



yogainclusivocostarica



Yoga es para todos



El cuerpo es el templo
del Alma



Práctica, práctica,
práctica ... y todo llega



Para practicar Yoga
solo necesitas ...

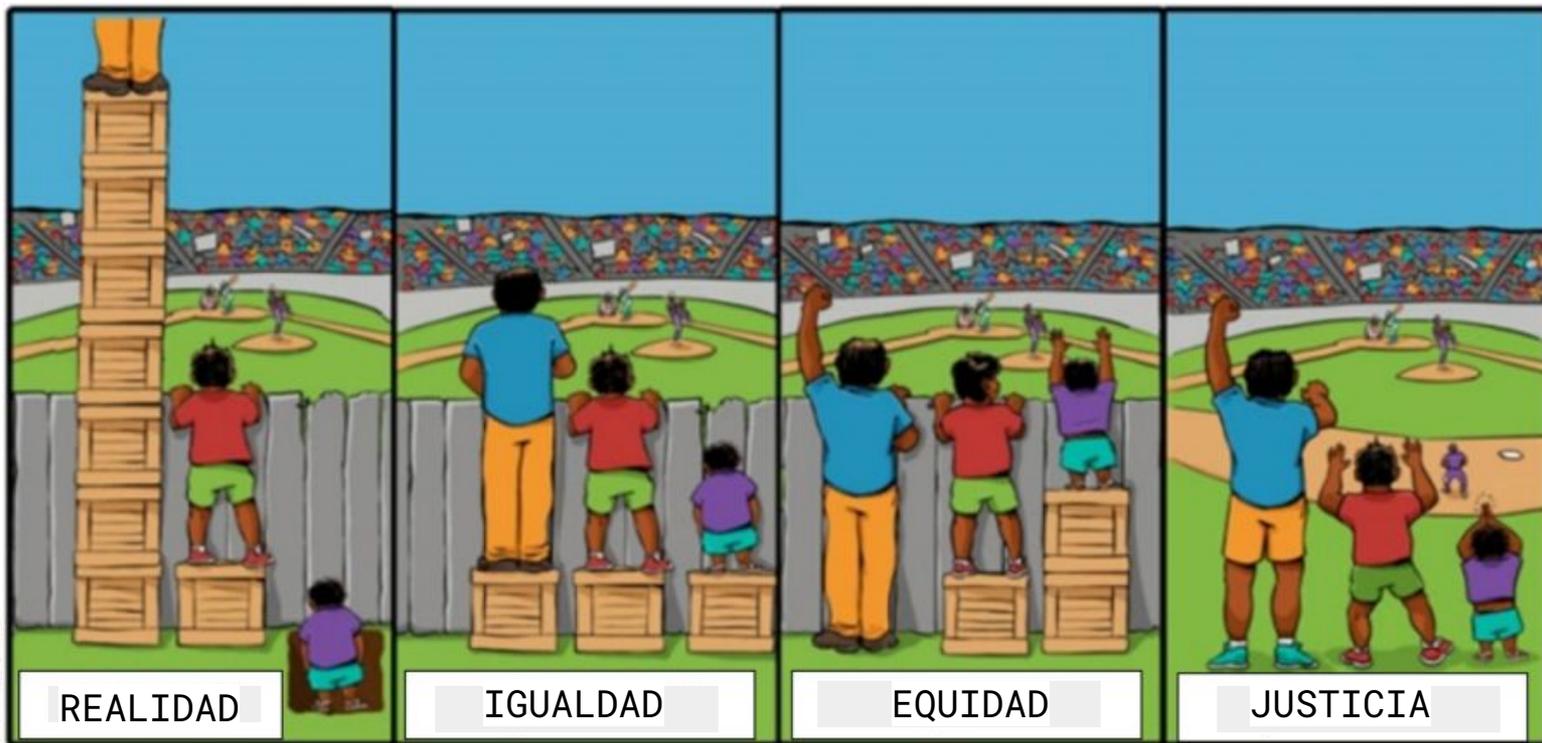


El Yoga se adapta
a las personas y no,
las personas al Yoga.



Comprendiendo conceptos





Realidad

Es aquello que realmente existe y se desarrolla, contiene en sí mismo su propia esencia y sus propias leyes, así como los resultados de su propia acción y desarrollo.



Igualdad

Condición o circunstancia de tener una misma naturaleza, cantidad, calidad, valor o forma, o de compartir alguna cualidad o característica.





Inclusión

Es un enfoque que responde positivamente a la diversidad de las personas y a las diferencias individuales, entendiendo que la diversidad no es un problema, sino una oportunidad para el enriquecimiento de la sociedad a través de la activa participación en la vida familiar, en la educación, en el trabajo y en general en todos los procesos sociales, culturales y en las comunidades.





Equidad

La equidad implica la capacidad de ser justos partiendo del principio de la igualdad, pero considerando las necesidades individuales y las circunstancias de cada persona.



Justicia

La justicia es un conjunto de valores esenciales sobre los cuales debe basarse una sociedad y el Estado. Estos valores son el respeto, la equidad, la igualdad y la libertad.



Posicionalidad

Experimentar el mundo «en términos de género, raza, clase, sexualidad y otros ejes de diferencia social» implica diferentes posicionalidades.



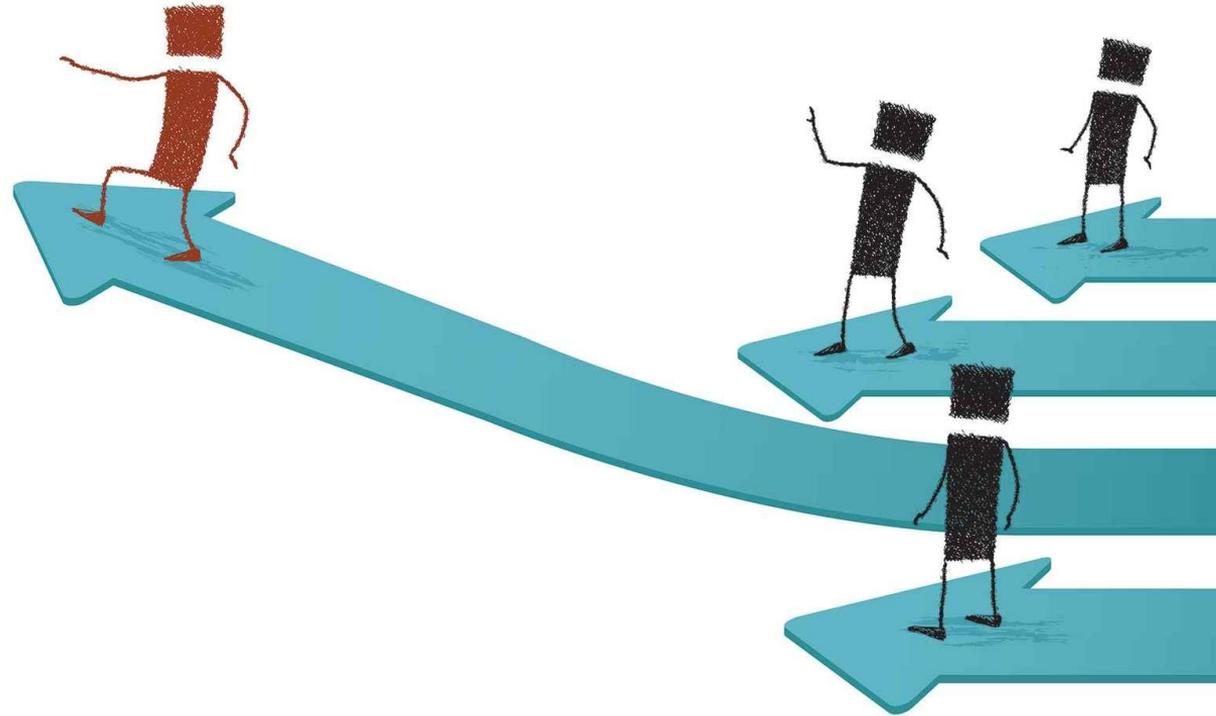
Poder

Es la capacidad de un individuo (que esté en el poder político) para influir en el comportamiento de otras personas u organizaciones sociales.



Privilegio

La condición de ventaja atribuida a una persona, grupo de personas, territorios por concesión de un superior o por una determinada circunstancia.



Prejuicio

Un juicio u opinión, generalmente negativo, que se forma sin motivo y sin el conocimiento necesario. Supone tener una actitud negativa y hostil hacia una persona que identificamos como perteneciente a un grupo, por el simple hecho de pertenecer a ese grupo.



Estereotipo

Se refiere a una imagen pre-estructurada y generalmente aceptada por la mayoría de las personas, una imagen que es formada a partir de una concepción estática sobre características generalizadas por la comunidad, aunque no necesariamente sea verdadera.





Opresión

Es el acto de oprimir, sofocar, presionar, someter, ya sea a una persona, a una actitud o a una comunidad. La opresión también puede ser el uso de la violencia para demostrar la autoridad, los actos de tiranía, y es un término bastante asociado a los países, a los gobiernos, a la sociedad, etc.



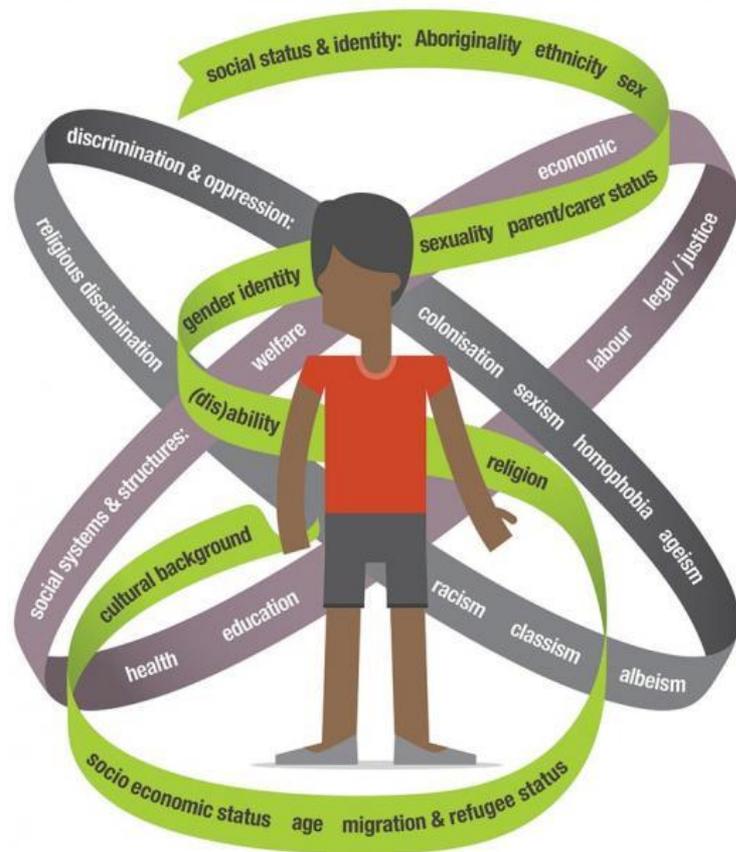
Coerción

Presión ejercida sobre alguien para forzar su voluntad o su conducta



Interseccionalidad

Es una herramienta para el análisis, el trabajo de abogacía y la elaboración de políticas, que aborda múltiples discriminaciones y nos ayuda a entender la manera en que conjuntos diferentes de identidades influyen sobre el acceso que se pueda tener a derechos y oportunidades.





yogainclusivocostarica

