

**ALICIA EXTREME DANCE ACADEMY**

The Outlet Mall, 2do nivel, Edif. Caribbean Cinemas, Canóvanas, PR

787-256-7717 [www.axdapr.com](http://www.axdapr.com)

**AXDA News: Regresar a la Normalidad...**

Es un aspecto que nos ocupa a todos... sin embargo, ¿qué es regresar a la normalidad?, ¿qué es normalidad en estos tiempos? Con esta premisa en mente, debemos poner en perspectiva como hacemos que la normalidad se encuentre en nuestro entorno, no basado en elementos externos. En estos tiempos de incertidumbre, nos encontramos bajo muchas presiones y decisiones por tomar; y es normal sentirnos abrumados; pero, si nos detenemos un momento con la atención plena y analizamos como podemos crear la normalidad en nuestro entorno, podemos sacarle provecho a este tiempo desde una perspectiva de positivismo y perseverancia. Quizás compartiendo más con los nuestros dentro del hogar, creando momentos inolvidables con nuestros hijos y formando parte activa de su aprendizaje y de sus actividades o simplemente disfrutando de un tiempo para nosotros a través de actividades que nos gusten hacer.

En AXDA nos sentimos comprometidos con la salud de nuestra comunidad y hablamos de salud física, pero sobre todo emocional; ya que necesitamos fomentar en nuestros hogares el positivismo y el ver este tiempo como una oportunidad, que sirve para enseñarle a los más pequeños que seguimos adelante y que está en nosotros disfrutar cada momento, sin importar, los aspectos que no podemos controlar en el exterior.

Sabemos que son momentos de reflexión y de poner en perspectiva lo que es importante para nuestras familias; poniendo como primer aspecto la salud y la estabilidad en nuestros hogares. En AXDA nuestro norte siempre ha sido proveer de servicios educativos que apelen a las necesidades de la comunidad, por ello, en estos momentos nos encontramos ofreciendo cursos desde el hogar a través de las clases en línea, con el fin de mantener a la comunidad enfocada hacia el positivismo, la perseverancia, el dinamismo y con la atención hacia la salud tanto física, pero sobre todo en estos tiempos, la salud emocional.

Estamos muy orgullosos de ver a las familias de nuestros alumnos disfrutando en casa con sus hijos y haciéndose parte del proceso de aprendizaje. Es una oportunidad de reconectarnos con ellos de una forma sana y divertida, sin tener que salir de casa. Sin dudas, mantener la salud física y emocional es sumamente necesario para poder operar apropiadamente, ante la cantidad de retos que estamos viviendo, no solo para el adulto, sino también para los niños y jóvenes que serán los adultos del mañana; así que estás invitado a conocer más sobre nuestros cursos y unirse a nuestra gran familia o más aún, compartir lo positivo que estamos realizando con tu comunidad para el beneficio de otros.

¡Salud es vivir!