

LA GACETA

OFICINA DE PENSIONES DEL ESTADO DE OAXACA



OAXACA
GOBIERNO DEL ESTADO

PENSIONES
OFICINA DE PENSIONES
DEL ESTADO DE OAXACA

AGOSTO 2026 - NÚMERO 08





CONTENIDO

PÁGINA

3	Mensaje de Presentación
4	Acciones Informativas
8	Talleres Permanentes
12	Fomento al Emprendimiento y la Productividad
14	Actividades Especiales de Agosto

DIRECTORIO

Ing. Salomón Jara Cruz

- Gobernador Constitucional del Estado de Oaxaca

Mtro. José Elpidio Altamirano López

- Director General de la Oficina de Pensiones del Estado de Oaxaca

Mtra. Andrea Fabiola Acevedo Merlín

- Secretaria de Finanzas

C.P. Noel Hernández Rito

- Secretario de Administración

✦ MEDIOS DE CONTACTO ✦

 Tels. (951) 132 7002 y (951) 132 7022

 @PensionesGobOax  www.oaxaca.gob.mx/pensiones

 @PensionesGobOax  @pensionesgoboax

 Amapolas #510, Col. Reforma, Oaxaca de Juárez, Oaxaca.



PENSIONES
OFICINA DE PENSIONES
DEL ESTADO DE OAXACA

MENSAJE DEL DIRECTOR GENERAL

Estimadas y estimados jubilados, pensionados y pensionistas:

Es un honor dirigirme a ustedes para compartir **La Gaceta**, nuestra publicación digital mensual, creada especialmente para mantenerles informados de forma clara, oportuna y accesible sobre las acciones, programas y servicios que impulsamos en su beneficio.

Con esta iniciativa reafirmamos que seguimos en la ruta de construir un sistema de atención integral, cercano y profundamente humano, con una atención abierta, que promueva espacios de formación, recreación y convivencia. Nuestro objetivo es claro: fortalecer su bienestar, reconocer su trayectoria y contribuir de manera permanente a mejorar su calidad de vida.

En cada edición encontrarán información útil y actualizada, así como actividades diseñadas para fomentar el aprendizaje continuo, el esparcimiento y la integración social, porque creemos firmemente que el bienestar no se detiene con el retiro, sino que se transforma y se enriquece.

Les invito cordialmente a consultarla de manera regular y a participar en las actividades que hemos preparado con cuidado, respeto y vocación de servicio. Trabajamos para dar atención ágil, eficaz y cercana, a todas y todos, convencidos de que su experiencia y su legado son pilares fundamentales de una comunidad más fuerte, solidaria y unida.

Reciban mi más sincero reconocimiento, admiración y gratitud por la huella imborrable que han dejado en la historia de nuestro estado. Su vida, su trabajo y su ejemplo siguen iluminando el camino que hoy construimos juntos, siempre con las puertas abiertas y el corazón dispuesto a ayudar.



Mtro. José Elpidio Altamirano López

**DIRECTOR GENERAL DE LA OFICINA DE
PENSIONES DEL ESTADO DE OAXACA**



ACCIONES INFORMATIVAS (PLÁTICAS Y SESIONES INFORMATIVAS)





06

JUEVES

PLÁTICA MÉDICA

“TANATOLOGIA”

11:00 a.m. SALÓN 1

Abasolo #504, Col. Centro, Oax.

13

JUEVES

PLÁTICA PSICOLOGICA

“FORTALECIMIENTO DE AUTOESTIMA”

11:00 a.m. SALÓN 1

Abasolo #504, Col. Centro, Oax.

20

JUEVES

PLÁTICA FISIOTERAPEUTICA

“ABORDAJE FISIOTERAPEUTICO EN EL SÍNDROME DEL TÚNEL CARPIANO”

11:00 a.m. SALÓN 1

Abasolo #504, Col. Centro, Oax.

27

JUEVES

PLÁTICA MEDICA

“OSTEOPOROSIS”

11:00 a.m. SALÓN 1

Abasolo #504, Col. Centro, Oax.



SERVICIO MÉDICO



**CONSULTA
GENERAL**



**TOMA DE
GLUCOSA**



**APLICACIÓN DE
INYECCIONES**



**CURACIONES
GENERALES**



Agenda tu consulta
al teléfono: 951 132 7022 Ext. 22



SERVICIO PSICOLÓGICO



**VALORACIÓN Y
DIAGNÓSTICO**



**SESIONES DE
SEGUIMIENTO**



**ENFOQUE
HUMANISTA
FAMILIAR**



**PROCESO DE
AUTOCONOCIMIENTO**

 **Agenda tu consulta**
al teléfono: 951 132 7022 Ext. 22



OAXACA
GOBIERNO DEL ESTADO

PENSIONES
OFICINA DE PENSIONES
DEL ESTADO DE OAXACA





TALLERES PERMANENTES

**(ESPACIOS PARA EL ARTE, LA CULTURA
Y LA ACTIVIDAD FÍSICA)**





9:30-10:30 **GIMNASIA**
HORAS *LUNES A JUEVES*

11:00-12:30 **YOGA**
HORAS *MIÉRCOLES Y VIERNES*

11:00-12:30 **BAILE DE SALÓN**
HORAS *LUNES Y MIÉRCOLES*

TAI JI QUAN
11:45-12:45 HORAS *MARTES*
14:00-15:00 HORAS *VIERNES*

17:00-19:00 **CERÁMICA**
HORAS *LUNES Y MIÉRCOLES*

17:00-19:00 **PINTURA TEXTIL**
HORAS *MARTES Y JUEVES*

17:00-19:00 **BORDADO ARTÍSTICO**
HORAS *LUNES Y VIERNES*

17:00-19:00 **TEJIDO**
HORAS *MIÉRCOLES Y VIERNES*

**TODOS LOS TALLERES PERMANENTES SE LLEVARÁN A CABO EN EL
EDIFICIO UBICADO EN ABASOLO N° 504, COLONIA CENTRO, OAXACA.**



SERVICIO DE FISIOTERAPIA



**ENFERMEDADES
ÓSEAS**



**LESIONES
MÚLTIPLES**



**VALORACIÓN
FISIOTERAPEUTA**



**PATOLOGÍAS DEL
ENVEJECIMIENTO**

 **Agenda tu consulta**
al teléfono: 951 132 7022 Ext. 22



OAXACA
GOBIERNO DEL ESTADO

PENSIONES
OFICINA DE PENSIONES
DEL ESTADO DE OAXACA





SERVICIO ODONTOLÓGICO



PRÓTESIS

FIJA,
REMOVIBLE,
PROSTODONCIA.



EXTRACCIONES

DIENTES
TEMPORALES,
DIENTES
PERMANENTES,
TERCEROS MOLARES.



OBTURACIONES

RESINA
FOTOPOLIMERIZABLE,
AMALGAMA



OTROS TRATAMIENTOS

PROFILAXIS CON
ESCAREADOR,
REPARACIÓN DE
PROSTODONCIA,
APLICACIÓN DE FLÚOR.

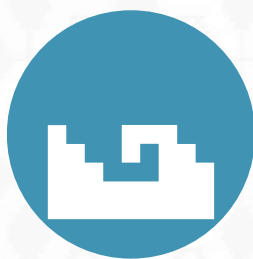


Agenda tu consulta
al teléfono: 951 132 7022 Ext. 22



FOMENTO AL EMPRENDIMIENTO **Y LA PRODUCTIVIDAD**





12
MIÉRCOLES



TALLER DE :
TAZAS DECORADAS CON
PASTA FRIA

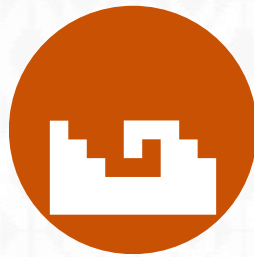
10:00 a.m. Costo: \$200 por persona.

*Previa inscripción en el Dpto. de Prestaciones Sociales.
Amapolas #510, Col. Reforma, Oax.*



ACTIVIDADES ESPECIALES **DE AGOSTO**





12, 19
MIÉRCOLES MIÉRCOLES
26
MIÉRCOLES

ACTÍVATE POR TU SALUD

09:30 a.m.

Paseo Juárez "El Llano", Col. Centro, Oax.

LLEVAR ROPA CÓMODA

03
LUNES

ACTIVIDAD RECREATIVA:

"CONVIVENCIA REACREATIVA"

09:00 a.m. **ENTRADA CON PASE**

CENTRO ECOTURISTICO HUAYAPAM

04
MARTES

MISA- CALENDIA

16:00 p.m. **NO TE LO PIERDAS**

IGLESIA DE LA MERCED

05
MIÉRCOLES

COMIDA - BAILE

15:00 p.m. **ENTRADA CON PASE**

QUINTA LA LUZ, AV. FERROCARIL #58 SAN SEBASTIÁN TUTLA.

17
LUNES

MERCADITO DE EMPREENDEDORAS

10:00 a.m. **CUPO LIMITADO**

Amapolas #510, Col. Reforma.

13 y 14
JUEVES VIERNES
27 y 28
JUEVES VIERNES

MERCADITO DE EMPREENDEDORAS

10:00 a.m. **CUPO LIMITADO**

Abasolo #504, Col. Centro, Oax.



OAXACA
GOBIERNO DEL ESTADO

PENSIONES
OFICINA DE PENSIONES
DEL ESTADO DE OAXACA

**UN PUEBLO TRANSFORMANDO
SU HISTORIA**