

Siguiente **Encuentro para personas afectadas y sus cuidadores/as**, el **16 de febrero**. En esta nueva sesión abordaremos el tema: **“Rutinas de hábitos saludables”**.

Impartido por **Reyes Valdés Pacheco, psicóloga**, dirigido a familiares y personas cuidadoras, un espacio para compartir, aprender y reflexionar sobre la importancia de incorporar pequeños cambios en el día a día que favorezcan el bienestar físico y emocional.

Fecha: Lunes, 16 de febrero de 2026

Horario: De 17:00 h a 20:00 h

Plazas limitadas

Inscripción e información:

954 523 811 / 609 809 796

trabajosocialesclerosis@hotmail.com

Actividad organizada por **ASEM - Asociación Sevillana de Esclerosis Múltiple**, con el patrocinio de **Fundación Ibercaja**.

**ENCUENTRO PARA PERSONAS
AFECTADAS Y SUS CUIDADORES/AS**

TALLER “NOS vEMos”

Rutinas de hábitos saludables



**Reyes Valdés Pacheco
Psicóloga**

**Lunes 16 de Febrero
2026
17:00 h. a 20:00 h.**



ASEM
Asociación Sevillana
de
Esclerosis Múltiple

Entidad Declarada de Utilidad Pública



PLAZAS LIMITADAS

SI TE INTERESA PARTICIPAR INSCRÍBETE

**954 523 811 / 609 809 796
trabajosocialesclerosis@hotmail.com**

emsevilla.es

