Pop Corn" *Actividades diarias	21 10:00 a.m. Manualidad: Reciclando creamos bellezas *Actividades diarias	22 10:00 a.m. Actividad: Juego "Stop" 11:00 a.m. Actividad: Reunión grupo musical *Actividades diarias	23 10:00 a.m. Actividad: Día del "Croissant" 1:00 p.m. Programa de ejercicios *Reunión grupo de apoyo *Actividades diarias
26 10:00 a.m. Programa de ejercicios 11:00 a.m. Charla: 8 Alimentos para cuidar el sistema cardiovascular *Actividades diarias	27 10:00 a.m. Actividad: Pintura en Canvas *Actividades diarias	28 10:00 a.m. Manualidad: Cuadro de San Valentin *Actividades diarias	29 10:00 a.m. Charla: Pruebas preventivas 11:00 a.m. Actividad: Reunión grupo musical *Actividades diarias	30 10:00 a.m. Actividad: Día del Mago 1:00 p.m. Programa de ejercicios *Reunión grupo de apoyo *Actividades diarias