



# MC Bayamón - noviembre 2021

Lunes a Viernes  
8:15 a.m. a 3:30 p.m.

[www.facebook.com/MMM](http://www.facebook.com/MMM)

Actividades diarias: manualidades, ejercicios, programa de tecnología y mucho más. **La Participación del afiliado debe ser por cita previa coordinada. Interesados pueden escribir a: [membersclubmembers@mmmhc.com](mailto:membersclubmembers@mmmhc.com)**

Nilbeth Torres Cortés, 787-622-3000 Ext: 1970  
Fechas y horarios sujetos a cambios.

lunes	martes	miércoles	jueves	viernes
1 9:30 a.m. y 1:30 p.m. Actividad: Pintando mándala Cita previa: Clases de celular	2 9:30 a.m. y 1:30 p.m. Manualidad: Mini botitas fomi *Actividades diarias	3 9:30 a.m. y 1:30 p.m. Manualidad: "Home" 10:00 a.m. y 2:00 p.m. Programa de ejercicios	4 9:30 a.m. y 1:30 p.m. Charla: Motivación *Actividades diarias	5 9:30 a.m. y 1:30 p.m. Actividad: "Stop" Cita previa: Clases de celular
8 9:30 a.m. y 1:30 p.m. Actividad: Juego cognitivo Cita previa: Clases de celular	9 9:30 a.m. Charla: Explotación financiera 1:30 p.m. Manualidad: Canasta con botella	10 9:30 a.m. y 1:30 p.m. Charla: Adherencia de medicamentos 2:00 p.m. Programa de ejercicios	11 9:30 a.m. y 1:30 p.m. Manualidad: Mini campanitas *Actividades diarias	12 9:30 a.m. y 1:30 p.m. Actividad: Encuentra el objeto Cita previa: Clases de celular
15 9:30 a.m. y 1:30 p.m. Actividad: Palabra grama Cita previa: Clases de celular	16 9:30 a.m. y 1:30 p.m. Manualidad: Bastón Navidad *Actividades diarias	17 9:30 a.m. y 1:30 p.m. Manualidad: Mini árbol 10:00 a.m. y 2:00 p.m. Programa de ejercicios	18 9:30 a.m. Manualidad: Porta cubiertos 1:30 p.m. Charla: Actividad Física	19 9:30 a.m. y 1:30 p.m. Actividad: Decoración Cita previa: Clases de celular
22 9:30 a.m. y 1:30 p.m. Charla: ¿Por qué damos gracias? Cita previa: Clases de celular	23 9:30 a.m. y 1:30 p.m. Manualidad: Gatita botella *Actividades diarias	24 9:30 a.m. y 1:30 p.m. Actividad: Acción de Gracias 2:00 p.m. Programa de ejercicios	25 Día Acción de Gracias Members Club Cerrado	26 Members Club Cerrado
29 9:30 a.m. y 1:30 p.m. Manualidad: Mini coronita	30 9:30 a.m. y 1:30 p.m. Charla: Manejo de emociones			