

Santa Maria Wellness Center (SMWC)
225 E. Inger Drive Suite #101A
(805) 928-0139



Enero 2026

Lunes	Martes	Miercoles	Jueves	Viernes	Sabado
Por favor, llama a nuestro centro si necesitas más información sobre cómo convertirte en miembro.	Horario del Centro, grupos y actividades estan sujeta a cambios.	https://www.t-mha.org/wellness-calendars.php 	1 Cerrado <i>Feliz año nuevo</i> 	2 Horario 9-3pm 10am Apreciación de Música y Cine 11-2pm Películas y Bocadillos	3 
5 Solo con Cita Previa 12pm Grupo de Apoyo Familiar Para más información favor de conectese con Maria (805) 441-3325 	6 Horario 10-3pm No Abra Recogida de Alimentos 11-1:30pm  Embellecimiento del Centro y Almuerzo	7 Horario 9-3pm 10am Viviendo en Equilibrio 11am Gratitud y Bienestar 12:30-3pm Grupo de Horniar Pan-Pan desmorable -Favor de confirmar su asistencia	8 Horario 9-4pm No Acabando la Ansiedad 12:30-1:30pm Apreciación del Arte 5-9pm Salida de Mercado de Agricultores Favor de confirmar su asistencia y trae \$	9 Horario 9-3pm 10am Tomando Acción para la Salud Integral 11-3pm Sendero Monarch y Splash Café – ¡RSVP y requerido traer \$!	10 Abierto para Evento 10-2pm <i>Café con Amigos en SLO</i> – RSVP y \$  
12 Solo con Cita Previa 12pm Grupo de Apoyo Familiar 	13 Horario 10-3pm 11:30am Recogida de Alimentos Favor de confirmar su asistencia antes de 5pm el Lunes	14 Horario 9-3pm 10am Viviendo en Equilibrio 11am Gratitud y Bienestar 1-2:30pm Planeificación del Calendario Todos Bienvenidos 	15 Horario 9-3pm 9:30am Acabando la Ansiedad 11am Vida en Equilibrio 12:30-1:30pm Apreciación del Arte 	16 Horario 9-3pm 10am Tomando Acción para la Salud Integral 11am Simulacros y Protocolos de Seguridad	17 
19 Solo con Cita Previa 12pm Grupo de Apoyo Familiar 	20 Horario 10-3pm No Recogida de Alimentos 	21 Horario 9-3pm 10am Viviendo en Equilibrio 11am Gratitud y Bienestar 12:30-2pm Manualidades: Bola de Nieve-Favor de confirmar su asistencia 	22 Horario 9-3pm 9:30am Acabando la Ansiedad 11am Vida en Equilibrio 12:30-1:30pm Apreciación del Arte	23 Horario 9-3pm 10am Tomando Acción para la Salud Integral 11:30-2pm –Almuerzo y Fiesta de Karaoke 	24 
26 Solo con Cita Previa 12pm Grupo de Apoyo Familiar 	27 Horario 10-3pm No Abra Recogida de Alimentos 5-8pm Grupo En Español Con Banco de Comida	28 Horario 9-3pm 10am Viviendo en Equilibrio 11am Gratitud y Bienestar 1pm Caminata para el Bienestar	29 Horario 9-3pm 9:30am Acabando la Ansiedad 11am Vida en Equilibrio 12:30-1:30pm Apreciación del Arte	30 Horario 9-3pm 10am Tomando Acción para la Salud Integral	31 