

Xalapa, Ver. A 24 de Junio de 2025.

Participa personal CEDHV en “Taller de Autocuidado”



Servidoras públicas de oficinas centrales de la Comisión Estatal de Derechos Humanos (CEDHV) participaron del “Taller de Autocuidado” impartido por la Q.F.B Rossana Castellanos Oliveros.

La actividad fue coordinada por la Secretaría Ejecutiva del organismo estatal en coordinación con la Unidad para la Igualdad de Género, con la finalidad de promover acciones de autocuidado en las féminas.

En el auditorio Ernesto Luna Duarte, la ponente Castellanos Oliveros destacó la relevancia de que las mujeres deben aceptarse tal como son, pues de esa forma podrán poner énfasis en las acciones que contribuyan de manera cotidiana a su autocuidado.

“No olvidar las responsabilidades hacia nosotras mismas, esta parte de ser suficientes, aceptarnos tal cual somos y aplicar herramientas que nos ayuden tales como la meditación... sobre todo en un área como en la que trabajan ustedes que son los derechos humanos”.

Yeralding Sánchez Morales titular de la Unidad para la Igualdad de Género de la Comisión Estatal fue la responsable de entregar el reconocimiento de participación a la ponente.