

**88.7**  
 RADIO BILINGUE  
*Sintoniza todos los*  
*Miércoles a las 8:00 am*



**Con Raquel Villa y Julio Camargo**

Visite  
[www.kxoradio.com](http://www.kxoradio.com)  
 para radio transmisiones a petición.

FECHA:	TEMA:	ORADOR INVITADO:
Semana del 6 de marzo	<p><b>Los Beneficios De La Música En La Salud Mental</b>            (Originalmente transmitido en febrero del 2016)</p> <p>La música, trae beneficios tangibles y medibles para el funcionamiento de la mente y se han demostrado resultados muy positivos en el estado de los pacientes de salud mental. La recuperación se puede medir, con un antes y después, de establecer el programa de música dentro de el Centro de Recuperación.</p>	<p><b>Sergio Alberti</b>            Colaborador Musical            Centro de Recuperación            ICBHS – El Centro</p>
Semana del 13 de marzo	<p><b>Yoga y Salud Mental</b>            (Originalmente transmitido en agosto del 2015)</p> <p>El yoga mejora el estado psicológico y mental puesto que ayuda a reducir la ansiedad y la depresión en las personas. El yoga también ayuda a aumentar la memoria y mejorar la concentración. Puede prevenir la aparición de problemas de salud mental, que son frecuentes durante la adolescencia. La instructora y fundadora de Shiwido™ Yoga, Sofia Puerta, se une a nosotros para introducirnos a el yoga y sus beneficios en la salud mental.</p>	<p><b>Sofia Puerta Webber</b>            Terapeuta de yoga,            instructora de aptitud física,            escritora y editora            Fundadora de Shiwido™            San Diego</p>
Semana del 20 de marzo	<p><b>Familias en Crisis: Una Vista Desde el Banco Tribunal</b>            (Originalmente transmitido en enero del 2015)</p> <p>Los años de servicio judicial han dado a El Honorable Juez Ulloa una perspectiva única sobre la fortaleza inherente, los desafíos y las vidas de los habitantes del Condado de Imperial frente a los impactos de las crisis familiares.</p>	<p><b>El Honorable Juan Ulloa</b>            Juez de la Corte Superior de California            del Condado Imperial</p>
Semana del 27 de marzo	<p><b>La Terapia Ecuestre y la Salud Mental</b></p> <p>La terapia ecuestre ofrece beneficios físicos, sociales y espirituales a las personas con discapacidades. Para aquellos que tienen discapacidades cognitivas y/o de comportamiento, las habilidades de comunicación pueden mejorar a través de la interacción con el caballo y el instructor. El Departamento de Salud Mental tiene un programa continuo de terapia ecuestre para adolescentes y adultos jóvenes. Únase a nosotros mientras hablamos con la supervisora Dalia Pesqueira acerca del programa local.</p>	<p><b>Dalia Pesqueira</b>            Supervisora Programa de Adolescentes y Adultos Jóvenes            ICBHS – El Centro</p>

