

Con motivo de la **Semana de la Esclerosis Múltiple en Andalucía**, **ASEM** y **FEDEMA** organizan una sesión especial de **Yoga Solidario**, una actividad pensada para cuidar el cuerpo, favorecer el bienestar y compartir un espacio de calma y conexión.

La sesión estará impartida por **Alexandra Leal, profesora de Yoga Vinyasa Krama**, y tendrá lugar el próximo:

☐ **Lunes, 19 de octubre**

☐ **De 11:00 a 12:00 h**

☐ **Centro Cívico Casa de las Columnas**

C/ Pureza, 79 – Sevilla

☐ Distrito Triana

☐ **Actividad gratuita hasta completar aforo.**

Una propuesta de yoga accesible y abierta a todas aquellas personas que quieran acercarse a esta disciplina y disfrutar de una hora dedicada al bienestar físico y emocional, al mismo tiempo que apoyamos la sensibilización y visibilidad de la **Esclerosis Múltiple**.

Porque cuidarnos también es una forma de avanzar juntos.

¡Te esperamos! ☐♀☐

Actividad organizada por **ASEM y FEDEMA** con motivo de la Semana de la Esclerosis Múltiple en Andalucía.

Semana de la
Esclerosis Múltiple
en Andalucía

YOGA SOLIDARIO



Alexandra Leal
(profesora de Yoga Vinyasa Krama)



Lunes
19 de octubre



11:00 - 12:00 h



Centro Cívico
Casa de las Columnas
C/ Pureza, 79 (Sevilla)
Distrito Triana



Una actividad de yoga accesible
para cuidar cuerpo y mente y apoyar
a las personas con Esclerosis Múltiple.

GRATUITO
hasta completar aforo

Colaboran:

sanofi



MERCK



NO8DO
AYUNTAMIENTO DE SEVILLA

A
Junta de Andalucía
Consejería de Servicios Sociales,
Familias e Igualdad