



MC Mayagüez -septiembre 2021

Lunes a Viernes

8:15 a.m. a 3:30 p.m.

www.facebook.com/MMM

Actividades diarias: manualidades, ejercicios, programa de tecnología y mucho más. **La Participación del afiliado debe ser por cita previa coordinados. Interesados pueden escribir a:**

membersclubmembers@mmmhc.com

Herminia González Badillo 787-622-3000 Ext: 5145

Fechas y horarios sujetos a cambios.

lunes	martes	miércoles	jueves	viernes
		1 9:30 a.m. y 1:30 p.m. Charla: Autoestima de oro y maquillaje de ojos *Actividades diarias	2 9:30 a.m. y 1:30 p.m. Actividad: Vamos a pintarnos las uñas *Actividades diarias	3 9:30 a.m. y 1:30 p.m. Charla: Prevención de suicidio *Actividades diarias
6 Día del trabajo Members Club Cerrado	7 9:30 a.m. y 1:30 p.m. Juego: Sopa de letras 10:00 a.m. Programa de ejercicios	8 9:30 a.m. y 1:30 p.m. Charla: Tipos de incontinencia que afectan a las mujeres *Actividades diarias	9 9:30 a.m. y 1:30 p.m. Juego: Encuentra las diferencias *Actividades diarias	10 1:00 p.m. Gira: Programa P.R. Gana *Actividades diarias
13 9:30 a.m. y 1:30 p.m. Juego: Juego de palabras *Actividades diarias	14 9:30 a.m. y 1:30 p.m. Bingo (Trae tu regalito) 10:00 a.m. y 2:00 p.m. Programa de ejercicios	15 9:30 a.m. y 1:30 p.m. Charla: La autoadministración de inyecciones de insulina *Actividades diarias	16 9:30 a.m. y 1:30 p.m. Manualidad: Vamos hacer pulseras *Actividades diarias	17 9:30 a.m. y 1:30 p.m. Dia de Cine *Actividades diarias
20 9:30 a.m. y 1:30 p.m. Actividad: Vamos armar rompecabezas *Actividades diarias	21 9:30 a.m. y 1:30 p.m. Juego: Vamos a pintar mándalas 10:00 a.m. Programa de ejercicios	22 9:30 a.m. y 1:30 p.m. Charla: Consejos para el uso de generadores eléctricos *Actividades diarias	23 9:30 a.m. y 1:30 p.m. Manualidad: Vamos hacer el pavo *Actividades diarias	24 9:30 a.m. y 1:30 p.m. Actividad: Torneo domino *Actividades diarias
27 9:30 a.m. y 1:30 p.m. Actividad: Juego "Stop" *Actividades diarias	28 9:30 a.m. y 1:30 p.m. Actividad: Día juego de mesa 10:00 a.m. y 2:00 p.m. Programa de ejercicios	29 9:30 a.m. y 1:30 p.m. Charla: Frutas que rejuvenecen *Actividades diarias	30 9:30 a.m. y 1:30 p.m. Actividad: Juego el ahorcado *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.

Y0049_MP-MC-CAL-095-090512-S_C