



Helping Hands of Lompoc (RLC)
 513 North G Street Lompoc, CA. 93436
 Phone# (805)819-0460 ext. 153



| LUNES Grupos 10-1 | MARTES 8-4 | MIERCOLES 8-4 | JUEVES 8-4 | VIERNES 8-4 |
|--|--|---|---|--|
| <p><u>12/3 Horas 12-3</u> <u>12/24 CERRADO</u> <u>12/31 CERRADO</u> <u>10:00</u> Paseos de Recuperación <u>12:00</u> Grupo de Apoyo para los que Oyen Voces</p>  | <p><u>12/25 CERRADO</u></p>  <p><u>1/1 CERRADO</u> <u>8:30</u> Atención Plena <u>9:00</u> Junta para Miembros <u>9:30</u> Divertir con Amigos <u>12/4 @ 10:40am</u> Tai-Chi w/ Yuka <u>11:30</u> Caminando <u>12:30</u> Almuerzo <u>1:00</u> Junta para Miembros <u>2:00</u> Palabras Curativas</p> <p><u>COMPUTADORAS</u> <u>9:30am-2:30pm</u></p> | <p><u>12/19 Horas 8-3</u> <u>12/12 @ 9:30</u> Plaza del Mercado <u>10:40</u> Clase de Computadora Básica <u>10:30</u> Enfermera <u>11:30</u> Caminando <u>12:30</u> Almuerzo (No Hay Almuerzo cuando hay Plaza del Mercado) <u>12/26 @ 12:30</u> Cumpleaños de Diciembre  <u>1:30</u> Arte</p> <p><u>COMPUTADORAS</u> <u>1-4pm</u></p> | <p><u>8:30</u> Atención Plena <u>9:00</u> Divertir con Amigos <u>10:30</u> Grupo Para Personas Altamente Sensitivas <u>11:30</u> Caminando <u>12:30</u> Almuerzo <u>1:00</u> DD: Diagnóstico Doble</p> <p><u>COMPUTADORAS</u> <u>9am-2pm</u></p> | <p><u>9:00</u> Divertir con Amigos <u>10:00</u> No Quiero Hablar De Eso <u>12:30</u> Almuerzo <u>1:00</u> Película</p> <p><u>12/7 @ 12:30</u> Intercambio de Galletas</p> <p><u>12/21 @ 1pm</u> Dia de Pijamas y Intercambio de Regalos</p>  |