

Comunidad Cervantina de Copiapó se reunió en jornada de Bienestar

EDUCACIÓN. El evento contó con la participación especial de maestros provenientes de Rishikesh, India, quienes guiaron a padres, alumnos y funcionarios en una mañana de conexión y tranquilidad.

En un ambiente de profunda armonía y compromiso con la salud integral, el Colegio Cervantino llevó a cabo el pasado sábado 18 de abril la “Gran Jornada de Bienestar Cervantino en Familia”. La actividad, que se extendió desde las 10:00 hasta las 12:00 horas en las instalaciones del establecimiento, logró convocar a 43 asistentes, destacando una alta participación de apoderados junto a sus hijos e hijas.

La jornada fue diseñada como un espacio de nutrición emocional y física para toda la comunidad educativa, permitiendo a los participantes desconectarse de la rutina diaria y fortalecer los vínculos familiares a través de disciplinas milenarias.

UNA EXPERIENCIA DESDE LA RAÍZ

Lo que hizo única a esta edición fue la presencia de relatores de renombre internacional. La instrucción estuvo a cargo de Fiorella Cosignani y el maestro Arvind Gusain, provenientes de Rishikesh, India –ciudad reconocida mundialmente como la capital del yoga-. Ambos lideran el Anadi Yoga Centre Español, y aportaron su vasto conocimiento en una sesión que guió a los asistentes desde niveles iniciales.

Durante las dos horas de jornada, los asistentes vivieron una experiencia integral que incluyó Yoga con movimientos suaves de movilidad, Pranayamas para calmar el sistema nervioso mediante la respiración y Meditación para el enfoque mental. El encuentro culminó con un vibrante Kirtan, elevando la energía de la comunidad a través del canto de mantras.

COMPROMISO CON LA CONVIVENCIA

La organización del evento estuvo liderada por Macarena Arancibia, encargada del Área de Bienestar, y Luis Vázquez, encargado de Convivencia Escolar del Colegio Cervantino. Ambos destacaron la importancia de generar estos hitos dentro del calendario escolar para promover un clima de respeto y autocuidado.

“Ver a familias completas, desde los más pequeños hasta los adultos, compartiendo un espacio de silencio y respiración consciente, reafirma nuestro compromiso con una educación integral que va más allá del aula”, señalaron desde la organización.

Con esta exitosa convocatoria, el Colegio Cervantino se posiciona como un referente local en la integración de prácticas de bienestar dentro de su proyecto educativo, dejando la puerta abierta para futuras jornadas que sigan fortaleciendo el espíritu de la familia cervantina en la capital regional.



FOTOS: COLEGIO CERVANTINO

LA ACTIVIDAD DESARROLLADA DURANTE EL ÚLTIMO FIN DE SEMANA EN EL COLEGIO CERVANTINO CONGREGÓ A 43 ASISTENTES ENTRE APODERADOS E HIJOS.



FUE UN ESPACIO MONITOREADO DE NUTRICIÓN EMOCIONAL Y FÍSICA.



LA JORNADA FUE GESTADA POR LOS ENCARGADOS DE CONVIVENCIA ESCOLAR.



LA ACTIVIDAD INCLUYÓ SESIONES DE YOGA, MEDITACIÓN Y ENFOQUE MENTAL.