MC Ponce - octubre 2025

MEMBERS CLUB

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
Kianna González Rodríguez 787-622-3000 Ext:57121 ó 939-739-4525
Fechas y horarios sujetos a cambios.

lunes	martes	miércoles	jueves	viernes
		1 **10:00 a.m.** Actividad: Llavero de Macramé **1:00 p.m.** Programa de ejercicios *Actividades diarias	**2** **10:00 a.m.** Actividad: Poesía coreada *Actividades diarias	**3** **10:00 a.m.** Actividad: Celebrando las tejedoras **1:00 p.m.** Actividad: Nos vamos de cine *Actividades diarias
6 **10:00 a.m.** Charla: Prevención Cáncer de Seno y Colorrectal *Actividades diarias	**7** **10:00 a.m.** Actividad: Bingo (Trae tu regalito) **1:00 p.m.** Programa de ejercicios *Actividades diarias	**8** **10:00 a.m.** Taller: Pintura de uñas **1:00 p.m.** Programa de ejercicios *Actividades diarias	**9** **10:00 a.m.** Charla: Manejo del duelo **11:00 a.m.** Actividad: Mándalas *Actividades diarias	**10** **10:00 a.m.** Charla: Manejo del estrés financiero *Actividades diarias
13 **10:00 a.m.** Charla: Tirador activo **1:00 p.m.** Taller: Pulseras *Actividades diarias	**14** **10:00 a.m.** Taller: Sana con arte **1:00 p.m.** Programa de ejercicios *Actividades diarias	**15** **10:00 a.m.** Actividad: Abrazo de amigos **1:00 p.m.** Programa de ejercicios *Actividades diarias	**16** **10:00 a.m.** Actividad: Trae un envase diferente para tomar café *Actividades diarias	**17** **10:00 a.m.** Taller: Huerto Casero-Sección 1 *Actividades diarias
20 **10:00 a.m.** Taller: Casita de otoño *Actividades diarias	**21** **10:00 a.m.** Charla: Manejo del estrés **1:00 p.m.** Programa de ejercicios *Actividades diarias	**22** **10:00 a.m.** Taller: Pintura de copas **1:00 p.m.** Programa de ejercicios *Actividades diarias	**23** **10:00 a.m.** Actividad: Café entre amigos *Actividades diarias	**24** **10:00 a.m.** Charla: Beneficio de las mascotas *Actividades diarias
27 **8:00 a.m.** Actividad: Nos fuimos para La Fortaleza (Viejo San Juan) *Actividades diarias	**28** **10:00 a.m.** Actividad: Día de las profesiones **1:00 p.m.** Clase de Salsa *Actividades diarias	**29** **10:00 a.m.** Taller: Pintura de tiestos **1:00 p.m.** Programa de ejercicios *Actividades diarias	**30** **10:00 a.m.** Charla: Cultiva tu amor propio *Actividades diarias	**31** **10:00 a.m.** Taller: Huerto Casero -Sección 2 **11:00 a.m.** Actividad: Trae tu accesorio de Disney *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