

Así se vivió la semana saludable en Chihuahua



Daniela Rubio | Campus Chihuahua

Durante la semana del 5 de marzo, el departamento de Bienestar y Consejería se encargaron de poner al alcance de la comunidad Tec conferencias, talleres de baile, stands de *checkups* biométricos y stands de diagnóstico de capacidades funcionales para poder diagnosticar su estado de salud, los cuales recibieron casi 850 personas de la comunidad Tec e invitados.

En su quinta edición, el Tec invitó a instituciones externas a que se sumaran a esta causa, a la que respondieron: Fundación CIMA, IMSS, Fundación SAMADHI y el DIF municipal.

Aunado a lo anterior, durante la semana de la salud se llevaron a cabo una serie de conferencias relacionadas a la salud, tanto física como mental, dentro de las que destacaron: ¿Cómo está tu salud emocional? Realizada por Miriam Tiscareño, presidente de la Fundación CIMA, ¿Cuándo se convirtió esto en una adicción? y ¿Cómo saber cuándo mi hijo necesita ayuda? Estas dos últimas impartidas por Javier González de la Fundación SAMADHI.

El departamento de Liderazgo y Vivencia en conjunto con Grupos Estudiantiles apoyó en la Semana Tec Vive Saludable con los talleres que se impartieron. Asimismo, el grupo PRIDE se encargó de promover la salud mental, invitando a los alumnos al primer Grupo de Apoyo del campus, el cual tiene como objetivo crear un espacio seguro para todos y todas aquellos que estén interesados.

La respuesta por parte de la comunidad Tec fue muy placentera. Alumnos, profesores y trabajadores pudieron recibir diagnósticos de salud gratuitos e informarse de la importancia de la

salud tanto física como mental. El ser innovador y emprendedor es importante, pero el bienestar de su gente siempre será prioridad para el Tec de Monterrey.