



# MC Bayamón - mayo 2025

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

[www.facebook.com/MMM](http://www.facebook.com/MMM)

Actividades diarias: manualidades, ejercicios y juegos de mesa.

Interesados pueden escribir a:

[membersclubmembers@mmmhc.com](mailto:membersclubmembers@mmmhc.com)

Isamarie Díaz Nieves 787-622-3000 Ext: 57041 ó Tel. 939-739-3196

Fechas y horarios sujetos a cambios.

| lunes   | martes   | miércoles   | jueves   | viernes  |
|---|--|---|--|--|
|   |  |   | 1<br>10:00 a.m.<br>Grupo de lectura<br>12:00 p.m. y 1:00 p.m.<br>Programa de ejercicios<br>*Actividades diarias          | 2<br>9:30 a.m.<br>Actividad: Sigue la canción<br>*Actividades diarias      |
| 5<br>9:30 a.m.<br>Actividad: Mándalas<br>9:00 a.m. /10:30 a.m. /1:00 p.m.<br>Programa de ejercicios<br>*Actividades diarias       | 6<br>9:30 a.m.<br>Manualidad: Madres<br>*Actividades diarias   | 7<br>9:30 a.m.<br>Charla: Equidad en servicios de salud<br>9:00 a.m. /10:30 a.m. /1:00 p.m.<br>Programa de ejercicios<br>*Actividades diarias | 8<br>9:30 a.m.<br>Charla: Ansiedad<br>12:00 p.m. y 1:00 p.m.<br>Programa de ejercicios<br>*Actividades diarias           | 9<br>9:30 a.m.<br>Actividad: Día de las Madres<br>*Actividades diarias     |
| 12<br>9:30 a.m.<br>Actividad: Sudoku<br>9:00 a.m. /10:30 a.m. /1:00 p.m.<br>Programa de ejercicios<br>*Actividades diarias        | 13<br>9:30 a.m.<br>Manualidad: Flores<br>*Actividades diarias  | 14<br>9:30 a.m.<br>Actividad: Día de la fresa<br>9:00 a.m. /10:30 a.m. /1:00 p.m.<br>Programa de ejercicios<br>*Actividades diarias           | 15<br>9:30 a.m.<br>Manualidad: Pulsera doble<br>12:00 p.m. y 1:00 p.m.<br>Programa de ejercicios<br>*Actividades diarias | 16<br>9:30 a.m.<br>Actividad: Juegos cognoscitivos<br>*Actividades diarias |
| 19<br>9:30 a.m.<br>Charla: Manejo alimentos<br>9:00 a.m. /10:30 a.m. /1:00 p.m.<br>Programa de ejercicios<br>*Actividades diarias | 20<br>9:30 a.m.<br>Manualidad: Canasta<br>*Actividades diarias | 21<br>9:30 a.m.<br>Actividad: Día del té<br>9:00 a.m. /10:30 a.m. /1:00 p.m.<br>Programa de ejercicios<br>*Actividades diarias                | 22<br>9:30 a.m.<br>Actividad: Día del Fútbol<br>12:00 p.m. y 1:00 p.m.<br>Programa de ejercicios<br>*Actividades diarias | 23<br>9:30 a.m.<br>Charla: Como prevenir caídas<br>*Actividades diarias    |
| 26<br>Members Club Cerrado<br>Día de la Recordación   | 27<br>1:00 p.m.<br>Manualidad: Pulsera<br>*Actividades diarias | 28<br>9:30 a.m.<br>Actividad: Día del "Hamburger"<br>9:00 a.m. /10:30 a.m. /1:00 p.m.<br>Programa de ejercicios<br>*Actividades diarias       | 29<br>9:30 a.m.<br>Manualidad: Fácil manejo<br>12:00 p.m. y 1:00 p.m.<br>Programa de ejercicios<br>*Actividades diarias  | 30<br>9:30 a.m.<br>Actividad: Karaoke<br>*Actividades diarias              |