



## MC Mayagüez - enero 2026

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 y juegos de mesa.

Interesados pueden escribir a: [membersclubmembers@mmhc.com](mailto:membersclubmembers@mmhc.com)

Herminia González Tel. 787-622-3000 Ext: 57200 ó 939-739-4042

Fechas y horarios sujetos a cambios.

<b>Lunes</b>	<b>martes</b>	<b>miércoles</b>	<b>jueves</b>	<b>viernes</b>
			1 <b>Members Club Cerrado</b> <b>Dia de Año Nuevo</b>	2 9:30 a.m. Actividad: Curso huerto casero I 11:00 a.m. Actividad: Día Reyes *Actividades diarias
5 9:30 a.m. Charla: Reglas Members Club 11:00 a.m. Actividad: Taller mándalas 11:30 a.m. Actividad: Bohemia *Actividades diarias	6 <b>Members Club Cerrado</b> <b>Día de Reyes</b>	7 10:00 a.m. Programa de ejercicios 11:00 a.m. Actividad: Exhibición del mes *Actividades diarias	8 9:30 a.m. Charla: Salud en el hogar 10:00 a.m. Vamos hacer ejercicios I 11:00 a.m. Actividad: Encuentra las diferencias *Actividades diarias	9 9:30 a.m. Actividad: Curso huerto casero II 11:00 a.m. Actividad: Completa el refrán *Actividades diarias
12 9:30 a.m. Charla: Tu almohada y tu cuello 11:00 a.m. Actividad: Taller filigrana *Actividades diarias	13 10:00 a.m. Programa de ejercicios 11:00 a.m. Manualidad: Pulseras *Actividades diarias	14 10:00 a.m. Programa de ejercicios 10:30 a.m. Actividad: Sopa de letras *Actividades diarias	15 10:00 a.m. Vamos hacer ejercicios II 11:00 a.m. Actividad: Bingo (Trae tu regalito) *Actividades diarias	16 9:30 a.m. Actividad: Curso huerto casero III 11:00 a.m. Actividad: Bohemia II *Actividades diarias
19 <b>Members Club Cerrado</b> <b>Día de Martin Luther King, Jr.</b>	20 10:00 a.m. Programa de ejercicios 11:00 a.m. Actividad: Karaoke *Actividades diarias	21 10:00 a.m. Programa de ejercicios 11:00 a.m. Actividad: Armar rompecabezas *Actividades diarias	22 10:00 a.m. Vamos hacer ejercicios III 10:30 a.m. Actividad: Sopa de letras *Actividades diarias	23 9:30 a.m. Actividad: Curso huerto casero IV 12:00 p.m. Actividad: Día de cine *Actividades diarias
26 9:30 a.m. Charla: 9 Beneficios de la música 11:00 a.m. Actividad: "Diamond Art" *Actividades diarias	27 9:30 a.m. Charla: Consejo de aseo personal 10:00 a.m. Programa de ejercicios *Actividades diarias	28 10:00 a.m. Programa de ejercicios 11:00 a.m. Actividad: Encuentra las palabras *Actividades diarias	29 10:00 a.m. Vamos hacer ejercicios IV 11:00 a.m. Actividad: Vamos a pintar uñas *Actividades diarias	30 9:30 a.m. Actividad: Curso huerto casero V 11:00 a.m. Actividad: Encuentra las diferencias *Actividades diarias