

ASOCIACIÓN AD LOS MOLINOS

# MENTE EN CALMA: TALLER PARA LA GESTIÓN DEL ESTRÉS Y ANSIEDAD



Los Molinos  
Agrupación de Desarrollo



JUEVES 23 DE ABRIL  
DE 10:00 a 12:00 h



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



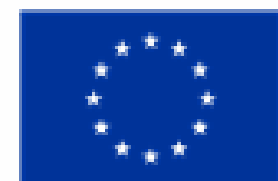
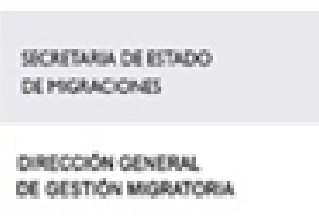
¡APÚNTATE!  
697 489 362

[FORMULARIO INTEGRACIÓN](#)



En estos tiempos tan complejos, realizamos un taller en el que, a través de actividades sencillas, se realizará un pequeño diagnóstico de la ansiedad y del estrés y se suministrarán algunas herramientas para su manejo.

Proyecto:  
'MUJER  
INMIGRANTE'  
2026



Cofinanciado por  
la Unión Europea

CON LA COLABORACIÓN DE:



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

