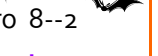


Helping Hands of Lompoc Wellness Center
513 NORTH G STREET
LOMPOC CA 93436
(805)819-0460 EXT :153



Octubre 2026

Lunes	Martes	Miercoles	Jueves	Viernes
Horario del Centro, grupos y actividades estan sujeta a cambios. 	Desayuno y Café de Martes a Viernes Verde= grupos al aire libre Modado= grupos		1 Horario del Centro 10-1pm 11-12:30pm Salud integral y banco de alimentos 	2 Abierto solo para evento 10:30-3:30pm Compras de Disfraces - Traer Dinero \$ 
5 Servicios Familiares Favor De contactar Jasmine (805)458-5487	6 Horario del Centro 8--2 10am Iniciativas Creativas 11am Reunion Comunitaria 12pm Taller de Establecimiento de Metas 	7 Horario del Centro 8--1 9:30am Ansiedad y Depresión 10:45am Enfermera de Alcance Comunitario 11:15am Caminata por el Bienestar	8 Horario del Centro 8--2 9am Manejo del Estrés 11am Clase de Cocina: Sándwiches BLT – ¡RSVP! 	9 Horario del Centro 8--2 9am Grupo de Mujeres 11am Apoyo para Trastornos Concurrentes 
12 Servicios Familiares 	13 Horario del Centro 8--2 10am Iniciativas Creativas 11am Reunion Comunitaria 12 pm confirmar su asistencia antes de Oct. 9th 	14 Horario del Centro 8--1 9:30am Ansiedad y Depresión 10:45am Enfermera de Alcance Comunitario 11:15am Caminata por el Bienestar	15 CERRADO 	16 Horario del Centro 8--2 9am Grupo de Mujeres 11am Apoyo para Trastornos Concurrentes 
19 Servicios Familiares 	20 Horario del Centro 8--2 10am Coronas de Halloween 11am Reunion Comunitaria y calendario 12pm Hacer tarjetas 	21 Horario del Centro 8--1 9:30am Ansiedad y Depresión 10:45am Enfermera de Alcance Comunitario 11:15am Caminata por el Bienestar 	22 Horario del Centro 8--2 9am Manejo del Estrés 11-12:30pm Salud integral y banco de alimentos 	23 Horario del Centro 8--2 9am Grupo de Mujeres 11am Apoyo para Trastornos Concurrentes
26 Servicios Familiares 	27 Horario del Centro 8--2 10:30am Reunion Comunitaria 11:30am Tallado de Calabazas 12 pm confirmar su asistencia antes de Oct. 23rd	28 Horario del Centro 8--1 9:30am Ansiedad y Depresión 10:45am Enfermera de Alcance Comunitario 11:15am Caminata por el Bienestar	29 Horario del Centro 8--2 9am Manejo del Estrés 11am Clase de Repostería: Musaca – ¡Se Requiere RSVP! 	30 Abierto solo para evento 11-2pm Fiesta de Halloween 