

# Velan por la comunidad Tec



En la **Semana TQueremos** se les incita a los alumnos a que participen en actividades de **activación física, talleres de alimentación saludable, check up's médicos**, y muchas otras relacionadas con su bienestar.

Mientras, sus padres los acompañan en conferencias de relaciones familiares y **talleres de inteligencia emocional**.

También los **maestros y colaboradores reciben el beneficio**, pues también pueden asistir y ser partícipes de lo que esta semana ofrece. Además de los talleres creados para ellos en algún otro momento del semestre.

*“Estamos en la era de la felicidad. La psicología positiva es algo que tenemos que reforzar continuamente”*, opina **Gabriela Rodríguez**, directora del departamento de Desarrollo y Tutorío de PrepaTec.

**La psicología positiva** es una corriente que busca el equilibrio para desarrollarse de manera óptima. **Busca el bienestar emocional, mental y físico.**

*“Tenemos que retomar el darle un significado a la vida”*, comentó Gabriela Rodríguez.

Cada semestre varían las actividades según el enfoque en el semestre. *“Este año abarcó más áreas”*, contó a CONECTA la coordinadora del departamento de Bienestar y Consejería, **Patricia Elizondo**, destacando potenciar a PrepaTec como una comunidad positiva.

Cada semestre se dedica un espacio para el **Día RULER, el modelo de inteligencia emocional de la Universidad de Yale en convenio con PrepaTec**. Así también un taller de éste para que

los padres lo conozcan y sepan como apoyar a sus hijos.

Lee también:

*"Después de que se dieron a conocer todos los servicios y que tuvimos las actividades, **ha aumentado la demanda de eso servicios**", aseguró Patricia Elizondo. Acércate a Bienestar y Consejería y conoce todo lo que pueden ofrecer.*