

# CONSTRUYENDO Oaxaca

Oaxaca de Juárez, Oax. | MARZO 9 | 2020

## Protege Administración derechos de la mujer

Pág. 8



En el marco de la conmemoración del Día Internacional de la Mujer, Germán Espinosa Santibáñez refrenda el acompañamiento del gobierno de Alejandro Murat Hinojosa para seguir impulsando acciones que logren el pleno empoderamiento de las mujeres oaxaqueñas y trabajadoras

Niñas y niños del Teletón disfrutaron de parques públicos

Pág. 2

Necesario tomar servicios médicos y de nutrición antes de ejercitarse

Pág. 3

NUESTRAS HISTORIAS



Págs. 4-5

Mujeres... para crecer hay que vencer el miedo: Emma Meneses



Pág. 6

Oaxaca se suma al circuito turístico aéreo del Sureste

El gobernador Alejandro Murat y el secretario de Turismo federal, Miguel Torruco, inauguraron el vuelo de Aeromar a Tuxtla Gutiérrez

Más 100 infantes gozaron de la presentación especial "Viajemos al Espacio" en el Planetario Nundehui, además de convivir en el parque Ciudad de las Canteras

## Niñas, niños y jóvenes del Teletón disfrutaron de parques públicos



Niñas, niños y jóvenes con discapacidad del Club "Amigos del Teletón" disfrutaron de las instalaciones de parques y espacios públicos bajo resguardo de la Secretaría de Administración, donde vivieron momentos de alegría.

En un ambiente de sano esparcimiento, más 100 infantes gozaron de la presentación especial "Viajemos al Espacio" en el Planetario Nundehui, donde descubrieron los principales misterios del Sistema Solar y el Planeta Tierra. Durante 40 minutos, inmersos en un domo de 360 grados, conocieron las particularidades de los diferentes astros y las características de otros objetos astronómicos que giran alrededor del Sol.

Con asombro, las niñas, niños y jóvenes tuvieron un acercamiento a la ciencia, la

cultura y datos importantes sobre el Universo, al tiempo gozaron de un momento de recreación, diversión y relajación en compañía del equipo del Teletón y el capital humano que labora en este emblemático espacio.

Cabe resaltar que el Planetario Nundehui cuenta con instalaciones accesibles, acondicionadas con un elevador para personas con discapacidad, así como rampas de fácil acceso para su entrada y salida.

Asimismo, las y los integrantes del Club "Amigos del Teletón" convivieron en el parque Ciudad de las Canteras, donde disfrutaron del atractivo carrusel eléctrico en una atmósfera de inclusión, paseo en el que estuvieron acompañados por melodías que hicieron ameno el momento.

Durante la visita recorrieron las diferentes áreas de las instalaciones de este espacio, para concluir con dinámicas y juegos en la fuente danzarina.

Estas acciones forman parte del Eje I: Oaxaca Incluyente con Desarrollo Social, establecido por el gobernador Alejandro Murat Hinojosa. Con esta iniciativa, el titular de Administración, Germán Espinosa Santibáñez, garantiza el acceso y aprovechamiento de estos espacios para toda la población oaxaqueña.



## Invita Polideportivo a tomar servicios médicos y de nutrición antes de ejercitarse



*El propósito es prevenir mareos, desmayos o lesiones que puedan generarse a lo largo de la actividad física*

Especialistas que se encargan de brindar los servicios gratuitos de nutrición y asistencia médica del Polideportivo Venustiano Carranza invitaron a la población oaxaqueña a realizarse chequeos antes de comenzar a ejercitarse, con el fin de obtener mejores resultados y prevenir lesiones que puedan generarse a lo largo de la actividad física.

Al respecto, la encargada del servicio médico, Estefany Altamirano Ríos, señaló que este tipo de orientación previo a la práctica del ejercicio permite conocer el estado de salud de la persona. Recalcó que no es necesario ser un deportista de alto rendimiento para sacar provecho de estas medidas, ya que toda la población que quiera iniciarse en estas actividades debe acercarse para prevenir lesiones.

Esta asistencia, disponible de 7:00 a 13:00 horas de lunes a viernes, consta de conocer los antecedentes familiares o personales, así como la toma de presión y talla. Con esta información, los instructores establecen parámetros para la ejecución acertada de ejercicios, logrando que las personas obtengan todos los beneficios posibles.

Asimismo, Pamela Suárez Valverde, quien brinda orientación nutricional de 7:00 a 12:00 horas de lunes a viernes y sábados de 9:00 a 13:00 horas, explicó que este servicio también es vital para complementar la rutina de las y los usuarios.

Antes de iniciar con el régimen deportivo, la nutrióloga hace un test para conocer el estilo de vida, peso, talla y lleva a cabo una bioimpedancia, que sirve para conocer el porcentaje de agua, de grasa corporal, masa muscular y otros aspectos necesarios para la evaluación.

"Con estas medidas, mujeres y hombres mejoran su salud y su alimentación. No sólo les beneficia en su rendimiento, sino que cambia por completo su estilo de vida", dijo. "Esperamos que se acerquen, porque es una opción gratuita y muy importante que pone el Polideportivo al alcance de las y los oaxaqueños". Cabe resaltar que este espacio también ofrece atención psicológica de 7:00 a 15:00 horas de lunes a sábado, para complementar la salud de las y los oaxaqueños. La psicóloga Susana Cabrera López, encargada de las consultas, explicó que la salud mental es vital para mantener un estado de bienestar que permita a las personas conocer sus capacidades y afrontar los retos del día a día.

Con estos servicios gratuitos, la Secretaría de Administración a cargo de Germán Espinosa Santibáñez, suma acciones para mejorar la salud de la población oaxaqueña en espacios públicos, incentivando el deporte y una cultura de bienestar físico y mental, todo como parte del Eje I: Oaxaca Incluyente con Desarrollo Social del Plan Estatal de Desarrollo del gobernador Alejandro Murat Hinojosa.



# Mujeres... para crecer hay que vencer el miedo: Emma Meneses

Emma Meneses Cruz es la encargada de monitorear una de las cisternas abastecedoras de agua potable en Ciudad Administrativa. Para ello, varias veces al día, recorre el cuarto de bombeo subterráneo, asegurándose que todo funcione a la perfección.

Es una tarea delicada -reconoce- pues hay que conocer muy bien cada proceso que se realiza en el sistema. Ha sido su paciencia y valentía, la clave para desarrollar esta actividad con total seguridad.

A la hora establecida, Emma se dirige al cuarto de bombeo ubicado bajo uno de los patios del complejo. Poco a poco desciende por la escalera de metal, sus botas cafés pisan con cuidado cada uno de los 15 escalones. Concentrada, comienza a tomar nota de los indicadores; revisa niveles de cisternas y la presión en los hidros y registra con precisión horarios y características.

## La dedicación y valentía de Emma destaca en la Coordinación de Servicios y Mantenimiento de Ciudad Administrativa



"Obviar un dato puede significar una futura falla en el sistema y desabasto del servicio para los edificios, lo cual sería muy grave", confiesa.

Con orgullo, Emma platica que esta actividad la realizaba su padre cuando formaba parte de la Coordinación de Servicios y Mantenimiento de la Secretaría de Administración. "Él fue el primero que me explicó cómo funcionaban las bombas, me guió y confió en que podría realizar el trabajo".

Al principio tenía miedo -señala al recordar el día en que la asignaron al área de Mantenimiento- pero en este último año he aprendido que las mujeres debemos atrevernos a superar nuestros límites y dejar de pensar que hay actividades imposibles.

"Necesitamos tener claro que si no vencemos el miedo, no podemos crecer. Los estereotipos nos limitan, nos cierran la oportunidad de aprender cosas nuevas. Hay que atreverse a saber, el conocimiento siempre nos va enriquecer".



Emma reconoce el apoyo de sus compañeros de trabajo, quienes asumen las tareas que requieren de un mayor esfuerzo físico o conocimiento técnico sobre las bombas y los hidros. "Aceptar la ayuda de mis compañeros para mí no es una debilidad, sino una manifestación de equidad y responsabilidad compartida en el servicio".

"Hago todo con precaución y responsabilidad, porque mi labor aquí es importante, pero tengo otro quehacer en casa para mí insustituible: soy mamá y mis hijos necesitan de mi compañía y ejemplo".

No puede evitar sonreír al mencionar los comentarios de sus dos hijos adolescentes sobre su actividad. "Se sorprenden de verme entrar al cuarto subterráneo y hacer cosas que antes no conocía. Les he demostrado que hay que asumir los retos, aventarse a hacer aquello que nos va a dejar algo bueno".

"Estoy satisfecha de haber decidido quedarme aquí. Conforme ha pasado el tiempo me ha interesado más este trabajo. Deseo concluir una carrera profesional y después de trabajar aquí, he pensado seriamente que podría ser una ingeniería, pero ya veremos".



El gobernador Alejandro Murat Hinojosa y el secretario de Turismo federal, Miguel Torruco, inauguraron el vuelo de Aeromar Tuxtla Gutiérrez-Oaxaca y Oaxaca-Tuxtla Gutiérrez

## Oaxaca se suma al circuito turístico aéreo del sureste de México

El gobernador Alejandro Murat Hinojosa y el secretario de Turismo del Gobierno de México, Miguel Torruco Marqués, inauguraron el vuelo Aeromar Tuxtla Gutiérrez-Oaxaca y Oaxaca-Tuxtla Gutiérrez, mediante el cual la entidad formará parte de un circuito turístico aéreo integrado por otras ciudades del sureste de México.

Esta ruta contará con seis operaciones a la semana, de lunes a sábado, con una capacidad de 72 pasajeros cada uno; lo que permitirá una oferta promedio mensual de mil 858 asientos adicionales.

El jefe del Poder Ejecutivo reconoció el apoyo del Gobierno de México encabezado por el presidente Andrés Manuel López Obrador, para integrar a Oaxaca en este circuito turístico conformado también por las ciudades de Mérida, Yucatán; Villahermosa, Tabasco; así como Tapachula y Tuxtla Gutiérrez, Chiapas, que permitirá tener más mundo en Oaxaca y más Oaxaca en el mundo.

“Lo que queremos es que haya mayor inversión para Oaxaca”, afirmó, al tiempo de aseverar que esta nueva ruta también forma parte del fortalecimiento de la conectividad aérea que su gobierno ha impulsado desde el inicio de su administración.

En este sentido reconoció al presidente de Aeromar, Zvi Katz, por apostarle al país y a Oaxaca para seguir compartiendo su historia y cultura con el mundo.

De esta manera, Murat Hinojosa destacó el respaldo del Gobierno Federal para detonar el desarrollo de la entidad oaxaqueña a través de importantes proyectos como las supercarreteras que conectarán a las regiones del Istmo y la Costa con la ciudad capital, y el Proyecto Interoceánico que detonará el crecimiento económico del sureste del país.

“Esta fortaleza de infraestructura que nos está dando el presidente, permitirá escribir una nueva página en la historia de Oaxaca, entre el antes y el después, porque el desarrollo ya no va a parar”, dijo. En su oportunidad, el secretario de Turismo federal, Miguel Torruco Marqués, celebró la apertura de esta nueva ruta aérea, encaminada a fortalecer al sureste de México.

De esta manera, Torruco Marqués reconoció al gobernador de Oaxaca, prestadores e inversionistas por este esfuerzo para concretar este circuito turístico, que -dijo- redundará en mayor inversión en cuartos de hotel.



Al acto asistieron el titular de la Secretaría de Turismo del Estado (Sector Oaxaca), Juan Carlos Rivera Castellanos; el presidente de Aeromar, Zvi Katz; el director comercial de Aeromar, Juan Rosselló; así como el comandante del Aeropuerto por parte de la Agencia Federal de Aviación Civil, Arturo Mota Domínguez y el presidente nacional de la Asociación Mexicana de Agencias de Viajes, Eduardo Paniagua.

## Fomenta Administración espacios laborales incluyentes y libres de discriminación



En apego a los criterios de inclusión y desarrollo social instruidos por el gobernador Alejandro Murat Hinojosa, la Secretaría de Administración implementa una estrategia de prevención y eliminación de la discriminación en los entornos laborales.

A través de la ponencia Hablemos de Discriminación, personal de esta dependencia comprendió las diferentes manifestaciones de la exclusión en los espacios públicos y privados, así como las consecuencias en la salud emocional de quienes la viven.

En primer término profundizaron en el significado de la discriminación, al considerarla como un comportamiento social que segrega y vulnera los derechos de un grupo o persona. Enumerando sus formas más comunes como son la apariencia física, identidad sexual, ideología religiosa, género, condición económica y capacidades físicas e intelectuales. La ponente Ana Luz Pacheco Gómez, capacitadora de la Unidad de Desarrollo Profesional, ejemplificó algunos casos de segmentación con la finalidad de que las y los asistentes pudieran identificarla en su vida diaria.

Durante poco más de una hora de plática y reflexión, mujeres y hombres de la Secretaría de Administración establecieron el compromiso propio para superar los estereotipos, principales causantes de la discriminación, y generar actitudes más incluyentes y efectivas tanto en el servicio público como en la vida diaria.

Cabe mencionar que la Secretaría de Administración, encabezada por Germán Espinosa Santibáñez, cuenta con una Política de Igualdad Laboral y No Discriminación, aplicable en todas las áreas de la dependencia estatal para garantizar el respeto a las diferencias individuales de las y los servidores públicos.

## HOMBRES FEMINISTAS

*¡Claro que un hombre puede ser feminista! Más si entiende que el feminismo es la lucha por la igualdad entre hombres y mujeres; o bien, un movimiento de cambio social que pretende que las mujeres tengan los mismos derechos, oportunidades y resultados.*

*Ante esto, algunos ya lo son y muchos pueden serlo sin que sea necesario ponerles etiquetas. Y es que los hombres deberían entender como principal elemento, el porqué de la lucha feminista en esta sociedad desigual, en la que sólo ellos tienen una serie de privilegios políticos, económicos, laborales y sociales.*

*Es por esto que el movimiento feminista necesita la participación del hombre como parte de la solución para alcanzar la igualdad de género. Hace falta un pequeño esfuerzo para ver más allá, para entender que la igualdad no está conseguida en ningún nivel. Por otra parte, es necesario también visibilizar que la violencia que sufren las mujeres, en cualquiera de sus manifestaciones, no puede ser un problema exclusivo de las víctimas, sino una cuestión que afecta a toda la sociedad.*

*Ser un hombre feminista es reflexionar que no es un modelo que odia a los hombres o que pide condiciones especiales para las mujeres, sino una ideología que reclama que más de la mitad del planeta tenga los mismos derechos y oportunidades. Supone la solidaridad del hombre. Supone interiorizar que es persona, antes que hombre o mujer.*

*Por eso, es importante que gobierno y sociedad sigan trabajando en la implementación de acciones que incluyan la participación masculina como parte de la solución para alcanzar una igualdad de género real.*



“La mujer es vital para la transformación y el desarrollo del estado”, precisó el secretario de Administración, Germán Espinosa Santibáñez, en el marco de la conmemoración del Día Internacional de la Mujer que se celebra este 8 de marzo.

En entrevista, el servidor público refrendó el acompañamiento del gobierno de Alejandro Murat Hinojosa para seguir impulsando acciones que logren el pleno empoderamiento de las mujeres oaxaqueñas y trabajadoras, a través de políticas diseñadas para este sector tan importante en la vida pública, social y económica del estado.

## Unos esfuerzos de la Administración para salvaguardar los derechos de la mujer

“Para que la política de género funcione es primordial que los varones nos sumemos a las acciones que impulsa el Gobierno del Estado para erradicar la violencia de género y trabajemos juntos para lograr la igualdad, un esfuerzo que compromete a todas y todos”, dijo en el marco de las actividades que se realizan en la Secretaría de Administración para reforzar el crecimiento de la mujer en todos los ámbitos.

Espinosa Santibáñez añadió que esta Secretaría multiplica acciones reales en apoyo a las mujeres trabajadoras, a través de programas, cursos y talleres que permiten seguir empoderando a la mujer no solo en sus áreas de trabajo, sino también a nivel personal y familiar, para fortalecer a la sociedad oaxaqueña.

En este marco, la conferencista Magda Pazos Ortiz presentó la plática ‘Soy de la Generación Igualdad: Por los Derechos de las

Mujeres’ en el Auditorio Aurelio Valdivieso para conmemorar el Día Internacional de la Mujer, el cual fue declarado por la ONU el 8 de marzo de 1957, día en que se conmemora la lucha de la mujer por su participación dentro de la sociedad, su emancipación y desarrollo íntegro como persona. En una sala llena de mujeres y hombres, Magda Pazos refirió que el tema del Día Internacional de la Mujer de este año es Soy de la Generación Igualdad: Por los Derechos de las Mujeres, por lo que convocó a las y los participantes a salvaguardar las garantías individuales y los derechos conquistados a través del tiempo del sector femenino.

La conferencia fue organizada por la Unidad de Desarrollo Profesional de esta dependencia y sirvió para concientizar al sector masculino sobre la importancia de tener una sociedad libre de violencia de género, así como que mujeres y hombres tenemos los mismos derechos y por tanto las mismas oportunidades. Durante el taller, la conferencista se apoyó de materiales audiovisuales y dinámicas que sirvieron para reforzar la lucha contra la erradicación de la violencia, además de enfatizar que se requiere la voluntad de las compañeras y compañeros por igual para tener una sociedad que dé paso al humanismo y la fraternidad.

Las y los servidores públicos conocieron que la violencia tiene cuatro vertientes: Física, económica, psicológica y sexual, ante lo cual Magda Pazos pidió practicar los valores del respeto, solidaridad y empatía entre mujeres y hombres. Cabe mencionar que esta actividad se suma al ciclo de conferencias que se están llevando a cabo en el ‘Mes de la Mujer’, mismas que pretenden generar conciencia entre la base laboral de la Secretaría de Administración para contribuir a un ambiente libre de violencia de género y acoso.

