

NOTA DE PRENSA

"Taking one afternoon off: conectando cuerpo y mente en favor de los proyectos solidarios que impulsa [Sonrisas de Bombay](#)"

- **Una exclusiva jornada para apoyar el proyecto que la fundación impulsa desde hace más de once años para combatir la pobreza en los slums de Bombay**

El próximo 8 de diciembre podremos vivir la experiencia "[Taking one afternoon off](#)". Una oportunidad para dedicar una tarde al bienestar personal, practicando bodybalance, relajación en movimiento, meditación a través del sonido, y también para disfrutar de un delicioso tea time. De esta manera conectaremos cuerpo y mente persiguiendo un equilibrio interior, e iremos más allá del bienestar individual, ya que la jornada mira de frente a la necesidad de construir una alternativa global a la pobreza y a la necesidad de sumar esfuerzos para conseguirlo.

Juan Carlos Muñoz, vecino de Ávila y amigo y colaborador de la Fundación, nos propone disfrutar de una tarde en la que podremos viajar a Oriente a través de nuestros sentidos y contribuir al proyecto de lucha contra la pobreza que Sonrisas de Bombay desarrolla con las comunidades más desfavorecidas de la ciudad de Bombay. El restaurante "La Bruja", el Hotel "Las Leyendas" y el Centro de Fisioterapia y Kinesiología FISEDI se suman colaboran también en este evento solidario.

Actividades:

Taller de Bodybalance dirigido por Oscar Prieto experto en Anatomía del Movimiento

Relajación en movimiento guiada por Juan Carlos Muñoz

Meditación a través del sonido de los cuencos tibetanos, gongs y cuencos de cuarzo, guiada por Jesús Carrasco

Para finalizar, Tea Time con dulces caseros elaborados por el restaurante "La Bruja".

Más información:

Día: 8 de diciembre

Hora: 16:30 a 20h

Lugar: Hotel "Las Leyendas"

Donativo: 20€

Inscripciones: Juan Carlos Muñoz / avilamandala@gmail.com / 675 508 904

Presentación Juan Carlos Muñoz

Auxiliar de Rehabilitación Fisioterapéutica, Monitor de Tai Chi-Kung y Qi Gong de diferentes estilos, Maestro Reiki Usui Tibetano, Quiromasajista, Terapeuta Reflexología Podal, Terapeuta Biomagnetismo y Bioenergética, en la actualidad imparte clases de Tai Chi, seminarios y retiros de meditación.

taichiavila.wordpress.com

Sonrisas de Bombay es una ONG que centra su acción, hace ya más de once años, en la lucha pacífica contra la pobreza y por los Derechos Humanos en los barrios de chabolas, *slums*, de Bombay. La educación, la salud y el desarrollo socioeconómico son el marco principal de actuación para los proyectos.

Más allá de los proyectos realizados con las comunidades de los *slums*, la fundación impulsa campañas y acciones de sensibilización y educación para el desarrollo tanto en Bombay como en todo el territorio español, para dar a conocer y, a la vez, denunciar las vulneraciones de derechos y la exclusión que millones de personas sufren en esta ciudad.

Más de 3.000 socias y socios colaboradores apoyan este proyecto de lucha contra la pobreza.

sonrisasdebombay.org

Para cualquier consulta o para concertar una entrevista, no dudéis en contactar con el departamento de comunicación de Sonrisas de Bombay.

Contacto prensa:

Isabel Martínez Luna

Responsable de Comunicación

comunicacion@sonrisasdebombay.org

934673445 / 608522711

