



CONSTRUYENDO Oaxaca

AÑO 2 | No. 14

Oaxaca de Juárez, Oax. | MAYO 18 | 2020

Convivencia, activación y aprendizaje en el Parque Colosio Pág. 2

Destaca Murat aportación de maestras y maestros en favor de la educación Pág. 9

El gobernador Alejandro Murat Hinojosa destacó que gracias a la coordinación entre los 3 órdenes de gobierno y disciplina de las comunidades, el estado se encuentra en semáforo amarillo Pág. 4



Reconoce federación a Oaxaca en lucha contra COVID 19

ATENCIÓN COVID-19

Chontal de la costa de Oaxaca

Ponj' la kuxij bajkoy' la tan sahu

Tujil' pe pañujtija lo nejut

Jahil' hixuama lo lo', lo kaxil' agtija lo ko'

SEPIA
Secretaría de Planeación y Desarrollo Municipal

Fortalecen programas sociales en municipios indígenas y afromexicanos

La habilitación de la red hospitalaria se va realizando con base al comportamiento epidemiológico de la enfermedad



Con aplicaciones tecnológicas cumplen trabajo desde casa

Pág. 7 APOYO A COMUNIDADES

CAPITAL HUMANO Pág. 3

Convivencia, activación física y aprendizaje te esperan en el Parque Colosio



Una amplia oferta de servicios y actividades de aprendizaje, deportivas y de convivencia destacan en la infraestructura accesible y cómoda del Parque Incluyente Luis Donaldo Colosio Murrieta para todas las familias oaxaqueñas de la zona norte de la capital.

Obligados por la pandemia del COVID 19 sus instalaciones se mantienen cerradas a la espera de su reapertura.

La comunidad oaxaqueña podrá visitar de nueva cuenta este espacio público situado en la Agencia de San Felipe del Agua, donde niños, niñas y jóvenes disfrutarán de momentos de esparcimiento y recreación en los ejercitadores, juegos y mobiliario urbano, adaptados a sus necesidades, que integró el Gobierno del Estado a favor del desarrollo y la inclusión.

El Parque Colosio bajo resguardo de la Secretaría de Administración que encabeza Germán Espinosa Santibáñez también alberga canchas de volibol playero, fútbol rápido, básquetbol, campo de béisbol, una trota pista, gimnasios al aire libre, palapas rodeadas de árboles y áreas verdes, para brindar a la población en general diferentes alternativas de convivencia y activación física.

A la par, Administración despliega actividades permanentes como la ludoteca y biblioteca, un lugar dedicado a la lectura para la comunidad infantil.

Otra de ellas son las asesorías de Matemáticas, Física y Química que fortalecen los conocimientos de estudiantes de secundaria, bachillerato y hasta universidad.



La amplia oferta ofrece también clases gratuitas de tenis para personas de todas las edades, donde aprenden las técnicas y movimientos básicos de este juego de raqueta, al tiempo que obtienen beneficios a la salud.

Es así que el Parque Incluyente Luis Donaldo Colosio Murrieta, ubicado en la calle 1 de Mayo esquina con Privada de Guajales, brinda agradables momentos familiares a través de sus diferentes actividades y servicios, mismos que están disponibles a partir de las 5:30 de la mañana a las 6:30 de la tarde.

La Secretaría de Administración está facultada para dictaminar las estructuras orgánicas que conforman las dependencias gubernamentales. Esta labor la realiza a través de la Dirección de Modernización Administrativa, instancia que ha continuado con esta actividad desde que las autoridades de Salud ordenaron el confinamiento social con motivo de la pandemia del COVID 19.

David Rosas Gálvez encabeza al equipo encargado del análisis y dictaminación estructural del Gobierno del Estado quienes, a la distancia, siguen en trabajo coordinado con las entidades públicas para integrar un servicio público cada vez más eficiente y moderno. Junto con sus compañeros de trabajo, David se organizó para dar continuidad a los procesos que se llevan a cabo en su departamento, trabajando desde casa y con reuniones virtuales, donde aclaran dudas y concretan resultados.

“Somos muy conscientes de la importancia de permanecer en casa y mantener las medidas sanitarias, por lo que nos apoyamos en aplicaciones tecnológicas para comunicarnos de tal manera que el trabajo vaya fluyendo”, asentó. La resolución de las estructuras orgánicas es de suma importancia para la operación del Gobierno del Estado, pues se trata de un requerimiento legal que además garantiza el trabajo ordenado y cumplimiento de los objetivos.

David detalló que la Dirección de Modernización Administrativa recibe los

Con aplicaciones tecnológicas cumplen trabajo desde casa



proyectos de estructuras orgánicas y reglamentos de las dependencias; “es nuestra labor dictaminar que estén delimitadas y sean operativas las funciones de cada área y es justo el trabajo que estamos haciendo”.

“Dictaminar la forma en que estará integrada una dependencia es una tarea que requiere dedicación –abundó– pues tiene que cumplirse con los objetivos de la modernización administrativa que consiste en tener procesos más efectivos, para ser más eficientes y transparentes”.

Durante la etapa de confinamiento, David distribuye su tiempo entre convivir con su familia y cumplir con su responsabilidad en el servicio público. Varias horas al día permanece en un escritorio improvisado en su casa, revisando con atención que cada propuesta cumpla con los requerimientos,

es decir, que responda a un fin y objetivo específicos, para posteriormente realizar el dictamen correspondiente.

“Nuestra tarea es sentar las bases para que el servicio público sea cada vez más eficiente y moderno, a eso nos dedicamos y lo hacemos con gusto. Confío en que en poco tiempo podremos retomar las actividades y seguramente será un mejor comienzo para el gobierno de Oaxaca”, finalizó.



Haz del trabajo en casa tu rutina diaria

- Oficina en casa**
Delimita tu espacio, coloca una mesa con tu computadora y una silla cómoda.
- Alistate para todo**
Vistete 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.



El gobernador Alejandro Murat Hinojosa destacó que gracias a la coordinación entre los 3 órdenes de gobierno y a la disciplina de comunidades, 203 municipios se encuentran libres de contagio e iniciarán la 'nueva normalidad' al mantenerse el estado en semáforo amarillo

El gobernador Alejandro Murat Hinojosa asistió a Palacio Nacional para participar en la conferencia de prensa matutina del presidente Andrés Manuel López Obrador, en la que se anunció el plan para la "nueva normalidad", cuya primera etapa empezará el 18 de mayo y contempla el reinicio de las actividades únicamente en 269 "Municipios de la Esperanza", de los cuales 203 pertenecen al estado de Oaxaca.

El mandatario estatal hizo énfasis en que el resto del estado, incluida la capital y los municipios de mayor concentración de población deben seguir acatando las medidas de prevención recomendadas por las autoridades de salud y, sobre todo, mantener el aislamiento en casa, ya que más del 65% de los ayuntamientos de la entidad no están incluidos en la medida de reapertura anunciada para el 18 de mayo.

Se suma Alejandro Murat al Plan de Reactivación Económica de México

La convocatoria en Palacio Nacional fue para definir y adaptar al ámbito estatal la estrategia para la reactivación económica del país

El gobernador Alejandro Murat Hinojosa asistió a una reunión en Palacio Nacional, misma que fue convocada por el presidente de México, Andrés Manuel López Obrador, para sumar voluntades y esfuerzos en torno al Plan de Reactivación Económica en el país, derivado de la contingencia por el COVID-19. En este encuentro, al que también asistieron integrantes del Gabinete Federal, el gobernador refrendó el compromiso de su administración para colaborar con el Gobierno de México y favorecer el desarrollo de Oaxaca.

Murat Hinojosa aseveró que entre las obras de infraestructura primordiales para tal fin se encuentra el Corredor Interoceánico en el Istmo de Tehuantepec, el cual está llamado a ser el centro logístico más importante de América y cuyo desarrollo no se ha detenido durante la contingencia.

"En este momento estamos trabajando para identificar las 10 zonas franjas que anunció el presidente Andrés Manuel López

Reconoce federación a Oaxaca en lucha contra COVID 19

Recordó, además, que los "Municipios de la Esperanza" contarán con estrictos cercos sanitarios que el Gobierno de México empezó a implementar a partir de este 14 de mayo. Asimismo, recalcó el papel central que han tenido las formas propias de organización de las comunidades indígenas para lograr implementar con éxito las medidas de prevención. "Seguiremos los procesos de Usos y Costumbres que han permitido que Oaxaca sea uno de los estados con menos número de contagios", afirmó. Asimismo, el gobernador recordó que aún no hay una cura para el COVID-19 y que por lo tanto toda la población, sin distinciones, debe seguir acatando las medidas de prevención como la sana distancia y el cuidado a los grupos vulnerables.

El plan para la "nueva normalidad" fue presentado por la secretaria de Economía, Graciela Márquez, quien explicó que la primera etapa inicia este lunes 18 de mayo y contempla la reapertura, única y exclusivamente, de los "Municipios de la Esperanza". La segunda etapa, del 18 al 31 de mayo, será de preparación para la reapertura general y contempla también el reinicio de las actividades en los sectores minero, de la construcción y de la fabricación de transporte, cumpliendo en todo momento con las más estrictas medidas de seguridad sanitaria. A partir del 1 de junio, arranca la tercera etapa, con el reinicio de las actividades sociales, educativas y económicas que obedecerá a un semáforo compuesto por cuatro colores: rojo, naranja, amarillo y verde.

Obrador, y el proyecto de inversión estará listo en septiembre", afirmó. Murat Hinojosa reconoció la determinación del presidente Andrés Manuel López Obrador para llevar a cabo ordenadamente y con base en modelos científicos el reinicio de las actividades sociales y educativas en el país, tras la pandemia.

Recordó también que Oaxaca fue uno de los primeros estados en implementar acciones para evitar la propagación del COVID-19 y que su gobierno mantiene una estrecha coordinación con el Consejo de Salubridad General.

A propósito de la demanda hospitalaria ante la contingencia, el gobernador informó que en Oaxaca ningún día se ha superado el 60% de ocupación, y dio a conocer que recientemente se habilitó el Hospital del Mujer y el Niño Oaxaqueño, el cual cuenta con 120 camas para cuidados intensivos y será operado por las Fuerzas Armadas.



Este semáforo determina las medidas de prevención que deberán seguir observándose de acuerdo con el color que sea asignado a cada entidad y municipio; el color será determinado con base en el avance de la pandemia. Sin embargo, se enfatiza que las medidas básicas de sanidad y el cuidado a los grupos vulnerables deberán continuarse aún cuando se esté en etapa verde.

En su intervención, el secretario de Educación Pública, Esteban Moctezuma, anunció: "no vamos a regresar a clases hasta que sea seguro para nuestras niñas y niños, así como para la comunidad escolar, y esto nos lo indicará la autoridad sanitaria. Sólo abriremos cuando el semáforo esté en verde". Señaló que el ciclo escolar 2019-2020 está asegurado, pues al iniciar la Jornada de Sana Distancia ya se había cumplido entre el 73 y 80%. Por último, informó que el ciclo escolar será cerrado con una etapa presencial de evaluación en el momento que sea seguro.



Gobierno de Oaxaca reconoce invaluable labor de las enfermeras y enfermeros



El sistema de Salud enfrenta una dura batalla contra un coronavirus que no da tregua, y en este escenario el papel del profesional de enfermería cumple un rol central, imprescindible. Las enfermeras y los enfermeros son la primera línea en el combate contra esta pandemia, afirmó el titular de los Servicios de Salud de Oaxaca (SSO), Donato Casas Escamilla, en el marco de la conmemoración del Día Internacional de la Enfermería, que se celebró este 12 de mayo.

El titular de los SSO hizo hincapié en el gran servicio que brindan a la comunidad oaxaqueña los más de cinco mil 800 profesionales de la enfermería que pertenecen a la institución, quienes están dedicados a salvar vidas y que a pesar de las complicaciones, el temor y de tener que estar lejos de sus familias, no han bajado la guardia para enfrentar la pandemia.

A nombre del gobernador Alejandro Murat Hinojosa, el funcionario felicitó y aplaudió la labor que realiza cada enfermera y enfermero de todo el sector Salud conformado por el IMSS, el ISSSTE, la Secretaría de la Defensa Nacional, Pemex y la Secretaría de la Marina, que desde sus diferentes trincheras trabajan extensas jornadas para organizar la atención que se brinda en la red hospitalaria.

“Son un gran ejemplo de vocación de servicio para toda la comunidad. Por eso debemos aprovechar esta oportunidad especial para homenajear a todos y todas las enfermeras por su dedicación, profesionalismo y compromiso con la salud de las y los más vulnerables”, puntualizó.

CÓMO FORTALECER LA SALUD MENTAL

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 fortalecerás como persona.

- Autoestima:** Genera pensamientos positivos sobre ti misma, enfocándose en lo que haces mejor.
- Fortaleza emocional:** Mantién 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, rodeate de personas que te hagan sentir bien.
- Empatía:** Observa y escucha a las personas sin juzgarlos, reconoce los aciertos 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, evita a ellas a las que bloqueen 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:** Intenta 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.



Fortalecen programas sociales en municipios indígenas y afromexicanos

En atención a las medidas de prevención ordenadas por las autoridades sanitarias, el gobernador Alejandro Murat Hinojosa sostuvo una videoconferencia con la titular de la Secretaría de Pueblos Indígenas y Afromexicano (Sepia), Eufrosina Cruz Mendoza, para fijar una serie de compromisos y acuerdos de trabajo para apoyar a los municipios indígenas y afromexicanos que han sido afectados por la pandemia del COVID-19.

El mandatario autorizó la ampliación de 71 millones de pesos para priorizar, durante este año 2020, proyectos de agua potable, drenaje y saneamiento en 21 municipios indígenas y afromexicanos del estado. Además, la Sepia sumará esfuerzos para detonar las economías locales mediante una estrategia conjunta con la Secretaría de Hacienda, a través de la construcción de mercados e infraestructura social en diversos pueblos.

La Sepia también trabajará de la mano con la Comisión Nacional para Prevenir y Erradicar la Violencia Contra las Mujeres para llevar a las comunidades un Modelo Itinerante para la Detección y Prevención de la Violencia contra las Mujeres Indígenas y Afromexicanas.

Asimismo, acordaron fortalecer los programas Lenguas Vivas, Semillas de Talento, Ventanas del Conocimiento, Fondo Semilla y Mujeres del Maíz. Finalmente, Cruz Mendoza puntualizó que la Sepia, en conjunto con los Servicios de Salud de Oaxaca, realizó una campaña de comunicación en lenguas maternas para informar a los pueblos originarios acerca del COVID-19.



No a la discriminación en casos de VIH y COVID-19: Coesida

Al igual que en el caso de personas con el Virus de Inmunodeficiencia Humana (VIH), en la actualidad se han presentado casos de violencia, estigma y discriminación hacia las personas que han dado positivo al COVID-19, así como a sus familiares y personal médico, indicó la directora general del Consejo Estatal para la Prevención y Control del Sida (Coesida), Gabriela Velásquez Rosas.

Lo anterior, dijo, se debe a la falta de información sobre el tema, así como al desconocimiento de las medidas de prevención ante estos virus.

Velásquez Rosas detalló que estos actos tienen repercusiones psicológicas en la persona que los vive, llegando a presentar cuadros de depresión, baja autoestima y ansiedad, por mencionar algunos.

En el caso del COVID-19, como las demás infecciones respiratorias, se transmite de una persona infectada a través de gotitas de saliva expulsadas al toser y estornudar, al tocar o estrechar la mano o al tocar un objeto o superficie contaminada con el virus y llevarse la mano a la cara.

Ante ello pidió lavarse las manos de manera constante, mantener el aislamiento social, la sana distancia y limpiar superficies de uso común. Salir únicamente lo necesario, y para ello se debe portar cubreboca y usar gel antibacterial.

Vivir en armonía familiar en contingencia sanitaria

El aislamiento que ha provocado el COVID 19 nos ha puesto en una situación peculiar; pasar las 24 horas en casa es poco usual y ha puesto a prueba nuestra funcionalidad familiar. Semanas completas en casa con las hijas e hijos, con la pareja, solas o solos, sin poder salir más que para lo estrictamente necesario y con la incertidumbre sobrevolando en nuestras vidas. La perspectiva es dura, porque la situación nos obliga a cambiar drásticamente de ritmo, adaptarnos a las nuevas circunstancias, sacar a flote nuestras mejores virtudes y habilidades como la creatividad, la paciencia y la tolerancia.

La convivencia en casa en esta situación inédita, puede tornarse particularmente difícil y el nivel de estrés puede ser alto; por eso mantener la armonía es indispensable para la salud integral de la familia. Hacer lo siguiente puede contribuir positivamente:

- 1** Establecer límites, horarios y rutinas para las actividades individuales y colectivas, es indispensable disfrutar de los momentos de compañía o sin ella.
- 2** Mantener una comunicación abierta, permitirá entender las necesidades propias y ajenas, reconocer las emociones y gestionarlas.
- 3** Explorar nuestra creatividad, desarrollar un pasatiempo o aprender algo nuevo puede contrarrestar efectivamente el aburrimiento y la apatía.
- 4** Respetar los espacios de las y los demás.
- 5** Administrar el tiempo y el dinero nos dará mayor tranquilidad.



Tomemos esta experiencia como una oportunidad para adquirir nuevos aprendizajes sobre nuestras relaciones sociales, cuidemos y conozcamos más de nuestra familia. Si en este momento no podemos ir hacia fuera... vayamos hacia adentro.

AMH instruye ampliar red hospitalaria COVID 19 en Valles Centrales

De acuerdo con el plan establecido para enfrentar la pandemia, el Hospital General "Doctor Aurelio Valdivieso" ha sido habilitado para la atención de pacientes COVID 19

De acuerdo con el plan diseñado por el Gobierno Oaxaca, que encabeza Alejandro Murat Hinojosa, desde el inicio de la contingencia por el COVID 19, fue habilitado el Hospital General "Doctor Aurelio Valdivieso" para ampliar la red de hospitales que brindan atención a pacientes con esta enfermedad viral.

Cabe recordar que el plan establecido para atender la contingencia por la pandemia comprende la habilitación paulatina de un total de 25 hospitales COVID 19, dispuestos en las distintas jurisdicciones sanitarias de la entidad. Esta disposición gradual responde a la evolución de la pandemia, por lo cual es fundamental la participación responsable de la

sociedad cumpliendo con las medidas sanitarias recomendadas.

Es por ello que ante la llegada a su máxima capacidad del Hospital Regional de Alta Especialidad de Oaxaca, y de acuerdo con lo previsto en el plan para enfrentar esta contingencia, se habilitó el Hospital General "Doctor Aurelio Valdivieso" como unidad médica COVID-19.

El Gobierno del Estado hace un llamado a la población para no bajar la guardia, mantener el aislamiento en casa y atender las recomendaciones sanitarias.

Gobierno respeta Usos y Costumbres de 203 'municipios de la esperanza' oaxaqueños

El Gobierno de Oaxaca será respetuoso de las decisiones que tomen en sus respectivas asambleas los 203 municipios del estado que se mantienen libres de contagios por COVID-19, mismos que han sido catalogados como "municipios de la esperanza" y cuya reapertura está contemplada en el Plan de la Nueva Normalidad del Gobierno de México.

El gobernador Alejandro Murat Hinojosa enfatizó que la decisión final sobre el reinicio de las actividades cotidianas será conforme a los usos y costumbres de estos pueblos, pues las decisiones que estas comunidades tomaron en sus asambleas

al inicio de la contingencia fueron en gran medida responsables del éxito que han tenido conteniendo la pandemia.

Cabe destacar que antes de la reapertura prevista para estos 203 municipios --el día 18 de mayo-- el Gobierno de México, en coordinación con el Gobierno de Oaxaca y las autoridades municipales, instalará cercos sanitarios para preservar la seguridad de estas comunidades. Además, al interior de estos ayuntamientos también deberán seguir atendándose las recomendaciones sanitarias como la sana distancia, el lavado frecuente de manos y el cuidado de los grupos vulnerables.



Reconoce Murat invaluable aportación de las y los maestros en favor de la educación

El mandatario destacó la vocación y compromiso del personal docente durante esta contingencia

En conmemoración al Día del Maestro, el gobernador Alejandro Murat Hinojosa reconoció la invaluable aportación y compromiso de las y los profesores en favor de la educación de la niñez y juventud oaxaqueña, sobre todo durante este periodo de contingencia.

El mandatario estatal aseveró que las y los docentes son pilar fundamental en la sociedad, toda vez que son quienes acompañan a la niñez y juventud en su desarrollo y formación, hasta convertirse en personas críticas, con principios, valores y compromisos.

Murat Hinojosa reconoció a las y los 70 mil maestros oaxaqueños, que desde el inicio de la Jornada de Sana Distancia, el pasado 16 de marzo, han hecho patente su vocación y compromiso con la educación de los cerca de 900 mil niñas, niños y adolescentes de todo el estado, empleando diferentes estrategias para rescatar el ciclo escolar, como el programa Aprende en Casa, que de acuerdo con la Secretaría de Educación Pública, a nivel nacional es seguido por ocho de cada 10 maestros y maestras, así como por nueve de cada 10 estudiantes.

En este sentido, el mandatario reiteró la disposición de su gobierno para seguir trabajando junto a las y los docentes, siendo su mejor aliado, en la generación de mejores condiciones que permitan impartir la educación de calidad y acorde a los tiempos que demanda la sociedad.

Murat Hinojosa recalcó que en Oaxaca, el regreso a clases ocurrirá hasta que el nivel de peligro de contagio por el COVID-19 haya disminuido y las autoridades sanitarias determinen que sea seguro.

De esta manera, refrendó su firme compromiso en favor de la educación pública, al destacar que éste es un importante instrumento de transformación social y que constituye uno de los principales compromisos prioritarios de su gobierno.

Y señaló que a través del Instituto Estatal de Educación Pública de Oaxaca (IEEPO), en lo que va de su administración se ha dotado con mobiliario y equipo a dos mil 859 escuelas, lo que ha requerido una inversión de más de 170 millones de pesos, en beneficio de 309 mil estudiantes y 17 mil docentes.