



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



LUNES Grupos 11-2	MARTES 8-4	MIERCOLES 8-4	JUEVES 8-4	VIERNES 8-4
<p><b><u>12/31 CERRADO</u></b>  <b><u>11:00</u></b> Compañerismo  <b><u>12:00</u></b>            Grupo de Apoyo para los que Oyen Voces  <b><u>1:00</u></b> Paseos de Recuperación   <b><u>2pm on 1/7</u></b>            TAY Cooking Group</p>	<p><b><u>1/1 CERRADO</u></b>  <b><u>8:30</u></b> Atención Plena  <b><u>9:00</u></b>            Junta para Miembros  <b><u>9:30</u></b>            Divertir con Amigos  <b><u>10:40am on 1/8</u></b>            Tai-Chi w/ Yuka  <b><u>11:30</u></b> Caminando  <b><u>12:30</u></b> Almuerzo  <b><u>1:00</u></b>            Junta para Miembros  <b><u>2:00</u></b>            Palabras Curativas   <b><u>COMPUTADORAS</u></b>  <b>9:30am-2:30pm</b></p>	<p><b><u>1/30 Horas 8-3</u></b>  <b><u>9am el 1/2, 1/16 y 1/30</u></b> Divertir con Amigos  <b><u>9:30 el 1/9 y 1/23</u></b>            Plaza del Mercado  <b><u>10:40</u></b> Powerpoint  <b><u>10:30</u></b> Enfermera  <b><u>11:30</u></b> Caminando  <b><u>12:30</u></b> Almuerzo            (No Hay Almuerzo cuando hay Plaza del Mercado)  <b><u>12:30 el 1/30</u></b>            Cumpleaños de Enero  <b><u>1:30</u></b> Arte   <b><u>COMPUTADORAS</u></b>  <b>1-4pm</b></p> 	<p><b><u>8:30</u></b> Atención Plena  <b><u>9:00</u></b> Divertir con Amigos  <b><u>10:30</u></b> Grupo Para Personas Altamente Sensitivas  <b><u>11:30</u></b> Caminando  <b><u>12:30</u></b> Almuerzo  <b><u>1:00</u></b> DD:            Diagnóstico Doble   <b><u>COMPUTADORAS</u></b>  <b>9am-2pm</b></p>	<p><b><u>9:00</u></b> Divertir con Amigos  <b><u>10:00</u></b> No Quiero Hablar De Eso  <b><u>11:30</u></b> Grupo de Apoyo <b>(NUEVO)</b>  <b><u>12:30</u></b> Almuerzo  <b><u>1:00</u></b> Película</p>

