



Mayagüez / Enero 2019

Lunes a viernes de 8:00 a.m. a 3:00 p.m.

www.facebook.com/MMM

Actividades disponibles diariamente:
manualidades, juegos de vídeo, juegos de mesa y mucho más. Para información o citas, Herminia González: 787-622-3000, ext. 5145.
Fechas y horarios sujetos a cambios.

lunes	martes	miércoles	jueves	viernes
	1 Feriado ¡Feliz Año Nuevo!	2 9:30 a.m. Charla: Derechos Humanos	3 9:00 a.m. y 11:00 a.m. Clases de uso de celular	4 10:00 a.m. Actividad: Ma- nicura
7 Feriado Día de Reyes	8 10.00 a.m. Programa de ejercicios. 1:00 p.m. Clases de baile	9 10:00 a.m. Charla: 6 Reglas que los felices practican 11:00 a.m. Bingo (Trae tu regalito)	10 9:00 a.m. y 11:00 a.m. Clases de uso de celular 10:00 a.m. Juego: Busca las diferencias	11 10:30 a.m. Ensayo coro
14 9:00 a.m. y 10:30 a.m. Clases de computadora 10:00 a.m. Juego: Operations	15 9:30 a.m. Charla: Riesgo de caídas 10.00 a.m. Programa de ejercicios. 1:00 p.m. Clases de baile	16 9:00 a.m. Charla: Cuidado de los pies 10:00 a.m. Cine en el Members Club: Película: "Cheaper By The Dozen"	17 9:00 a.m. y 11:00 a.m. Clases de uso de celular 10:00 a.m. Vamos a hacer pulseras	18 10:30 a.m. Ensayo coro
21 9:00 a.m. y 10:30 a.m. Clases de computadora	22 9:00 a.m. Charla: Alzheimer 10.00 a.m. Programa de ejercicios. 1:00 p.m. Clases de baile	23 9:00 a.m. Charla: Esa grasa que se acumula en la barriga 11:00 a.m. Bingo (Trae tu regalito)	24 9:00 a.m. y 11:00 a.m. Clases de uso de celular	25 9:00 a.m. Taller de calidad 10:30 a.m. Ensayo coro
28 9:00 a.m. y 10:30 a.m. Clases de computadora	29 10.00 a.m. Programa de ejercicios. 1:00 p.m. Clases de baile	30 10:30 a.m. Samba terapia	31 9:00 a.m. y 11:00 a.m. Clases de uso de celular	

MMM Healthcare, LLC, es un plan HMO y PPO con un contrato Medicare. La afiliación en MMM depende de la renovación del contrato. Para el acomodo razonable de personas con necesidades especiales durante el evento, llame a 1-866-333-5470 (libre de cargos) o al TTY: 1-866-333-5469 (audio impedidos). MMM Healthcare, LLC, cumple con las leyes federales de derechos civiles aplicables y no discrimina por motivos de raza, color, nacionalidad, edad, discapacidad o sexo. MMM Healthcare, LLC, complies with applicable Federal civil rights laws and does not discriminate on the basis of race, color, national origin, age, disability, or sex. ATTENTION: If you speak English, language assistance services, free of charge, are available to you. Call MMM at 1-866-333-5470 (TTY: 1-866-333-5469). MMM Healthcare, LLC 遵守適用的聯邦民權法律規定，不因種族、膚色、民族血統、年齡、殘障 或性別而歧視任何人。注意：如果您使用繁體中文，您可以免費獲得語言援助服務。請致電 MMM 1-866-333-5470, (TTY: 1-866-333-5469). Y0049_MP-MC-CAL-095-090512-S_C