

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



A S E M
**Asociación Sevillana
de
Esclerosis Múltiple**
Entidad Declarada de Utilidad Pública



Reyes Valdés Pacheco
Psicóloga

**Lunes 16 de Febrero
2026**

17:00 h. a 20:00 h.

PATROCINA



**Fundación
Ibercaja**

PLAZAS LIMITADAS

SI TE INTERESA PARTICIPAR INSCRÍBETE

emsevilla.es



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