



Preparatoria número 14 invita a profesores y padres de familia a participar este verano en talleres de yoga

En el próximo ciclo escolar se realizarán cursos exclusivos para los estudiantes



Fotografía: Escuela Preparatoria No. 14

La comunidad de la Preparatoria número 14 del Sistema de Educación Media Superior (SEMS) tiene la oportunidad de disminuir sus niveles de estrés, mejorar su condición física y salud emocional a través de los talleres de yoga realizados en el plantel.

El Orientador Vocacional auxiliar de la Preparatoria e instructor *yogi*, Juan Francisco Vizcaíno Rosas, destacó que la comunidad ha demostrado gran interés en los talleres que son impartidos desde hace un año.

“He visto mucho entusiasmo por parte de los docentes y los padres de familia. He recibido comentarios acerca de los resultados obtenidos después de varios meses de trabajo, uno de ellos es que algunos padres han mejorado la comunicación con sus hijos. Además, los propios alumnos refieren que sus padres se han mostrado más pacientes y dispuestos a llegar a acuerdos”, explicó.

La yoga, entre otros beneficios, eleva los niveles de memorización, concentración y abstracción, herramientas indispensables para los jóvenes bachilleres. Por ello,



Vizcaíno Rosas pretende realizar un taller exclusivo para alumnos con bajo rendimiento escolar, aunque aún no existe una fecha definitiva para ello. Sin embargo, el próximo ciclo escolar comenzará un curso-taller de yoga para alumnos en general.

Durante el periodo vacacional (del 6 de julio al 19 de agosto), los talleres se impartirán de manera gratuita los días lunes y viernes en un horario de 18:00 a 20:00 horas en las instalaciones de la Preparatoria, ubicada en la Colonia Balcones de Huentitán en Guadalajara, Jalisco. Cabe señalar que la convocatoria para este verano no será dirigida exclusivamente a la comunidad del plantel sino que estará abierta para toda la comunidad del SEMS.

El profesor destacó que las actividades de esta disciplina han sido posibles gracias al apoyo de las autoridades de la Preparatoria número 14, especialmente de su Director, el licenciado Eduardo Llerenas García.

Para mayor información sobre los talleres, se puede consultar la página www.prepa14.sems.udg.mx o escribir al correo frank_vizcaino@yahoo.com.mx.