



MC Bayamón - febrero 2026

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

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

Fechas y horarios sujetos a cambios.

lunes	martes	miércoles	jueves	viernes
2 9:30 a.m. Actividad: Refranes 9:00 a.m. /10:30 a.m. /1:00 p.m. Programa de ejercicios *Actividades diarias	3 9:30 a.m. Charla: Energía renovable *Actividades diarias	4 9:30 a.m. Actividad: Karaoke 9:00 a.m. /10:30 a.m. /1:00 p.m. Programa de ejercicios *Actividades diarias	5 9:30 a.m. Actividad: Grupo de lectura 12:00 p.m. y 1:00 p.m. Programa de ejercicios *Actividades diarias	6 9:30 a.m. Actividad: Día de la Nutella *Actividades diarias
9 9:30 a.m. Actividad: Mándalas 9:00 a.m. /10:30 a.m. /1:00 p.m. Programa de ejercicios *Actividades diarias	10 9:30 a.m. Manualidad: Pulsera *Actividades diarias	11 9:30 a.m. Actividad: Compartir Reyes 9:00 a.m. /10:30 a.m. /1:00 p.m. Programa de ejercicios *Actividades diarias	12 9:30 a.m. Manualidad: Pantallas 10:30 a.m. Charla: Oxigenación 12:00 p.m. y 1:00 p.m. Programa de ejercicios *Actividades diarias	13 9:30 a.m. Actividad: Día de la amistad *Actividades diarias
16 9:30 a.m. Manualidad: Fácil manejo 9:00 a.m. /10:30 a.m. /1:00 p.m. Programa de ejercicios *Actividades diarias	17 9:30 a.m. Manualidad: Botellas *Actividades diarias	18 9:30 a.m. Charla: Enfrentando la muerte 9:00 a.m. /10:30 a.m. /1:00 p.m. Programa de ejercicios *Actividades diarias	19 9:00 a.m. Manualidad: Plástico 12:00 p.m. y 1:00 p.m. Programa de ejercicios *Actividades diarias	20 9:30 a.m. Charla: Beneficios de la bicicleta *Actividades diarias
23 9:30 a.m. Actividad: Jenga 9:00 a.m. /10:30 a.m. /1:00 p.m. Programa de ejercicios *Actividades diarias	24 9:30 a.m. Manualidad: Collar "zipper" *Actividades diarias	25 9:30 a.m. Charla: Corazón y colesterol en diabéticos 10:30 a.m. Bailar es salud 9:00 a.m. y 1:00 p.m. Programa de ejercicios *Actividades diarias	26 9:00 a.m. Manualidad: Flores 12:00 p.m. y 1:00 p.m. Programa de ejercicios *Actividades diarias	27 9:30 a.m. Actividad: Bingo *Actividades diarias