



CONSTRUYENDO 

Oaxaca

AÑO 2 | No. 14

Oaxaca de Juárez, Oax. |

MAYO 04 |

2020

SANEAN CENTRAL DE ABASTO



Sanitizan la Central de Abasto

Se entregaron más de 500 caretas y 15 mil cubrebocas a locatarios y compradores

Pág. 2



Trabajadora comparte 5 alternativas para el entretenimiento infantil en casa

ACTIVIDADES INFANTILES

Pág. 6



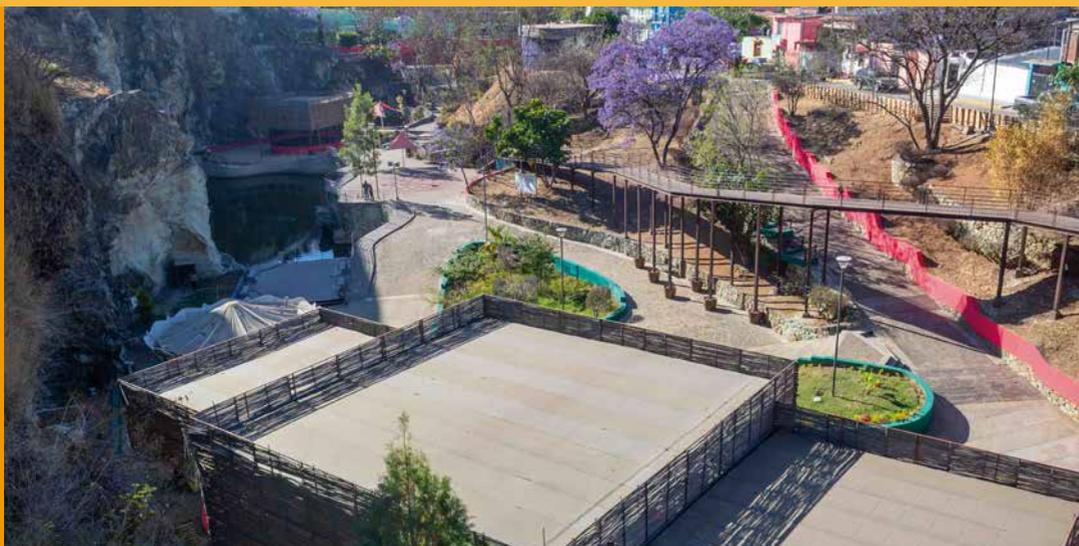
Pág. 3

Llama Murat a 'no bajar la guardia' ante el COVID 19

El gobernador instó a la población a no dejar de lado las acciones sanitarias para prevenir el coronavirus

En el marco del Día Internacional del Trabajo, el gobernador Alejandro Murat Hinojosa se reunió con representantes de la Sección 22 del SNTE, en donde reiteró su compromiso de trabajar con respeto y cordialidad por el fortalecimiento de la educación pública, desde su posición de aliado de las y los maestros.

ESPACIOS PÚBLICOS



Ciudad de las Canteras: Paisaje cultural de la Verde Antequera

Este espacio --bajo resguardo de la Secretaría de Administración-- surtió de material pétreo la construcción de edificios y calles del Centro Histórico

Págs. 4-5

Por instrucción del gobernador AMH se sanitiza la Central de Abasto



Se entregaron más de 500 caretas y 15 mil cubrebocas a locatarios y compradores



Por instrucción del gobernador Alejandro Murat Hinojosa, iniciaron las tareas de limpieza, desinfección y entrega de caretas protectoras y cubrebocas en la Central de Abasto, como parte de las acciones preventivas para evitar la propagación del COVID 19.

En este lugar --considerado el centro comercial más grande del estado-- personal de los Servicios de Salud de Oaxaca (SSO), de la Secretaría de Seguridad Pública de Oaxaca (SSPO), de la Coordinación Estatal de Protección Civil de Oaxaca (CEPCO) y de la Secretaría de Economía, encabezaron estas acciones para la mitigación de contagios por el coronavirus, entregando más de 500 caretas y 15 mil cubrebocas a locatarios de este espacio.

Al ser calificada como una zona de alto riesgo de contagios por la cantidad de

personas que se concentran en el mercado, personal de dichas dependencias recorrieron este lugar para hacer entrega también de alcohol en gel, cubrebocas y equipo de limpieza, además de exhortar a las personas para que apliquen las medidas básicas de prevención como el lavado de manos, el estornudo con la parte interna del codo y la sana distancia.

De igual forma, elementos del Heroico Cuerpo de Bomberos participaron en las tareas de sanitización y limpieza de zonas estratégicas de este lugar, así como en lugares aledaños como las riberas del río Atoyac, a fin de que los comerciantes y compradores puedan realizar sus actividades siguiendo los protocolos

sanitarios establecidos para esta pandemia. En estos trabajos participaron también las y los comerciantes, quienes agradecieron al Gobierno del Estado la implementación de estas medidas que contribuirán a evitar los riesgos de contagios por el coronavirus. Acciones de prevención que se suman a los realizados desde el pasado mes de febrero en este sitio.

Llama Murat a 'no bajar la guardia' ante el COVID 19



El gobernador Alejandro Murat Hinojosa reconoció la disciplina con la que la mayoría de personas en Oaxaca han asumido las acciones de aislamiento y sana distancia para evitar las infecciones por COVID 19. Por ello llamó al pueblo de Oaxaca a "no bajar la guardia", ya que según las autoridades sanitarias del país, vienen semanas cruciales en el nivel de contagios, además por el repunte que en los últimos días ha reportado el estado.

En este contexto, el gobernador agradeció y reconoció el trabajo que realiza el personal de Salud en cada uno de los hospitales, clínicas y centros de salud, para coadyuvar en el bienestar de las y los oaxaqueños. Asimismo, pidió a las personas ser respetuosas de cada uno de ellos, ya que son quienes velan por la salud y cuidados de las y los pacientes.

REDOBLARÁN ACCIONES PARA EVITAR CONTAGIOS

El jefe del Poder Ejecutivo del Estado también informó que se redoblarán los operativos de proximidad social, realizados a través de las corporaciones de Seguridad Pública, Protección Civil y de los Servicios de Salud de Oaxaca (SSO) para seguir invitando a la ciudadanía a quedarse en casa y continuar con las indicaciones de aislamiento que se han establecido.

Asimismo, señaló que la Secretaría de Movilidad (Semovi) inició la reducción de rutas y horarios del transporte público de la capital, con el propósito de evitar en lo posible la movilidad de personas. De igual manera, el gobernador agradeció el respaldo de la mayoría de las y los presidentes municipales que han acatado las disposiciones sanitarias, así como los decretos emitidos para la reducción de contagios por COVID-19.

GOBIERNO DE OAXACA OTORGARÁ CANASTAS ALIMENTARIAS

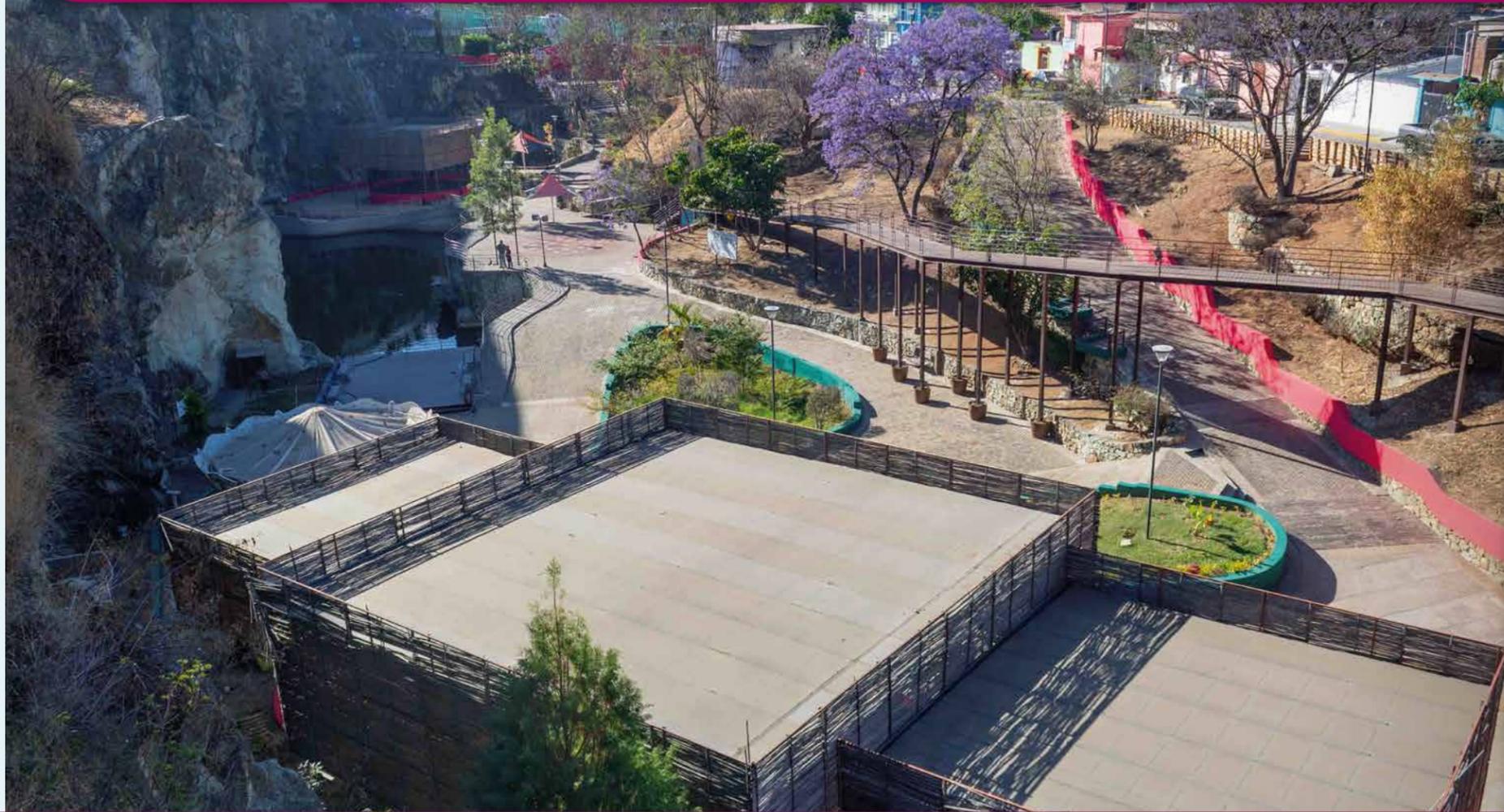
Como parte de las acciones que emprenderá el Gobierno de Oaxaca a favor de los sectores vulnerables, el Ejecutivo del Estado informó que iniciará la entrega de Canastas Alimentarias, con el propósito de coadyuvar en la economía de las familias oaxaqueñas que más lo requieran. Dijo que este programa recorrerá los municipios del estado, enfocándose a las comunidades y familias que demandan de este apoyo alimentario con mayor prontitud.

DURANTE LA CONTINGENCIA SEGUIMOS PROMOViendo LA IGUALDAD

#EnContingenciaSeguimosContigo



Ciudad de las Canteras: Paisaje cultural de la Verde Antequera



Con el paso de los años y buscando el mayor aprovechamiento de las familias, el parque Ciudad de las Canteras fue acondicionado con áreas verdes y recreativas como pista de atletismo, un andador flotante, palapas, un carrusel infantil, además de destinar un área de almacenamiento para plantas de reforestación. Además, se determinó un espacio exclusivo para la práctica de talleres de desarrollo humano y actividades de fomento a la salud, como yoga y zumba, así como de esparcimiento infantil: el Bosque del Deporte.

La Ciudad de las Canteras también albergó en sus instalaciones al estadio de fútbol "Benito Juárez" y actualmente ha abierto sus puertas al Centro Cultural y de Convenciones de Oaxaca y al Archivo General del Estado de Oaxaca, éste último premiado por su excelente arquitectura. La contingencia sanitaria por el COVID-19 hizo una pausa en la actividad de los parques y espacios públicos bajo el resguardo del Gobierno del Estado; sin embargo, el personal de la Secretaría de Administración, encabezada por Germán Espinosa Santibáñez, continuará con su protección para que cuando la emergencia termine, estén listos para recibir a sus visitantes con instalaciones seguras y en óptimas condiciones.

En Santa María Ixcotel se encuentra uno de los espacios más representativos en la historia de la capital. Se trata de la Ciudad de las Canteras, bajo resguardo de la Secretaría de Administración del Gobierno del Estado, un área natural que recibió mantenimiento preventivo antes de que la contingencia sanitaria por COVID-19 obligara a cerrar sus instalaciones al público que a diario la visita.

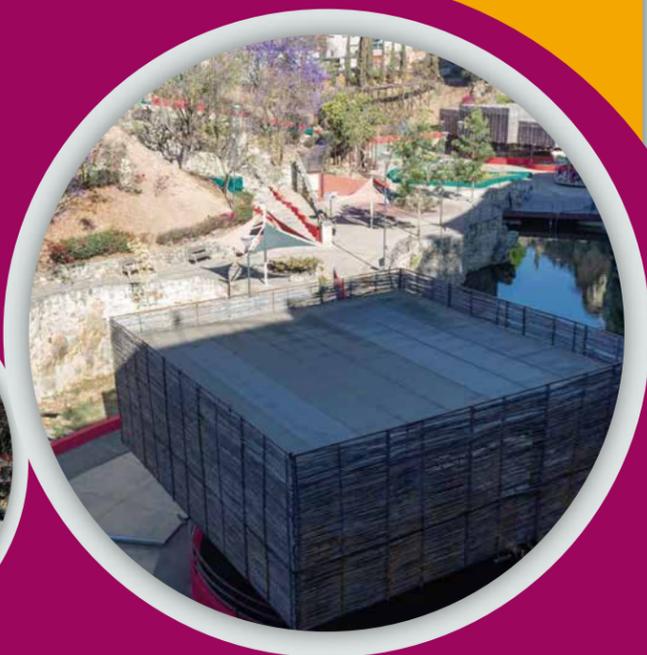
De esta manera se dio mantenimiento a los aparatos deportivos, el barrido y riego de áreas verdes, además se llevó a cabo la colocación de luminarias en la parte norte del bosque, mismas que benefician y dan seguridad a las familias que habitan por la zona, trabajos que estuvieron a cargo de la Coordinación de Espacios Públicos Recreativos de esta Secretaría.

La Ciudad de las Canteras es un extraordinario parque rodeado de verdes tonalidades, cuyos yacimientos dieron vida a joyas arquitectónicas de Oaxaca hace más de 300 años.

Esta cañada centenaria fue rehabilitada y convertida en un espacio público en el año 1988 por el Gobierno del Estado. A partir de entonces ha recibido en sus andadores y áreas verdes a miles de familias oaxaqueñas, organizaciones, asociaciones civiles y turistas, quienes disfrutaban libremente de sus atractivos que lo han convertido en un paisaje cultural de nuestra ciudad. Al visitar este espacio es imposible no sorprenderse por el monumental muro de cantera que emerge desde una laguna y la vista tan imponente que ofrece a todos sus paseantes.

Mientras caminas o descansas bajo la sombra de los framboyanes, jacarandas, cedros, laureles y bugambilias, te acompaña el canto de las aves que habitan en este parque que cumplirá 32 años de su construcción. Aquí se alberga parte de la memoria de la Verde Antequera. Su pedregal rocoso sirvió para construir edificios como la Catedral o el Museo de los Pintores Oaxaqueños (Mupo); por ello, el personal de la Secretaría de Administración toma con absoluta seriedad la tarea de propiciar su mejoramiento y conservación.

Este espacio --bajo resguardo de la Secretaría de Administración-- surtió de material pétreo la construcción de edificios y calles del Centro Histórico



Comparte Administración 5 alternativas para el entretenimiento infantil en casa



Para aprovechar los espacios de tiempo disponibles y estimular las habilidades del pensamiento de niñas y niños durante la etapa de confinamiento, Dulce Elena López Rodríguez, integrante del Departamento de Diagnóstico y Seguimiento de la Secretaría de Administración, dio a conocer cinco recomendaciones que se pueden practicar en casa.



Realizar diferentes ejercicios para fortalecer la motricidad fina, como puede ser colorear, realizar trazos de números, palabras o letras.

01



Relacionar diferentes elementos, formas, tamaños y colores, esto se puede realizar con la ayuda de diferentes fichas que tengan objetos variados.

02



Asociar las formas con el espacio, es decir, con ayuda de bloques, diferentes elementos, tamaños y colores, se pueden crear y construir nuevas estructuras.

03



Se pueden buscar nuevas alternativas para solucionar las sopas de letras, crucigramas y laberintos.

04



Explorar historias, personajes y escenarios, esto se puede realizar a través de la lectura, actividad que ayuda a fortalecer el pensamiento divergente.

05



De profesión licenciada en Educación, Dulce López Rodríguez puntualizó que fundamental pasar tiempo de calidad entre padres e hijos, principalmente en esta etapa de aislamiento, ya que estas acciones fortalecen el entorno familiar.

Dijo que su labor en el diseño, implementación y evaluación de proyectos de capacitación y profesionalización de servidoras y servidores públicos se complementa con su experiencia profesional en educación y pedagogía, por ello estas recomendaciones han tenido resultados positivos y en estos momentos es una oportunidad ideal para llevarlas a cabo.

Haz del trabajo en casa tu rutina diaria



Oficina en casa

Delimita tu espacio, coloca una mesa con tu computadora y una silla cómoda.



Alístate para todo

Vístete con ropa casual, prepara tu bebida de siempre y mantente en contacto.



Planifica tus actividades

Haz una lista con tus pendientes diarios, así trabajarás de manera eficiente.



Trabaja por tiempos

Divide tus actividades, saca prioridades y define metas.



Escucha música y muévete

Hacer ejercicio y escuchar lo que te gusta te ayudará a realizar mejor tus actividades.



Difunde SMO propuesta musical para prevenir violencia durante aislamiento

"La otra pandemia a vencer es la violencia contra mujeres y niñas", señaló la titular de la Secretaría de las Mujeres de Oaxaca (SMO), Ana Vásquez Colmenares Guzmán, la cual -dijo- que la violencia no sabe de cuarentenas y a toda costa sociedad y gobierno debe parar, echando mano de todo como la música, por ello invitó a sumarse a la propuesta de las "Hijas del maíz".

El tema musical de aporte social feminista ha logrado hacer tendencia en la red social Twitter, y sonar continuamente en portales de noticias tanto locales como nacionales, ante la participación de periodistas, decenas de instancias gubernamentales y Organizaciones de la Sociedad Civil.

"Colás en tiempos de COVID-19" a ritmo de son, en versión feminista, es impulsada por el Instituto Nacional de las Mujeres (Inmujeres) que, en sororidad, busca difundir a través de las redes sociales un mensaje claro para evitar la violencia durante el confinamiento.

Las "Hijas del Maíz" son una colectiva de radialistas, jaraneras y activistas, preocupadas por la igualdad de género, la movilidad sustentable, el arte y la justicia social, originarias de Cuernavaca, Morelos. En esta liga puedes disfrutar a ritmo de son: <https://www.youtube.com/watch?v=8QXaeW6hVf4&feature=youtu.be>

La propuesta musical abarca temas como el impacto diferenciado del COVID-19 en la vida de las mujeres; el reconocimiento del trabajo de cuidados como una agenda urgente por resolver. Es también un llamado a los hombres para reflexionar sobre su papel en las familias, promover la eliminación de la violencia y su participación en los trabajos de cuidados; asimismo se promueve el 911 como línea de emergencias y las líneas locales en caso de violencia.



Convivencia armónica en casa fortalece valores y desarrollo de niñas y niños

El IEEPO hace un llamado para que en esta Jornada Nacional de Sana Distancia las familias afiancen la solidaridad y apoyo mutuo

El confinamiento en casa se traduce también en cambio, adaptación y, sobre todo, convivencia; por ello, el Instituto Estatal de Educación Pública de Oaxaca (IEEPO) recomienda a madres y padres de familia actividades para fortalecer los vínculos con sus hijas e hijos, promover las relaciones armónicas y aprendizajes que se pueden extraer de la situación actual que vive el país y el mundo.

Aunado a que las y los estudiantes de educación básica continúen, desde sus hogares, los estudios con el apoyo de los libros de texto gratuitos; como lo ha establecido el gobernador Alejandro Murat Hinojosa, el director general del IEEPO, Francisco Ángel Villarreal, hace un llamado para que en esta Jornada Nacional de Sana Distancia las familias compartan momentos con sus seres queridos en un ambiente de solidaridad y apoyo mutuo.

Especialistas de la Dirección para la Mejora de la Convivencia Escolar y Unidad de Enlace de Género señalaron que en el proceso de desarrollo de niñas, niños y adolescentes es necesario impulsar su participación dentro del hogar, así como permitirles expresar sus opiniones, ya que ello les ayudará a adquirir responsabilidades y tener mayor confianza en sí mismos.

Entre las actividades que se recomiendan y en las que pueden intervenir niñas y niños de hasta 7 años de edad, se encuentran: recoger los juguetes, poner la basura en su lugar, alimentar a la mascota, regar las plantas, tender su

CÓMO FORTALECER LA SALUD MENTAL

#EnContingenciaSeguimosContigo

La salud mental es un estado de bienestar en el cual la persona es consciente de sus propias capacidades, con las que puede afrontar las tensiones normales de la vida y puede trabajar de forma productiva. Si fortalecemos nuestras habilidades sociales tendremos salud mental, desarrollando estas habilidades te fortaleces como persona.



Autoestima:

Genera pensamientos positivos sobre ti misma, enfocándote en lo que haces mejor.



Fortaleza emocional:

Mantén la calma, mira la situación con perspectiva y toma acciones para adaptarte rápidamente a los cambios.



Pensamiento positivo:

Escucha música alegre, haz ejercicios de reflexión, rodeáte de personas que te hagan sentir bien.



Empatía:

Observa y escucha a las personas sin anteponer tus prejuicios, reconoce las cualidades y logros de los demás.



Comunicación asertiva:

Expresa tus opiniones y sentimientos de una manera clara manteniendo siempre el respeto y la empatía con las demás personas.



Relaciones sanas

Establece y mantiene relaciones significativas, elimina o evita a las que bloquean tu bienestar y crecimiento.



Pensamiento creativo:

Intenta hacer las cosas de una manera diferente, saliendo de los esquemas establecidos, usando los recursos a tu alcance.



Pensamiento crítico:

Permitete analizar y llegar a conclusiones propias sobre las cosas y situaciones actuales.



Manejo del estrés:

Practica ejercicios de respiración para disminuir la tensión y ansiedad, ejercítate diariamente y escucha música relajante, desarrolla un pasatiempo.



cama, ayudar a poner los cubiertos en la mesa, colocar el papel higienico y barrer. Para los más grandes, de entre 8 y 12 años o más, el IEEPO sugiere su participación en tareas de limpieza de su habitación, del lavado y guardado de la ropa, así como en la preparación de alimentos y cuestiones que no impliquen riesgos para ellos. Por otra parte, es posible practicar ejercicios en familia teniendo cuidado de no lastimarse, ver una película juntos; disfrutar de los juegos de mesa, cocinar o realizar reparaciones sencillas.