



MC Manatí - octubre 2025

Lunes a Viernes
8:00 a.m. a 3:00 p.m.
www.facebook.com/MMM

Actividades diarias: manualidades, ejercicios y juegos de mesa.
Interesados pueden escribir a:
membersclubmembers@mmmhc.com
Bárbara Rivera, 787-622-3000 Ext: 57031, 939-739-4046
Fechas y horarios sujetos a cambios.

lunes	martes	miércoles	jueves	viernes
		1 10:00 a.m. Actividad: Día del café *Actividades diarias	2 10:00 a.m. Actividad: Adivina la canción 11:00 a.m. Reunión grupo musical *Actividades diarias	3 10:00 a.m. Actividad: Día de la sonrisa 1:00 p.m. Programa de ejercicios *Reunión grupo de apoyo *Actividades diarias
6 10:00 a.m. Programa de ejercicios 11:00 a.m. Actividad: Juego "Connect Four" *Actividades diarias	7 9:00 a.m. Actividad: Viejo Te Amo *Actividades diarias	8 10:00 a.m. Actividad: Mesa de "Hockey" *Actividades diarias	9 10:00 a.m. Charla: Cáncer de mama 11:00 a.m. Reunión grupo musical *Actividades diarias	10 10:00 a.m. Charla: Hipertensión 1:00 p.m. Programa de ejercicios *Reunión grupo de apoyo *Actividades diarias
13 10:00 a.m. Programa de ejercicios 11:00 a.m. Actividad: Día del traje(Desfile) *Actividades diarias	14 10:00 a.m. Actividad: Taller de bisutería *Actividades diarias	15 10:00 a.m. Charla: Manejo de la ansiedad *Actividades diarias	16 10:00 a.m. Actividad: Día del pan 11:00 a.m. Reunión grupo musical *Actividades diarias	17 10:00 a.m. Actividad: Prevención cáncer de mama (venir de color rosa) 1:00 p.m. Programa de ejercicios *Reunión grupo de apoyo *Actividades diarias
20 10:00 a.m. Programa de ejercicios 11:00 a.m. Charla: Trucos para mantener el cerebro joven *Actividades diarias	21 10:00 a.m. Actividad: Día de la pizza *Actividades diarias	22 10:00 a.m. Taller: Mini donas *Actividades diarias	23 10:00 a.m. Charla: Mente sana 11:00 a.m. Reunión grupo musical *Actividades diarias	24 10:00 a.m. Actividad: Torneo de Dominó 1:00 p.m. Programa de ejercicios *Reunión grupo de apoyo *Actividades diarias
27 10:00 a.m. Programa de ejercicios 11:00 a.m. Actividad: Día del "Hot Dog" *Actividades diarias	28 10:00 a.m. Actividad: Torneo de "Yahtzee" *Actividades diarias	29 10:00 a.m. Actividad: Juego Jenga *Actividades diarias	30 10:00 a.m. Actividad: Día "Hippie" 11:00 a.m. Reunión grupo musical *Actividades diarias	31 10:00 a.m. Actividad: Día del arroz 1:00 p.m. Programa de ejercicios *Reunión grupo de apoyo *Actividades diarias