

RLC Support Groups

Ahora en Zoom!

SANTA MARIA

Porfavor llame al (805)540-9434 para mas información

Practicing Gratitude in Wellness

Lunes 10:30 A.M.

Seeking Safety

Martes 1:00 P.M.

Anxiety and Depression Support Group

Jueves 1:00 P.M.

***Coffee with Clara**

Viernes 1:00 P.M.

LOMPOC

Porfavor llamar al (805)458-2674 para mas información

***Cafecito**

Lunes
9:00 A.M.

Morning Mindfulness with Brock

Martes 9:00 A.M. – 9:30 A.M.

Bouncing Forward with Sandy

Martes 10:00 A.M.

***Diversión con Amigos**

Martes y Jueves 11:00 A.M.

Morning Mindfulness with Sandy

Jueves 9:00 A.M. – 9:30 A.M.

Grupo de Serenidad con Silvia

Viernes 1:00 P.M.

*Limited In Person Group. Please Call to RSVP a Spot.



Usted puede ser miembro del RLC llenando un formulario de referencia médica, el cuál lo puede encontrar en www.t-mha.org