En septiembre, te invitamos a participar en este nuevo espacio formativo online centrado en el **autocuidado como herramienta fundamental** para cuidar de los demás sin descuidarte a ti.

Impartido por: Reyes Valdés Pacheco, Psicóloga de FEDEMA
Fecha: Miércoles 10 de septiembre de 2025
Horario: De 12:00 a 12:20 h
▶ **Retransmisión online en nuestro canal de YouTube:**
https://bit.ly/3Dbdzpf

Actividad organizada por **FEDEMA** con la colaboración de la **Consejería de Salud y Consumo de la Junta de Andalucía**.

¡Porque para cuidar a otros, también necesitamos cuidarnos!