



HOSPITAL INFANTIL de MÉXICO

FEDERICO GÓMEZ

Instituto Nacional de Salud

Octubre 30, 2009.

NOTA INFORMATIVA

Asunto: Reporte de las actividades alineadas al tema 14 Promoción del Deporte del Programa Nacional de Rendición de Cuentas, Transparencia y Combate a la Corrupción 2008-2012

El 30 de octubre del presente año, se llevó a cabo en el Hospital el **Í Viernes Activo!**, como parte de la Estrategia Nacional en materia de Cultura Física y Deporte.



La activación física se efectuó en la parte trasera de la Hemerobiblioteca del HIMFG, en punto de las 10:00 horas, y se coordinaron sesiones de activación física, así como actividades recreativas que dejaron constancia de las ventajas que obtienen los trabajadores acciones de este tipo.

Alrededor de cuarenta trabajadores de distintas áreas del Hospital, participaron en el evento, las rutinas de ejercicios estuvieron a cargo de los promotores: Dr. Fernando Paz Camacho, Lic. Sergio Manuel Hernández Mote y Lic. Juan Escorza Peña, con el objetivo de promover hábitos de vida saludables, disminuir el sedentarismo, fomentar la actividad física dentro y fuera del lugar de trabajo, además de crear conciencia entre ellos de los beneficios que conlleva acumular al menos 30 minutos diarios de activación física.

Asimismo y derivado de lo anterior, se lleva a cabo la **Ruta del Deporte Ixtlilton 2009**, en la cual participan un aproximado de 350 empleados en diversas ramas del Deporte.

Se mantienen las **clases de Zumba** de lunes a viernes en las Instalaciones del Hospital con el apoyo del Patronato permitiendo a 55 personas en promedio realizar actividades físicas, también se impartió el curso **Importancia de la alimentación y la actividad física** a cargo del área de Capacitación con 12 participantes.

El programa Viernes Activo se continúa realizando conforme a lo programado el último viernes de cada mes de acuerdo con el siguiente calendario:

VIERNES DE ACTIVACIÓN
26 DE JUNIO DE 2009
31 DE JULIO DE 2009
28 DE AGOSTO DE 2009
25 DE SEPTIEMBRE DE 2009
30 DE OCTUBRE DE 2009
27 DE NOVIEMBRE DE 2009
11 DE DICIEMBRE DE 2009
“SUPER CLASE”

Las personas que participaron como promotores internos son: Lic. Carlos Adolfo Soriano Cadena, Lic. Juan Escorza Peña, Dr. Fernando Paz Camacho, C. Norma García Ramírez, C. Pedro Vidal Leyva, Lic. Paul Agustín Ibarra Gómez, Lic. Rafael Ángel Rodas, C. Rogelio Soria Granados, Lic. Sandra Daniela López Órnelas, Lic. Sergio Manuel Hernández Mote y C. Ubaldo Isaac Pérez Ávila, la coordinación está a cargo de la Lic. María del Carmen Medina García y del Mtro. Omar Eduardo Solano Gamboa.

ATENTAMENTE