

Ficha de candidatura

PARTE 1: DATOS BÁSICOS

Datos de contacto: (esta información no se compartirá ni publicará).

CATEGORÍAS EN LAS QUE QUIERE POSTULAR LA EXPERIENCIA

1: TIPO DE EXPERIENCIA: elegir el elemento más importante (**elegir solo un elemento** que considere más destacado de su práctica).

| | |
|--|----------|
| A) Deliberación Asamblea ciudadana / taller de deliberación / sorteo / teatro legislativo/ planeación participativa. | |
| B) Decisión Presupuesto participativo / referéndum / consulta / proceso participativo con voto. | |
| C) Ciudadanía Ciudadanía / acción comunitaria / consejo permanente / educación cívica / asociacionismo / otras iniciativas para reforzar la democracia local | X |

2: TIPO DE GOBIERNO: elegir solo uno.

| | |
|---|----------|
| A) Hasta 50.000 habitantes (pueblos, pequeñas ciudades, ámbito rural). | |
| B) Ciudad entre 50.000 y 250.000 habitantes. | X |
| C) Ciudad entre 250.000 y 1.000.000 habitantes. | |
| D) Metrópolis o área urbana de más de 1.500.000 habitantes. | |
| E) Gobierno supralocal, regional, provincial.... | |

Datos de la experiencia: completar la información a continuación de forma clara y concisa.

| |
|--|
| Título de la experiencia: Atención de los Adultos Mayores |
| Nombre de la ciudad o región: Ocoyoacac |
| Número de habitantes de la ciudad o territorio: 72,103 habitantes |

Ficha de candidatura

| | | |
|---|---|---|
| País: México | | |
| Institución candidata: Sistema Municipal para el Desarrollo Integral de la Familia | | |
| Página web de la experiencia o de la institución: https://www.facebook.com/profile.php?id=100076661147324&mibextid=ZbWKwL | | |
| Perfiles en redes sociales de la experiencia o de la institución: DIF Ocoyoacac 2022-2024 | | |
| Fecha de inicio de la experiencia: 1 de enero de 2022 | | |
| Fecha de finalización de la experiencia: En vigor | | |
| Presupuesto de la experiencia: 1,098,173.98 (un millón, noventa y ocho mil, ciento setenta y tres/98 MN) | | |
| Tipo de candidatura (marque con una X en la columna de la derecha) | Experiencia nueva | |
| | Innovación sobre una experiencia existente | X |
| | Continuidad de una experiencia | |
| Tipo de experiencia (marque con una X en la columna de la derecha, puede elegir más de una opción) | Presupuesto participativo | |
| | Planificación participativa | X |
| | Consejo permanente | |
| | Espacio / Taller de diagnóstico, monitoreo, etc. | |
| | Audiencia pública/ Foro | |
| | Consulta / Referéndum | |
| | Asambleas/ Jurados ciudadanos / Espacios de deliberación | |
| | Gobierno electrónico / Gobierno abierto / Plataformas digitales | |

Ficha de candidatura

| | | | |
|---|--|----------|---|
| | Iniciativas legislativas/ciudadanas | | |
| | Otros (indicar cuáles): | | |
| Objetivo de la experiencia <i>(marque con una X en la columna de la derecha, puede elegir más de una opción):</i> | Conseguir niveles de igualdad más grandes a la hora de participar. | | |
| | Incorporar la diversidad como criterio de inclusión. | | |
| | El fortalecimiento comunitario. | X | |
| | El fortalecimiento de la ciudadanía no organizada. | | |
| | Ampliar los derechos de la ciudadanía relacionados con la participación política. | | |
| | Conectar diferentes herramientas de participación dentro de un "ecosistema" de democracia participativa. | | |
| | Mejorar la calidad de las decisiones públicas a través de mecanismos de democracia participativa. | | |
| | Mejorar la eficacia y la eficiencia de los mecanismos de democracia participativa. | | |
| | Mejorar la evaluación y el seguimiento de los mecanismos de democracia participativa. | | |
| Mejorar alguna política pública a través de la participación activa de la ciudadanía. | | | |
| Ámbito territorial <i>(marque con una X en la columna de la derecha, puede elegir más de una opción):</i> | Conjunto del territorio | Local | X |
| | | Regional | |
| | Distrito | | |



Ficha de candidatura

| | | |
|--|--|---|
| | Barrio | X |
| Ámbito temático <i>(marque con una X en la columna de la derecha, puede elegir más de una opción):</i> | Gobernanza | |
| | Educación | |
| | Transporte / Movilidad | |
| | Gestión urbana | |
| | Salud | X |
| | Seguridad | |
| | Medio ambiente / Cambio climático y/o agricultura urbana | |
| | Nuevos movimientos sociales y asociacionismo | |
| | Cultura | X |
| | Vivienda | |
| | Creación de trabajo | |
| | Descentralización | |
| | Desarrollo local | |
| | Formación/capacitación | X |
| | Economía y/o finanzas | |
| | Normativas legales | |
| | Inclusión social | X |
| | Todos | |
| Otros (escribe el tema) | | |

Ficha de candidatura

| | | |
|--|---|---|
| <p>Objetivos de Desarrollo Sostenibles (ODS) asociados a la práctica</p> <p><i>((marque con una X en la columna de la derecha, puede elegir más de una opción y añadir la meta concreta</i></p> | ODS 1 - Poner fin a la pobreza en todas sus formas en todas partes. | |
| | ODS 2 - Poner fin al hambre, lograr la seguridad alimentaria, mejorar la nutrición y promover la agricultura sostenible. | |
| | ODS 3 - Empoderar a las personas para que lleven vidas saludables y promuevan el bienestar en todas las edades. | X |
| | ODS 4 - Garantizar el acceso a una educación de calidad para todos en condiciones equitativas y promover oportunidades de aprendizaje a lo largo de toda la vida. | |
| | ODS 5 - Lograr la igualdad de género y empoderar a todas las mujeres y niñas. | |
| | ODS 6 - Garantizar el acceso al agua y al saneamiento para todos y asegurar la gestión sostenible de los recursos hídricos. | |
| | ODS 7 - Garantizar el acceso de todos a servicios energéticos fiables, sostenibles y modernos a un coste asequible. | |
| | ODS 8 - Promover el crecimiento económico sostenido, compartido y sostenible, el empleo pleno y productivo y el trabajo decente para todos. | |
| | ODS 9 - Construir infraestructura resiliente, promover la industrialización sostenible que beneficie a todos y fomentar la innovación. | |
| | ODS 10 - Reducir las desigualdades entre y dentro de los países. | |

Ficha de candidatura

| | | |
|--|--|--|
| | ODS 11 - Lograr que las ciudades y los asentamientos humanos sean inclusivos, seguros, resilientes y sostenibles. | |
| | ODS 12 - Establecer patrones de consumo y producción sostenibles. | |
| | ODS 13 - Tomar medidas urgentes para combatir el cambio climático y sus impactos. | |
| | ODS 14 - Conservar y utilizar de forma sostenible los océanos, los mares y los recursos marinos para el desarrollo sostenible. | |
| | ODS 15 - Preservar y restaurar los ecosistemas terrestres. | |
| | ODS 16 - Promoción de sociedades pacíficas e inclusivas para el desarrollo sostenible. | |
| | ODS 17 - Alianzas para lograr los objetivos. | |

Ficha de candidatura

PARTE 2: DESCRIPCIÓN DE LA EXPERIENCIA

Rellenar los siguientes campos de forma clara y concisa. Puede añadir enlaces, gráficos, tablas e imágenes si lo considera oportuno.

Contexto:

En la actualidad, vivimos una "Epidemia de Envejecimiento". El número de Adultos mayores se incrementa y con ellos las necesidades de esta población deben de ser satisfechas, es por ello que se realizan acciones que benefician su salud física, mental y social.

Al día de hoy se brinda atención a los adultos mayores del municipio de Ocoyoacac, para orientar su desarrollo integral, mediante el otorgamiento de apoyos y asistencia médica, gerontológica, nutricional, educativa, jurídica, psicológica, recreativa y cultural. Con este enfoque interdisciplinario se pretende favorecer el envejecimiento activo saludable que se traduzca en una vida digna, plena y participativa, colaborando en el mantenimiento del adulto mayor en la comunidad durante el mayor tiempo posible y en adecuadas condiciones de salud. Así mismo, promover y asegurar la calidad de vida de las personas adultas mayores mediante la satisfacción integral de sus necesidades, su participación activa y la promoción de sus derechos, a través de sus respuestas articuladas del municipio y su comunidad, favoreciendo su inserción como ciudadanos desde la perspectiva sociocultural y en sus derechos.

ANEXO 2.1.1

Precedentes:

Al principio de la administración, la presidenta del SMDIF de Ocoyoacac, la CD. Nancy Valdez Ruíz quería implementar acciones en beneficio de los adultos mayores; para esta parte de la planeación se propuso la implementación de diversas actividades que mantuvieran la salud físico-mental de los adultos mayores del municipio de Ocoyoacac.

Las actividades a implementar se basan en otorgar servicios y trámites por medio de jurídico, brindar atención gerontológica, medica general y de acupuntura, psicológicas, odontológicas,

Ficha de candidatura

nutricional, y educación primaria y secundaria (impartidos por el Instituto Nacional para la Educación de los Adultos), así como la realización de actividades de panadería, tejido, servicios de estilismo y actividades que ayudan en la salud físico-mental, destacando Tai-Chi, un arte marcial que beneficia a las personas adultas mayores en el mejoramiento de la concentración, memoria, equilibrio, reducción de riesgos de caída, fortalecimiento del sistema cardiovascular, reducción del estrés y la depresión.

ANEXO 2.1.2

Objetivos de la experiencia:

Impartir acciones que involucren actividades informativas, motrices, lúdicas y de salud, abordando los temas de cuidado de la salud y derechos del adulto mayor, juegos que ayuden a ejercitar la memoria, actividad física como clases de Tai-Chi que ayuda a ejercitar el cuerpo con movimientos suaves y estiramientos acoplados al ritmo del adulto mayor y el cuidado de la salud.

OBJETIVO ESPECÍFICO

- *Brindar un servicio biopsicosocial aquellas personas que cuentan con 60 años o más;*
- *Promover un Envejecimiento Activo Saludable;*
- *Crear grupos de adultos mayores, donde realicen diversas actividades de desarrollo social, deportivas, educativas, salud, culturales y recreativas.*

ANEXO 2.1.3

Metodología:

Dentro de la Coordinación de Atención al Adulto Mayor, se implementan dos proyectos originados del programa Apoyo a los adultos mayores: Asistencia Social a los Adultos Mayores y Vida activa para el Adulto Mayor. Son evaluados con un plan Operativo Anual ya que en él se plasma las estrategias de acción orientadas en un futuro. Permite ordenar y dar coherencia al proyecto para la obtención de los objetivos y desarrollo. Ya que este nos ayuda a la preparación y organización evitando la improvisación en la ejecución del proyecto.

Innovación:

En el municipio de Ocoyoacac, se gestionó para la apertura de 2 casas de día y 8 grupos de Adultos mayores en los que brinda atención integral que comprende de atención médica, gerontológica, nutricional, psicológica, jurídica, actividades recreativas, educativas, deportivas y manuales. En la que Destaca Tai-chi es un Arte Marcial que se considera una terapia alternativa para la prevención y conservación de la salud del adulto mayor ya que tiene

Ficha de candidatura

beneficios para quien la práctica, tales como mejora la concentración, memoria, equilibrio, reducción del riesgo de caídas, reducción del estrés y la depresión.

ANEXO 2.1.4

Inclusión:

Se ha involucrado al Sistema DIF de Ocoyoacac institución pública encargada de dirigir la asistencia social. Se ha invitado a participar a médicos, nutriólogos, psicólogos y abogados, así como instituciones educativas como INEA. Sea vinculado con sectores privados y empresas particulares.

Los adultos mayores han sido invitados a participar en carreras atléticas, desfiles, y exhibiciones de Tai-Chí con el objetivo de favorecer la inclusión social.

ANEXO 2.1.5

Comunicación:

El medio por el cual se da a conocer las acciones implementadas para los adultos mayores es por redes sociales. En este espacio se expone evidencia de las actividades brindadas por parte del Sistema Municipal DIF de Ocoyoacac, mostrando actividad, horarios y lugares donde se realizan.

Al tener gran aceptación por parte de los usuarios, la comunicación se va extendiendo por medio de las personas que van a los grupos o Casas de Día para el Adulto Mayor.

ANEXO 2.1.6

Articulación con otros actores:

A través del proyecto en Atención a los Adultos Mayores, se han involucrado con la participación de los delegados de las comunidades, facilitándonos los espacios para implementar las actividades, así como la difusión para que más adultos mayores gocen de las atenciones; así mismo los profesionales de la salud como es médico, gerontóloga, nutrióloga, psicóloga, jurídico y maestro de Taichi. Se han involucrado con la participación y acompañamiento en cada una de las actividades y prácticas.

Es importante mencionar que, por medio de convocatorias publicadas, comerciales, entre otros medios de comunicación y en colaboración con las autoridades municipales, fue como se dio a conocer la atención brindada a los adultos mayores, alcanzando un alto impacto social.

Evaluación:

Para dar seguimiento en las actividades realizadas en Atención de los Adultos Mayores, se implementan una serie de acciones que se programan a principios del año integrados en el Programa Operativo Anual. La evaluación consta de dar seguimiento a las acciones que se

Ficha de candidatura

programaron de manera mensual, teniendo oportunidad de proponer estrategias en caso de no haber alcanzado lo que corresponde a cada mes.

Impactos y resultados

Se realizaron 49 actividades para los adultos mayores, participando 4997 veces en los talleres de baile, tejido, ejercicio físico y principalmente en clases de Tai-Chi, impartidos en Casa de Día de Santa María, Casa de Día del Pedregal, en los grupos Hilos de Plata de Cholula, Las Palomas de Col. Ortiz Rubio, Loma de los Esquíveles, Eterna Juventud del Llanito, Mi dulce Hogar de San Pedro Atlapulco, Las abejas de la Col. Juárez y Atrás de las Montañas en Acazulco.



PARTE 3: RESUMEN DE LA EXPERIENCIA

Resumen de la experiencia:

Al principio de la administración 2022-2024, en el SMDIF Ocoyoacac se quería implementar acciones en beneficio de los adultos mayores; para esta parte de la planeación se propuso la implementación de diversas actividades que mantuvieran la salud físico-mental de los adultos mayores del municipio de Ocoyoacac.

El objetivo de este proyecto es promover y activar el desarrollo integral del adulto mayor para generar oportunidades y beneficios para mejorar su calidad de vida, eliminar las desigualdades sociales y las inequidades de género, que promuevan el desarrollo de sus capacidades e iniciativas en un entorno social incluyente.

Las actividades a implementar se basan en otorgar servicios y trámites por medio de jurídico, brindar atención gerontológica, medicas, psicológicas y odontológicas, y la realización de actividades que ayudaran en la salud físico-mental, destacando Tai-Chi, un arte marcial que beneficia a las personas adultas mayores en el mejoramiento de la

Ficha de candidatura

concentración, memoria, equilibrio, reducción de riesgos de caída, fortalecimiento del sistema cardiovascular, reducción del estrés y la depresión, etc.

Para tener un control de las actividades antes mencionadas, se le da seguimiento constante que se programaron de manera mensual, teniendo oportunidad de proponer estrategias en caso de no haber alcanzado lo que corresponde a cada mes.

Las personas adultas mayores han tenido gran aceptación por las actividades brindadas por el Sistema Municipal DIF Ocoyoacac, destacando la implementación del arte marcial Tai-Chi debido a los beneficios en su salud y a las participaciones que han tenido en diversos eventos presentes en el municipio de Ocoyoacac.

Le invitamos a compartir anexos que permitan ilustrar mejor su experiencia: vídeos, fotografías, documentos.... Los puede enviar mediante algún sistema de envío de documentos pesados como WeTransfer, Dropbox o Google Drive.

¡Gracias por su participación!