



La asociación ASOLID en  
colaboración con la Biblioteca  
José Hierro organiza

# Talleres de **MINDFULNESS** **Y RELAJACIÓN** para adultos

Lunes de mayo y junio de 18:30 a 20:00 h

Información e Inscripciones:

[asociacion.solidaria.local@gmail.com](mailto:asociacion.solidaria.local@gmail.com)

tfno. 919 041 469

Lugar: Biblioteca José Hierro

<https://asolid.org/contacto>