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

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

TALLER "NOS vEMOS"

Rutinas de hábitos saludables

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