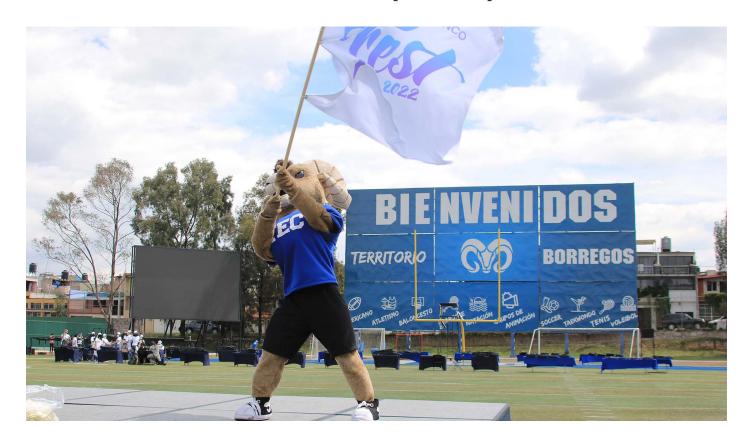
Tec Estado de México realiza festival de bienestar estudiantil (fotos)



El pasado **25 de agosto** el Tec <u>campus Estado de México</u> llevó a cabo el evento **'Punto Blanco Fest 2022'**, organizado por el área de Bienestar Estudiantil.

Entre actividades como **yoga, meditación, música** y distintos talleres, estudiantes, egresadas y egresados, colaboradores y madres y padres de familia **convivieron** en este **festival** que reunió a **más de 2 mil 400 personas.**

'Punto Blanco' es un espacio diseñado para la **introspección**, meditación y autoconocimiento, así lo explicó **Leonor Bencomo**, coordinadora del mismo.

"Es un espacio que nos ayuda a hacer un **alto en el camino, bajar la ansiedad** y tomarnos un tiempo para **reflexionar** y **meditar** en lo que es importante.

"En el Tec contamos con actividades a lo largo del semestre como **meditación y Tai Chi**, entre otras", comentó.

"Punto Blanco es el espacio que nos ayuda a bajar la ansiedad y reflexionar".

