

A photograph showing a woman in the foreground hugging another person. The woman has her eyes closed and a serene expression. In the background, other people are visible, slightly out of focus, suggesting a public gathering or event. The text 'Inaugura Tec Puebla el espacio de reflexión Punto Blanco' is overlaid on the image in white, bold font.

Inaugura Tec Puebla el espacio de reflexión Punto Blanco

Con la meta de fomentar el reconocimiento de la dignidad, la tolerancia y la paz, el **Tecnológico de Monterrey campus Puebla** inauguró **Punto Blanco**, espacio de cultivo para el silencio y reflexión, que busca alimentar la dimensión espiritual de las personas.

*“Es un punto de encuentro inclusivo, **abierto a pensamientos y filosofías distintas**, con el objetivo común de conectar con uno mismo desde el autoconocimiento y aquello que no es evidente”* explicó **Jorge Francisco Rocha Orozco**, director del Tec campus Puebla.

En la inauguración de **Punto Blanco** estuvo presente como invitada especial **Liliana Ortiz Pérez**, presidenta del Patronato del Sistema Municipal para el Desarrollo de las Familias (DIF) de Puebla Capital.



“Vivimos en un mundo demasiado rápido, estresante, que nos exige demasiado a todos (...) les felicito porque los estudiantes y la comunidad educativa tendrán este espacio de encuentro consigo mismo y también con el otro”, reflexionó Ortiz.

Punto Blanco se caracterizará por:

- Potenciar el desarrollo de la dimensión espiritual en la comunidad Tec, a través de la práctica del silencio y la reflexión para el encuentro personal, y
- Generar espacios accesibles para la comunidad que permitan priorizar la práctica del silencio, reflexión y el encuentro.

Vinculación con la sociedad poblana

Punto Blanco también se perfila como espacio de vinculación con la comunidad poblana; podrán participar personas con proyectos a través de actividades como talleres y diálogos de introspección, expresó **Angélica Figueroa Saldaña, líder de Consejería Emocional.**



*“Tenemos la dicha de aperturar en **Puebla** (...) **cualquier aportación, intención o idea que los poblanos quieran compartir** para enriquecer las agendas, serán de vital importancia para darle vida y un sentido de trascendencia”.*

Por su parte la presidenta del **DIF** comentó que el **Tec de Monterrey** cuenta con **5 mil horas** asignadas, para participar con **Punto Blanco** como soporte para la ciudadanía.

*“Esto qué pasa aquí es algo tan importante que también **lo estamos llevando a los parques rehabilitados de la ciudad de Puebla** (...) aprendemos a respirar, el manejo de emociones y a reaprender a vivir la vida de una forma diferente y ser agentes de paz”.*

Liliana Ortiz compartió que la ciudadanía encontrará materiales sobre salud mental en la página web **Equilibrate**, a la cual se puede acceder desde la liga: pueblacapital.gob.mx



80 aniversario del Tec y 20 de campus Puebla

El director general del campus Puebla **Jorge Rocha** aclaró que la inauguración de **Punto Blanco** llegó en un momento importante, al cumplirse **80 años de la fundación del Tecnológico de Monterrey** y **20 del campus Puebla**.

*“Toca en un momento muy especial, hay aspectos que son evidentes; **tenemos un gran modelo educativo** como institución, una alta exigencia académica y lo vivimos todos los días **a través del gran trabajo que realizan nuestros profesores y estudiantes**”.*

El director invitó a la comunidad en general a **abrirse espacios personales** en la creación de hábitos **enfocados al bienestar con sentido crítico**, y experimentar lo que a través de **Punto Blanco** las personas podrán desarrollar a nivel individual y grupal.

"Es necesario auto liberarnos de forma consciente y tomar decisiones que nos permitan la construcción de hábitos saludables".- Jorge Rocha.

*"Es el espacio adecuado para motivar e impulsar el florecimiento humano (...) vivimos en un mundo acelerado, exigente y demandante; **es necesario auto liberarnos de forma consciente** y tomar decisiones que nos permitan la construcción de hábitos saludables".*

Para finalizar, **Jorge Rocha** señaló que desde su fundación, el **Tec de Monterrey** fue pensado como **una institución centrada en las personas.**

*"Es una institución de personas por y para personas, **Punto Blanco** es un ejemplo más de la generación y puesta en marcha de valores y principios sólidos para la comunidad".*

TAMBIÉN QUERRAS LEER: