

Respuestas y consultas a [doloresjujuy@yahoo.com.ar](mailto:doloresjujuy@yahoo.com.ar)

Queridxs danzarines:

Ya falta menos para que podamos reciclar y reciclarnos, como lo venimos haciendo en cada Festival. ¡Que felicidad!

¡Después de meses de bailar online SE ABRE LA POSIBILIDAD DE GENERAR EL CIRCULO REAL! la parálisis que genero *el miedo queda atrás y la libertad* de encontrarnos de cuerpo presente **LLEGÓ!**

CONFIANDO en el marco respetuoso y cuidadoso, hasta el detalle, que nos es propio en estos encuentros.

¡PRESENTES en total conciencia de nuestra responsabilidad de mantener ese espíritu vivo!

El gran círculo eleva la frecuencia de la vibración energética y la expande.

El gran círculo permite el FLUIR DE LA ALEGRÍA de corazón a corazón nutriéndonos e irradiando en redor. ¡No hay nada más potenciador de nuestro sistema inmunológico!

La alegría es la energía del corazón y se encuentra en las antípodas del miedo (saberes de la Medicina tradicional china) y es en el corazón donde enraíza nuestra mente.

Reforzando la información para quienes seremos parte, va este formulario que nos ayuda a actuar con conciencia de los cuidados (responder el día 7/02):

- Tenes o tuviste fiebre, dolor de garganta, tos o dificultad respiratoria en los últimos días?
- Tenes o tuviste pérdida de olfato y/o gusto?
- Estuviste en zonas de transmisión local de Covid 19 en los últimos 14 días?
- Estuviste en contacto con casos confirmados o sospechosos de Covid 19 en los últimos 14 días?

El uso correcto del barbijo evita contagiar (siendo positivo) y ser contagiado, así como la higiene respiratoria (la practicaremos todas las mañanas con la técnica del Zhi Neng Qi Gong) y el frecuente lavado de manos.

A DANZARRRRRR!

Mensaje de la Dra. Lolita Rubio:

Durante el período de la pandemia Covid 19 estoy participando de un grupo de terapeutas que acompañamos la recuperación de la salud de pacientes infectados con excelentes resultados. Lo estamos haciendo de manera virtual con ejercicios del Zhi Neng Qi Gong. Se trata de un sistema novedoso y simple creado en los años 80 por el Dr. Pang He Ming en China y que hoy está siendo practicado en todo el mundo. Al inicio de la pandemia nuestro maestro (Master Zhen) difundió ejercicios para la prevención de las complicaciones. Posiblemente nos toque encontrarnos a danzar en el Festival sin haber superado totalmente la circunstancia pandémica por lo que me gustaría ofrecer talleres diarios de Práctica de Zhi Neng Qi Gong que incluirán ejercicios desarrollados para la prevención del Covid.