



# MC Ponce - marzo 2025

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@mmmhc.com](mailto:membersclubmembers@mmmhc.com)

Kianna González Rodríguez 787-622-3000 Ext:57121 ó 939-739-4525

Fechas y horarios sujetos a cambios.

lunes	martes	miércoles	jueves	viernes
<p>3 10:00 a.m. Charla: La alimentación nos une *Actividades diarias</p>	<p>4 10:00 a.m. Taller: Sombreros pintados a mano (Debe traer su sombrero) 1:00 p.m. Programa de ejercicios *Actividades diarias</p>	<p>5 9:00 a.m. Charla: Manejo de diabetes (Sección 2) 1:00 p.m. Programa de ejercicios *Actividades diarias</p>	<p>6 10:00 a.m. Charla: Clínica de visión *Actividades diarias</p>	<p>7 9:00 a.m. Actividad: Día Internacional de la mujer 1:00 p.m. Actividad: Nos fuimos de cine *Actividades diarias</p>
<p>10 10:00 a.m. Taller: Pintura de uñas con Nancy *Actividades diarias</p>	<p>11 10:00 a.m. Actividad: Plantas pa' dentro 1:00 p.m. Programa de ejercicios *Actividades diarias</p>	<p>12 9:00 a.m. Charla: Manejo de diabetes (Sección 3) 1:00 p.m. Programa de ejercicios *Actividades diarias</p>	<p>13 10:00 a.m. Actividad: Bingo (Puedes traer tu regalito) 1:00 p.m. Charla: Hechos a tu medida, Hechos Pa' Ti *Actividades diarias</p>	<p>14 9:00 a.m. Actividad: Comparte tu fotografía de un lugar turístico 1:00 p.m. Actividad: Celebrando los nonagenarios *Actividades diarias</p>
<p>17 9:00 a.m. Charla: Evaluación de retinopatía y condiciones degenerativas oculares *Actividades diarias</p>	<p>18 10:00 a.m. Taller: Pulseras 1:00 p.m. Programa de ejercicios *Actividades diarias</p>	<p>19 9:00 a.m. Charla: Manejo de diabetes (Sección 4) 1:00 p.m. Programa de ejercicios *Actividades diarias</p>	<p>20 10:00 a.m. Actividad: Día de la felicidad 1:00 p.m. Actividad: Crea tu budín *Actividades diarias</p>	<p>21 10:00 a.m. Actividad: "Glitter Party" *Actividades diarias</p>
<p>24 9:00 a.m. Taller: Pantallas 11:00 a.m. Actividad: Día de piraguas *Actividades diarias</p>	<p>25 10:00 a.m. Actividad: Un café con amigas 1:00 p.m. Clase de salsa *Actividades diarias</p>	<p>26 9:00 a.m. Charla: Manejo de diabetes (Sección 5) 1:00 p.m. Programa de ejercicios *Actividades diarias</p>	<p>27 10:00 a.m. Actividad: Intercambio de plantas *Actividades diarias</p>	<p>28 8:00 a.m. Actividad: Nos fuimos para Mayagüez *Members Club Cerrado</p>
<p>31 11:00 a.m. Actividad: Cumpleaños de marzo *Actividades diarias</p>				