



En la Agencia Municipal de Santa María Ixcotel, siendo las 11 horas con 05 minutos del día 21 de febrero del dos mil veintitrés, reunidos en las instalaciones del Archivo General del Estado de Oaxaca, sita en la Calle los Pinos esquina Avenida Canteras S/N del municipio de Santa Lucía del Camino, Oaxaca; La C. Ita Yetzi Navarro López, Coordinador de la Mesa Temática Sectorial de Adultos Mayores, acompañado por el C. Alberto Palacios Arango, en su calidad de Moderador y el C. Víctor Hugo García Pacheco, como relator de la Mesa referida, acompañados por representantes de la sociedad civil, instituciones académicas y de los gobiernos federal y estatal, de acuerdo con la lista de asistencia anexa.

Todos con el objetivo de participar en el proceso de trabajo convocado en respuesta a los compromisos establecidos en la Ley Estatal de Planeación sobre la elaboración y formulación del Plan Estatal de Desarrollo, de acuerdo con el siguiente:

Orden del día

- 1.- Registro de asistencia.
- 2.- Instalación y presentación de la mecánica de la mesa.
- 3.- Presentación de integrantes.
- 4.- Ponencias.
- 5.- Sesión de preguntas y respuestas.
- 6.- Integración de conclusiones.
- 7.- Lectura y firma de la relatoría.
- 8.- Cierre de la mesa.

Desarrollo de la reunión

1.- Registro de asistencia

Se anexa lista de participantes.

2.- Instalación y presentación de la mecánica de la mesa.

El C. Alberto Palacios Arango, Moderador de la Mesa Temática Sectorial de Personas Adultas Mayores, instaló la mesa y describió el proceso de trabajo de la misma ante los asistentes.

3.- Presentación de integrantes.

Los asistentes e integrantes de la Mesa, se presentaron destacando su nombre, procedencia y el objetivo de su participación.

4.- Ponencias.

El Moderador de la Mesa, solicitó a los ponentes registrados para participar en la mesa, sus intervenciones, reiterándoles los compromisos y requerimientos señalados en la mecánica de trabajo

Ponente Psicólogo Juan José Ricardez López.....ponencia adultez mayor (el yo)

Estructura de identidad de uno mismo.....

Madurez del físico.....



5.- Sesión de preguntas y respuestas.

De acuerdo con la mecánica definida y una vez concluidas las ponencias, se abrió una ronda de preguntas y respuestas entre los integrantes de la Mesa Temática Sectorial, con el objetivo de estimular la participación y profundizar en los temas correspondientes al tema tratado.

Proyecto de niños y adultos

Ejercicio

Actividad física y convivencia social

Le funciona bien el club la relaja

Paseos fuera de su comunidad

Terapia acuática para personas adultas hacer un espacio.

Talleres de canto y declamatoria

Taller de manualidades

Taller de baile

Juegos para ellos

Cursos y talleres

Apoyo a tareas

Viajes

Festejos de cumpleaños

Instructores físicos y de baile

Maestros de repostería

Presidenta DIF San Sebastián Tutla: apoyo con capacitadores, programa de reencuentro familiar (pasaportes, visas)

Ver por los adultos mayores de bajos recursos apoyarlos.

Apoyos con médicos especialistas en adultos mayores.

Dir de salud de Sto Domingo Tehuantepec.....tomar en cuenta en todas las actividades.....

Dir de planeación en la universidad tecnológicas de valles centrales.....la salud mental de los adultos mayores a base de la gimnasia cerebral.

6.- Integración de conclusiones.

Con el objetivo de validar las conclusiones de mayor relevancia, el Moderador realizó un recuento de las mismas. Los integrantes de la mesa las enlistaron en orden de prioridad. Las 5 conclusiones que se ubicaron en los primeros lugares se propondrán para su lectura en la sesión plenaria de cierre:

1. espacios para activación física...
2. viajes culturales
3. apoyos en movilidad (transporte público)
4. programa de reencuentro familiar
5. espacios para lectura

7.- Lectura y firma de la relatoría.

El Moderador procedió a dar lectura a la propuesta de relatoría, para validación de los integrantes de la mesa. Posteriormente ésta fue firmada.

8.- Cierre de la mesa.

El Coordinador de la mesa, agradeció las participaciones y dio por concluido el proceso de trabajo de la Mesa Temática. Asimismo, invitó a los integrantes a participar en la sesión plenaria.



Madurez psicológica.....
Duelo por el cuerpo... facultades de nuestro cuerpo...
Actividades y estrategias para evitar el sedentarismo....
El narcisismo en la adultez.....
La identidad de las personas mayores se construye entre todos....

Ponencia Lic. Luis Alberto Hdez Pérez.... corazón de niño en cuerpo adulto...
Video motivacional.....
Actividad con globo preguntas y respuestas.....
Actividad con globo preguntas y respuestas.....
Margarita Petrona..... un recuerdo feliz de sus infancia..... cuando convivía con sus papas....
aprendió mucho y sobre todo el respeto...
La travesura más grande que hizo de niña..... salir a escondidas a una fiesta
Amado... que te gustaba jugar cuando eras niño..... trompo
Que permanezca el entusiasmo de aprendizaje...
La juventud es una actitud.....
Semejanzas de adulto y un niño.... amar y sentirse amados..... atención y
cuidado... alimentación..... necesidad de ser feliz....
Beneficio de un corazón de niño..... mejora emocional, física.

Ponencia Lic. Javier Rodríguez Pérez..... derechos adultos mayores....
La etapa adultez no es una etapa de decadencia.....
Los conocimientos adquiridos.... experiencia... vida
Que hacer para mejorar la calidad de vida ... la sociedad... vs tecnología..
Áreas de caminar, nadar.... ejercitarse..
Dejar que los adultos mayores tengan sueños.....
Realizar la propuesta....

Ponencia Lic. Saúl Quiroz Arroyo.... la importancia de la socialización....
La socialización promueve la actividad física, de salud....
Necesidades sociales.... pertenecer a la familia, un grupo de amigos, grupos de iglesia.. etc.....
Herramientas:
La rueda de la vida..... Espiritual, crecimiento personal, estudios y negocios, familia, salud, amigos,
recreación, amor y retribución....
Debemos poner atención a los puntajes menores.....
Las habilidades del buen trato.... prevención de la violencia....
Apego y amor.... cercanía con los otros....
Identidad... se construye con el crecimiento...
Reconocimiento.... necesidad de ser valorados...
Comunicación efectiva.... decir en forma correcta lo que sentimos o pasa....
Convivencia pacífica...
Relaciones interpersonales
Negociación.... acuerdos con nuestro entorno....

Ponencia Lic. César Yair Hurtado Hdez.... actividad física en el adulto mayor.....
Activación física..... relajamiento..... estiramiento...
Porque disminuyen nuestras capacidades con la edad....
Definición de actividad física....
Definición de ejercicio.....
Definición de deporte.....
Definición de sedentarismo...
Envejecimiento activo o satisfactorio....
Beneficios de la actividad física.....

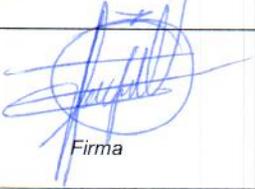
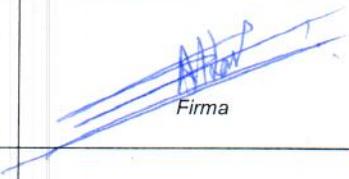
Organización RESCATANDO LAS RAICES DE MI PUEBLO
Pro adultos mayores...
Ver las necesidades de los adultos mayores....
Escuelas en Medios digitales....
Captar adultos mayores que tengan algún conocimiento para ser maestros en medios digitales...



OAXACA
GOBIERNO DEL ESTADO

UN PUEBLO TRANSFORMANDO
SU HISTORIA

Plan Estatal de
Desarrollo
2022-2028

 Firma	 Firma	 Firma
<i>Ita Yetzi Navarro López</i>	<i>Alberto Palacios Arango</i>	<i>Victor Hugo Garcia Pacheco</i>
Coordinador de Mesa	Moderador	Relator