



**BIENESTAR**  
SECRETARÍA DE BIENESTAR



**INAPAM**  
INSTITUTO NACIONAL DE LAS  
PERSONAS ADULTAS MAYORES

# ACTIVIDADES DE CAPACITACIÓN 2023 PARA PERSONAS SERVIDORAS PÚBLICAS Y PROIGUALDAD



2023  
AÑO DE  
**Francisco  
VILLA**

EL REVOLUCIONARIO DEL PUEBLO

2.1.2.1. Capacitar a personal del servicio público en temas de envejecimiento y vejez con bienestar.

1.1.4.3. Contribuir con PROIGUALDAD a través de la capacitación a personas servidoras públicas en temas de envejecimiento y vejez con bienestar con perspectiva de derechos humanos y género.

## PROGRAMACIÓN ANUAL 2023

|                                 |  |
|---------------------------------|--|
| <b>Conferencia:<br/>2.1.2.1</b> | <b>Acciones para un envejecimiento saludable</b> |
| <b>Fecha:</b>                   | Martes 24 de enero, 2023                         |
| <b>Horario:</b>                 | 11:00 a 12:00 horas                              |

|                           |   |
|---------------------------|---|
| <b>Curso:<br/>1.1.4.3</b> | <b>Introducción a la gerontología con perspectiva de género</b> |
| <b>Fecha:</b>             | Miércoles y viernes 1, 3, 8 y 10 de febrero, 2023               |
| <b>Horario:</b>           | 10:00 a 13:00 horas   |

|                                 |                                   |
|---------------------------------|-----------------------------------|
| <b>Conferencia:<br/>1.1.4.3</b> | <b>Vejez e Interseccionalidad</b> |
| <b>Fecha:</b>                   | Jueves 16 de febrero, 2023        |
| <b>Horario:</b>                 | 11:00 a 12:00 horas               |

|                                 |                                     |
|---------------------------------|-------------------------------------|
| <b>Conferencia:<br/>2.1.2.1</b> | <b>Aspectos legales de la vejez</b> |
| <b>Fecha:</b>                   | Martes 28 de febrero, 2023          |
| <b>Horario:</b>                 | 11:00 a 12:00 horas                 |

|                           |   |
|---------------------------|---|
| <b>Curso:<br/>1.1.4.3</b> | <b>Género y vejez</b>                                 |
| <b>Fecha:</b>             | Lunes, miércoles y viernes 1, 3, 6 y 8 de marzo, 2023 |
| <b>Horario:</b>           | 10:00 a 13:00 horas                                   |

|                                 |  |
|---------------------------------|--|
| <b>Conferencia:<br/>2.1.2.1</b> | <b>Ejercicio y activación física para personas mayores</b> |
| <b>Fecha:</b>                   | Martes 28 de marzo, 2023                                   |
| <b>Horario:</b>                 | 11:00 a 12:00 horas  |



|                          |  |
|--------------------------|--|
| <b>Curso:</b><br>2.1.2.1 | <b>Trato digno y humanizado a las personas mayores</b> |
| <b>Fecha:</b>            | Martes y jueves 11, 13, 18 y 20 de abril, 2023         |
| <b>Horario:</b>          | 10:00 a 13:00 horas                                    |

|                                |                                   |
|--------------------------------|-----------------------------------|
| <b>Conferencia:</b><br>2.1.2.1 | <b>Manejo adecuado del estrés</b> |
| <b>Fecha:</b>                  | Jueves 27 de abril, 2023          |
| <b>Horario:</b>                | 11:00 a 12:00 horas               |

|                          |   |
|--------------------------|---|
| <b>Curso:</b><br>1.1.4.3 | <b>Prevención de la violencia en las personas mayores</b> |
| <b>Fecha:</b>            | Lunes, miércoles y viernes 15, 17, 19 y 22 de mayo, 2023  |
| <b>Horario:</b>          | 10:00 a 13:30 horas                                       |

|                                |                               |
|--------------------------------|-------------------------------|
| <b>Conferencia:</b><br>1.1.4.3 | <b>Sexualidad en la vejez</b> |
| <b>Fecha:</b>                  | Martes 30 de mayo, 2023       |
| <b>Horario:</b>                | 11:00 a 12:00 horas           |

|                                |                                     |
|--------------------------------|-------------------------------------|
| <b>Conferencia:</b><br>2.1.2.1 | <b>Pérdidas y Duelo en la Vejez</b> |
| <b>Fecha:</b>                  | Martes 4 de julio, 2023             |
| <b>Horario:</b>                | 11:00 a 12:00 horas                 |

|                                |                                     |
|--------------------------------|-------------------------------------|
| <b>Conferencia:</b><br>2.1.2.1 | <b>¿Qué es ICOPE y cómo usarlo?</b> |
| <b>Fecha:</b>                  | Martes 25 de julio, 2023            |
| <b>Horario:</b>                | 11:00 a 12:00 horas                 |

|                                |   |
|--------------------------------|---|
| <b>Conferencia:</b><br>1.1.4.3 | <b>Viviendas colaborativas para ciudades que envejecen: cohousing</b> |
| <b>Fecha:</b>                  | Jueves 10 de agosto, 2023   |
| <b>Horario:</b>                | 11:00 a 12:00 horas   |

|                          |  |
|--------------------------|--|
| <b>Curso:</b><br>1.1.4.3 | <b>Atención integrada y centrada en la persona mayor</b> |
| <b>Fecha:</b>            | 7, 9, 11, 14 y 16 de agosto, 2023                        |
| <b>Horario:</b>          | 10:00 a 13:00 horas                                      |



|                                |   |
|--------------------------------|---|
| <b>Conferencia:</b><br>2.1.2.1 | <b>Musicoterapia para personas que viven con demencia y otros trastornos neurodegenerativos</b> |
| <b>Fecha:</b>                  | Jueves 5 de octubre, 2023   |
| <b>Horario:</b>                | 11:00 a 12:00 horas   |

|                                |  |
|--------------------------------|--|
| <b>Conferencia:</b><br>2.1.2.1 | <b>Autocuidado para personas mayores que viven con diabetes mellitus</b> |
| <b>Fecha:</b>                  | Jueves 19 de octubre, 2023   |
| <b>Horario:</b>                | 11:00 a 12:00 horas  |

|                                |  |
|--------------------------------|--|
| <b>Conferencia:</b><br>1.1.4.3 | <b>Atención de urgencias médicas domiciliarias para personas mayores</b> |
| <b>Fecha:</b>                  | Jueves 9 de noviembre, 2023  |
| <b>Horario:</b>                | 10:00 a 13:00 horas  |

|                                |                                      |
|--------------------------------|--------------------------------------|
| <b>Conferencia:</b><br>1.1.4.3 | <b>Diversidad sexual en la vejez</b> |
| <b>Fecha:</b>                  | Jueves 23 de noviembre, 2023         |
| <b>Horario:</b>                | 11:00 a 12:00 horas                  |

|   |   |
|---|---|
| <b>Metodología:</b>   | Modalidad a distancia<br>Videoconferencias en plataforma digital  |
| <b>Requerimientos materiales:</b>   | Dispositivo electrónico (tableta, computadora, teléfono inteligente) .<br>Conexión estable a internet.<br>Cuenta personal de correo electrónico.<br><b>Para personal INAPAM: Solicitud a la Comisión Mixta de Capacitación.</b> |
| Se otorgará constancia a las personas que cubran el 80% de asistencia al total de sesiones.   |   |
| <b>Informes e inscripciones: Departamento de Capacitación.<br/>Mitla #73, Col. Narvarte, Benito Juárez, CP 03020, Ciudad de México.<br/>Tel. 55 56879182 Correo: <a href="mailto:ensenianzapam@outlook.com">ensenianzapam@outlook.com</a></b> |   |

- El Departamento de Capacitación se reserva el derecho a cancelar cualquier actividad si no se reúnen las condiciones de impartición.
- Programación sujeta a cambios sin previo aviso.

