

SALUD Y GÉNERO

[www.admolinos.org](http://www.admolinos.org)



# MEDITANDO NOS CUIDAMOS

MARTES  
01 DE JUNIO  
HORA: DE 18H A 20H  
ONLINE (A través de zoom)  
DIRIGIDO A MUJERES MIGRANTES

Espacio para el autocuidado dirigido a mujeres que quieren potenciar la toma de conciencia de su mente y su cuerpo. A través de la meditación y la respiración conectaremos con nosotras mismas, con nuestros puntos de tensión y capacidades para liberarnos de las cargas acumuladas



Financia:



SECRETARÍA DE ESTADO DE MIGRACIONES  
DIRECCIÓN GENERAL DE PROGRAMAS DE PROTECCIÓN INTERNACIONAL Y ATENCIÓN HUMANITARIA



UNIÓN EUROPEA  
FONDO DE ASILO, MIGRACIÓN E INTEGRACIÓN

Por una Europa plural

INFORMACIÓN E INSCRIPCIONES:

697 48 93 62

[Formulario de inscripción](#)