



PROGRAMA *de* DINAMIZACIÓN *de*  
MUJERES *del* MUNDO RURAL

# *Nosotras* **MISMAS**

*Taller*

**MINDFULNESS: “cómo  
*disfrutar de la vida*”**



GOBIERNO  
de  
CANTABRIA

VICEPRESIDENCIA  
DIRECCIÓN GENERAL  
DE IGUALDAD Y MUJER

**Fechas: 6-8-13-15-20-22 Octubre.**

**Horario: De 10 a 12 horas**

**Lugar: On-line , plataforma Zoom**

**Previa inscripción : [mperales@alamcia.es](mailto:mperales@alamcia.es)**

**666765098**