



MC Carolina - febrero 2026

Lunes a Viernes

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

www.facebook.com/MMM

Actividades diarias: manualidades, ejercicios, Juegos de mesa

Interesados pueden escribir a:

membersclubmembers@mmhc.com

Merary Gutiérrez 787-622-3000 Ext: 57061 ó 787-918-5874

Fechas y horarios sujetos a cambios.

lunes	martes	miércoles	jueves	viernes
2 10:00 a.m. Actividad: Reina y Rey de Corazones *Actividades diarias	3 10:00 a.m. Actividad: Sabor y color (De temporada) 9:00 a.m./10:30 a.m./1:00 p.m. Programa de ejercicios *Actividades diarias	4 10:30 a.m. Actividad: Día de Cívicas Conectar con mis habilidades (Traer Sombrero) *Actividades diarias	5 10:00 a.m. Actividad: Creando postal de amistad 9:00 a.m./10:30 a.m./1:00 p.m. Programa de ejercicios *Actividades diarias	6 10:00 a.m. Actividad: Bingo (Trae tu regalo) 1:00 p.m. Clase de Salsa *Actividades diarias
9 9:30 a.m. Actividad: Yoga-El regalo universal (Práctico en silla y Mat) *Actividades diarias	10 10:00 a.m. Charla: Depresión en San Valentín 9:00 a.m./10:30 a.m./1:00 p.m. Programa de ejercicios *Actividades diarias	11 9:30 a.m. Actividad: Chocolate y Pintura (Pintando con Eliud) *Actividades diarias	12 10:00 a.m. Charla: Cuidando el corazón 9:00 a.m./10:30 a.m./1:00 p.m. Programa de ejercicios *Actividades diarias	13 10:00 a.m. Actividad: Amor y Amistad "Fiesta de San Valentín" 1:00 p.m. Clase de Salsa *Actividades diarias
16 10:00 a.m. Actividad: Ejercicios de relajación y respiración *Actividades diarias	17 10:00 a.m. Charla: El Amor, ejercita el corazón 9:00 a.m./10:30 a.m./1:00 p.m. Programa de ejercicios *Actividades diarias	18 9:00 a.m. Charla: Clase de Celular #.2 11:00 a.m. Actividad: Encuentra lo bueno de la vida (Reencuadre de 4 pasos) *Actividades diarias	19 10:00 a.m. Actividad: "Pijamas Day" 9:00 a.m./10:30 a.m./1:00 p.m. Programa de ejercicios *Actividades diarias	20 10:00 a.m. Actividad: Bingo de la Amistad (Trae tu regalo) 1:00 p.m. Clase de Salsa *Actividades diarias
23 10:00 a.m. Charla: También pasará (Fomentando la resiliencia) *Actividades diarias	24 10:00 a.m. Actividad: Juego: Fortaleciendo las manos 9:00 a.m./10:30 a.m./1:00 p.m. Programa de ejercicios *Actividades diarias	25 10:00 a.m. Actividad: Taller de Jabones (Práctico) *Actividades diarias	26 10:00 a.m. Actividad: Conversatorio Tema: Modelo de vida 9:00 a.m./10:30 a.m./1:00 p.m. Programa de ejercicios *Actividades diarias	27 9:30 a.m. Actividad: Un Poco de Humor (Risa Terapia) 1:00 p.m. Clase de Salsa *Actividades diarias