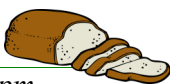




Marzo 2026

Lunes	Martes	Miercoles	Jueves	Viernes	Sabado
2 Solo con Cita Previa 12pm Grupo de Apoyo Familiar Para más información favor de conectarse con Maria (805) 441-3325	3 Horario 10-3pm 11:30am Recogida de Alimentos Favor de confirmar su asistencia antes de 5pm el Lunes 	4 Horario 9-3pm 10am Viviendo en Equilibrio 11am Gratitud y Bienestar 12:30-2pm Grupo de manualidades: Coronas de San Patricio — ¡Debe confirmar asistencia!	5 Horario 9-3pm ★★★ 9:30am Acabando la Ansiedad 11am Bienestar Nutricional 12:30-1:30pm Apreciación del Arte	6 Abierto para Evento No Abra Tomando Acción 11-4pm Museo de Arte de Santa Bárbara — Debe confirmar asistencia y traer \$	7 Abierto para Evento 10-3pm Greenhouse Coffee Shop en Arroyo Grande- Debe confirmar asistencia y traer \$\$
9 Solo con Cita Previa 12pm Grupo de Apoyo Familia 	10 Horario 10-3pm No Abra Recogida de Alimentos 11am Reunión de Bowl-A-Thon 12:30pm Elaboración de postres — Galletas (Sombreros de Duende) ¡Debe confirmar	11 Horario 9-3pm 10am Viviendo en Equilibrio 11am Gratitud y Bienestar 12:30-3pm Grupo de Horniar Pan- Pan de soda irlandés  	12 Horario 9-3pm 9:30am Acabando la Ansiedad 11am Bienestar Nutricional 12:30-1:30pm Apreciación del Arte  	13 Abierto para Evento 12-2pm Almuerzo del Día de San Patricio— ¡Confirme su asistencia! 	14 
16 Solo con Cita Previa 12pm Grupo de Apoyo Familia 	17 Horario 10-3pm 11:30am Recogida de Alimentos Favor de confirmar su asistencia antes de 5pm el Lunes	18 Horario 9-3pm 10am Viviendo en Equilibrio 11am Gratitud y Bienestar 1-2:30pm Planificación del Calendario Todos Bienvenidos! 	19 Horario 9-3pm 9:30am Acabando la Ansiedad 11am Bienestar Nutricional 12:30pm Clase de cocina: Crear un Power Bowl 	20 Horario 10-3pm No Abra Tomando Acción 10am Día de película y Bocadillos	21 
23 Solo con Cita Previa 12pm Grupo de Apoyo Familia 	24 Horario 10-3pm No Abra Recogida de Alimentos 10-12pm Embellecimiento del Centro y Almuerzo 5-8pm Grupo En Español Con/ Banco de Comida-Spanish	25 Horario 9-3pm 10am Viviendo en Equilibrio 11am Gratitud y Bienestar 12pm Reunión de Bowl-A-Thon(Todos los boleros deben asistir) 1pm Caminata para el Bienestar	26 Horario 9-3pm 9:30am Acabando la Ansiedad 11am Bienestar Nutricional 12:30-1:30pm Apreciación del Arte 	27 Horario 9-3pm 10am Tomando Acción para la Salud Integral 11am Simulacros y Protocolos de Seguridad	28 
30 Solo con Cita Previa 12pm Grupo de Apoyo Familia 	31 Horario 10-3pm 11:30am Recogida de Alimentos Favor de confirmar su asistencia antes de 5pm el Lunes	Horario del Centro, grupos y actividades estan sujeta a cambios.	Por favor, llama a nuestro centro si necesitas más información sobre cómo convertirte en miembro.		https://www.t-mha.org/wellness-calendars.php