

Mujeres Privadas de la Libertad reciben capacitación en manejo de las emociones y reducción de estrés

De: Boletines Comunicación Social Zacatecas <comunicados@godezac.com.mx>

Enviado: sábado, 30 de abril de 2022 05:55 p. m.

Para: Comunicacion Respaldo GODEZAC <comunicacionrespaldo@hotmail.com>

Asunto: Boletín 1342: Mujeres Privadas de la Libertad reciben capacitación en manejo de las emociones y reducción de estrés

- ***La capacitación denominada “Técnicas de Relajación” la imparte personal del CECATI***

Zacatecas, Zac., 30 de abril de 2022.- Derivado del acuerdo de colaboración entre la Secretaría de Seguridad Pública del Estado del Zacatecas y el Centro de Capacitación para el Trabajo Industrial Número 81 (CECATI), se dio inicio a un curso de capacitación que beneficiará a mujeres que cumplen alguna sentencia en el Centro Regional de Reinserción Social Femenil (Cerereso) y Centro de Internamiento y Atención Integral Juvenil (CIAIJ).

Lo anterior, en atención a grupos vulnerables como lo son las Personas Privadas de la Libertad, a quienes, como parte del convenio entre ambas instituciones, se les imparte el curso “Técnicas de Relajación” de la especialidad Estilismo y Diseño de Imagen.

El curso es dirigido a 60 mujeres de entre 15 y 65 años de edad, que se encuentran en los centros antes referidos y se imparte de manera virtual, en horario de 11:00 a 13:00 horas, durante los días lunes y martes,

con una duración de 30 horas.

A través de este taller, las PPL aprenderán autocontrol emocional, mejorando estados de ansiedad, con técnicas que ayudan a reparar el estrés, angustia, obsesiones y disminuir la ira, buscando un equilibrio con las herramientas ofrecidas.

Asimismo, adquirirán habilidades para prevenir el incremento de estrés y la relajación pueda ser provocada voluntariamente, lo que las llevará a obtener un dominio suficiente para reducir la alteración emocional, impactando de forma positiva en cada persona que adquiere estas habilidades.

La Secretaría de Seguridad Pública, a través de la Subsecretaría de Prevención y Reinserción Social, promueve este tipo de actividades enfocadas en el fortalecimiento de los procesos de reinserción en todo el Sistema Penitenciario Estatal, favoreciendo derechos inherentes como la capacitación, que a su vez propicia una efectiva reinserción social.

