Taller sobre **EL CUIDADO EMOCIONAL EN LA EM”**. El bienestar emocional es clave para afrontar el día a día con Esclerosis Múltiple.

En este taller online abordaremos herramientas y estrategias para cuidar tu salud emocional y sentirte mejor contigo mismo/a.

 Fecha: **Miércoles 19 de noviembre de 2025**
 Horario: **De 12:00 a 12:20 h**
 En directo, online a través de su canal de YouTube https://bit.ly/3Dbdzpf

 Una actividad organizada por **FEDEMA**, con la colaboración de la **Consejería de Salud y Consumo de la Junta de Andalucía**.

 ¡Dedícate 20 minutos para conectar contigo y cuidar tu bienestar emocional!