



# MC Carolina - mayo 2024

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, Juegos de mesa

Interesados pueden escribir a:

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

Grace M. Ortiz Sánchez 787-622-3000 Ext: 57061 ó 939-739-4262

Fechas y horarios sujetos a cambios.

lunes	martes	miércoles	jueves	viernes
		1 11:00 a.m. Manualidad: Recordatorio para las madres *Actividades diarias *Clases de Tecnología	2 9:30 a.m. Manualidad: Postal para las madres 10:00 a.m. y 1:00 p.m. Programa ejercicio *Actividades diarias	3 9:30 a.m. Manualidad: Celebrando la Independencia de México 11:30 a.m. Almuerzo: Tacos 1:00 p.m. Clase de Salsa
6 10:00 a.m. Actividad: Tai-Chi #1 11:00 a.m. Clases básicas de domino #1 *Actividades diarias	7 10:00 a.m. Manualidad: Animales con palitos de madera 11:00 a.m. y 1:00 p.m. Programa ejercicio *Actividades diarias	8 8:30 a.m. a 2:30 p.m. Actividad: Celebrando el día de las madres (anótate con el administrador) *Actividades diarias *Clases de Tecnología	9 9:30 a.m. Charla: Osteoporosis 10:00 a.m. y 1:00 p.m. Programa ejercicio (Taller de automaquillaje) *Actividades diarias	10 9:30 a.m. Charla: Salud Mental 11:00 a.m. Manualidad: Marco con rompecabezas 1:00 p.m. Clase de Salsa
13 10:00 a.m. Clases básicas de domino #2 11:00 a.m. Charla: 6 trucos para la salud cerebral *Actividades diarias	14 9:30 a.m. Actividad: Sopa de letras 10:00 a.m. y 1:00 p.m. Programa ejercicio *Actividades diarias	15 9:30 a.m. Actividad: Encuentra las diferencias *Actividades diarias *Clases de Tecnología	16 9:30 a.m. Manualidad: Cactus 10:00 a.m. y 1:00 p.m. Programa ejercicio *Actividades diarias	17 11:00 a.m. Actividad: Juego de Sacos *Actividades diarias
20 10:00 a.m. Clases básicas de domino #3 11:00 a.m. Manualidad: Cámara con materiales reciclados *Actividades diarias	21 9:30 a.m. Actividad: Juegos cognitivos 10:00 a.m. y 1:00 p.m. Programa ejercicio *Actividades diarias	22 9:30 a.m. Charla: Hablando desde la naturopatía *Actividades diarias *Clases de Tecnología	23 9:30 a.m. Manualidad: Pescado con palitos de madera 10:00 a.m. y 1:00 p.m. Programa ejercicio *Actividades diarias	24 9:30 a.m. Manualidad: Helados con palitos de madera 1:00 p.m. Clase de Salsa *Actividades diarias
27 Members Club Cerrado Día de la Recordación	28 9:30 a.m. Manualidad: Mono con palitos de madera 10:00 a.m. y 1:00 p.m. Programa ejercicio *Actividades diarias	29 9:30 a.m. Manualidad: Marco con papel de periódico *Actividades diarias *Clases de Tecnología	30 9:30 a.m. Charla: Diferentes clases de artritis 10:00 a.m. y 1:00 p.m. Programa ejercicio *Actividades diarias	31 9:30 a.m. Charla: ¿Como hacer mis OTC desde la APP Móvil? 1:00 p.m. Clase de Salsa *Actividades diarias