

ASOCIACIÓN AD LOS MOLINOS

# CÓMO DISMINUIR EL ESTRÉS Y LA ANSIEDAD



Los Molinos  
Agrupación de Desarrollo

Proyecto:  
'MUJER  
INMIGRANTE'

Proyecto:  
'INTEGRANTES'



JUEVES 21 DE SEPTIEMBRE  
DE 10:00 A 12:00 HORAS



LUGAR: PRESENCIAL: E.I. LOURDES  
HERNÁNDEZ  
C/ COMANDANTE FONTANES, 8



¡APÚNTATE!  
697 489 362

[FORMULARIO INTEGRACIÓN](#)



Taller en el que, a través de actividades sencillas, se realizará un pequeño diagnóstico de la ansiedad y del estrés y se suministrarán algunas estrategias para su manejo.



MINISTERIO  
DE INCLUSIÓN, SEGURIDAD SOCIAL  
Y MIGRACIONES

SECRETARÍA DE ESTADO  
DE MIGRACIONES

DIRECCIÓN GENERAL DE ATENCIÓN  
HUMANITARIA E INCLUSIÓN SOCIAL  
DE LA INMIGRACIÓN



CON LA COLABORACIÓN DE:



Tel. 91 591 23 26  
[www.admolinos.org](http://www.admolinos.org)  
[acogida@admolininos.org](mailto:acogida@admolininos.org)

