



MC Carolina - noviembre 2021

Lunes a Viernes

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

www.facebook.com/MMM

Actividades diarias: manualidades, ejercicios, programa de tecnología y mucho más. **La Participación del afiliado debe ser por cita previa coordinados. Interesados pueden escribir a:**

membersclubmembers@mmmhc.com

Grace M. Ortiz Sánchez 787-622-3000 Ext: 51151

Fechas y horarios sujetos a cambios.

lunes	martes	miércoles	jueves	viernes
1 9:30 a.m. y 1:30 p.m. Pintando mándalas *Actividades diarias	2 9:30 a.m. y 1:30 p.m. Peticiones *Actividades diarias	3 9:30 a.m. y 1:30 p.m. Charla: La osmosis del agua Cita previa: Clases de celulares	4 9:30 a.m. y 1:30 p.m. Manualidad: Pavo con vaso 10:00 a.m. Programa de ejercicios	5 9:30 a.m. y 1:30 p.m. Manualidad: Porta-cubiertos *Actividades diarias
8 9:30 a.m. y 1:30 p.m. Manualidad de otoño: Pavo *Actividades diarias	9 9:30 a.m. y 1:30 p.m. Taller de arte: Macetas *Actividades diarias	10 9:30 a.m. y 1:30 p.m. Charla: Los beneficios de la canela Cita previa: Clases de celulares	11 9:30 a.m. y 1:30 p.m. Manualidad de Navidad 10:00 a.m. y 2:00 p.m. Programa de ejercicios	12 9:30 a.m. y 1:30 p.m. Manualidad: Reno con vasos *Actividades diarias
15 9:30 a.m. y 1:30 p.m. Manualidad: Ornamento de árbol *Actividades diarias	16 9:30 a.m. y 1:30 p.m. Taller de arte: Papel *Actividades diarias	17 9:30 a.m. y 1:30 p.m. Charla: Beneficios de la moringa Cita previa: Clases de celulares	18 9:30 a.m. y 1:30 p.m. Charla: Trastornos del sueño 10:00 a.m. Programa de ejercicios	19 9:30 a.m. y 1:30 p.m. Manualidad: Guirnalda de Navidad *Actividades diarias
22 9:30 a.m. y 1:30 p.m. Manualidad: Bola de nieve *Actividades diarias	23 9:30 a.m. y 1:30 p.m. Bingo (trae tu regalo) *Actividades diarias	24 9:30 a.m. y 1:30 p.m. Charla: Los beneficios de la cúrcuma Cita previa: Clases de celulares	25 Día Acción de Gracias Members Club Cerrado	26 Members Club Cerrado
29 9:30 a.m. y 1:30 p.m. Charla: Los beneficios del romero *Actividades diarias	30 9:30 a.m. y 1:30 p.m. Taller de arte: Macetas *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