

## Taller de Tai Chi Kung "Eterna Primavera" con Inés Gómez

Este sábado 23 de julio, la Quinta Tomorokoshi, ubicada en la calle Flandes de La Fuente, municipio Antolín del Campo, será el escenario del taller de Tai Chi Kung "Eterna Primavera".

La actividad estará a cargo de la instructora Inés Gómez y se efectuará de 3:30 p.m. a 6:30 p.m.

En el encuentro se impartirán nociones de Chi Kung (I), Nei Kung

(II), Tai Chi (III) y Meditación Taoísta (IV).

El término chino "Chi Kung" alude a una diversidad de técnicas habitualmente relacionadas con la medicina china tradicional, que comprenden a la mente, a la respiración y al ejercicio físico.

El chi kung se practica, generalmente, con objetivos orientados al mantenimiento de la salud, pero también en algunos casos, especialmente en China se puede prescribir con objetivos terapéuticos específicos.

Según las tradiciones budista y taoísta, de donde procede en gran parte, es un método para alcanzar la iluminación.

El Tai Chi enfatiza el alineamiento, la respiración y la relajación, ayudando a desarrollar el bienestar personal.

Además, esta disciplina tiene incidencia directa sobre la salud, pues actúa en órganos internos, músculos, densidad ósea, articulaciones (rodillas, tobillos, lumbares), cartílagos, capacidad pulmonar, equilibrio, coordinación y flexibilidad.

Los requisitos para participar en la actividad son: vestimenta cómoda, zapatos planos, cojín o estera. Información por el teléfono (0414)-794-1591.



El Tai Chi Kung es una alternativa para mejorar la salud y aumentar el bienestar.



### COLABORACIÓN.

Manuel Sáinz, Jhonatan Rodríguez, Adolfo Cubas e Ilse Salinas celebraron con los pequeños y pequeñas en su día.

## Un día para disfrutar la alegría de ser niños y niñas

**Cincuenta pequeños** del Programa de Seguridad Social de StopVIH festejaron su día en Marina Kids, acompañados por invitados especiales, voluntarios y familiares.

**P**ara celebrar el día de los más pequeños de la casa, la organización StopVIH organizó el evento "Regálale a un niño un día especial" en los espacios del parque Marina Kids de La Vela Centro Comercial.

Además de los voluntarios habituales de la ONG insular, la actividad contó con la participación del periodista Manuel Sáinz y el actor Adolfo Cubas, ambos parte de la plantilla del canal Venezvisión, y las reinas de belleza Ilse Salinas y Maya Freites.

Los cincuenta pequeños y pequeñas que padecen el VIH, fueron los protagonistas de la velada. Unos saltaron en los trampolines, mientras otros disfrutaron de los videojuegos. Los pintacaritas también formaron parte de este día de celebración.

Al final de la velada, se entregaron a los participantes los juguetes y la ropa recolectados por los voluntarios durante los últimos días con motivo de esta celebración.



### ALEGRÍA.

Los pintacaritas fueron una de las atracciones preferidas por los niños participantes.



### DIVERSIÓN.

Los niños y niñas disfrutaron de los videojuegos en Marina Kids.

### CIFRAS

## Menores y VIH

Hasta el 31 de marzo de este año, el conteo oficial de casos de VIH en Nueva Esparta se ubicó en 1.608, de los cuales 97 corresponden a niños, niñas y adolescentes.

Los tratamientos adecuados, administrados a tiempo, impiden en gran medida que el virus se transmita de madre a hijo durante el nacimiento.

FOTOS TANYA MILLÁN