

Cuidarse no es un lujo, es una necesidad. Te invitamos a este breve taller online **AUTOCUIDADO, LA MEJOR MANERA DE AFRONTAR LA EM.**

□ Imparte: **Reyes Valdés Pacheco, Psicóloga de FEDEMA**

□ Fecha: **Miércoles 29 de octubre de 2025**

□ Horario: **De 12:00 a 12:20 h**

► **Síguelo en directo en YouTube:**

□ <https://bit.ly/3Dbdzpf>

□ Organizado por **FEDEMA**, con la colaboración de la **Consejería de Salud y Consumo de la Junta de Andalucía.**

□ ¡Dedícate 20 minutos para empezar a cuidarte mejor!



FEDEMA

Federación de Asociaciones de
Esclerosis Múltiple de Andalucía

Entidad Declarada de Utilidad Pública

Miércoles
29 de octubre de 2025
De 12:00 a 12:20 Horas

fedema.es



Talleres de Salud Emocional

AUTOCUIDADO **LA MEJOR MANERA DE** **AFRONTAR LA EM**

Reyes Valdés Pacheco
Psicóloga de FEDEMA



COLABORA



Junta de Andalucía

Consejería de Salud y Consumo

ONLINE A TRAVÉS DE

You Tube

<https://bit.ly/3Dbdzpf>