



**BIENESTAR**  
SECRETARÍA DE BIENESTAR



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

# Catálogo de Programas, Acciones y Servicios que brinda el INAPAM para incentivar el Bienestar de las Personas Adultas Mayores

Junio 2024



**BIENESTAR**  
SECRETARÍA DE BIENESTAR



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

## Introducción

El Instituto Nacional de las Personas Adultas Mayores en atención a las facultades conferidas por la Ley de los Derechos de las Personas Adultas Mayores, en su artículo 25, que a la letra dice:

*“El Instituto procurará el desarrollo humano integral de las personas adultas mayores, entendiéndose por éste, el proceso tendiente a brindar a este sector de la población, empleo u ocupación, retribuciones justas, asistencia y las oportunidades necesarias para alcanzar niveles de bienestar y alta calidad de vida, orientado a reducir las desigualdades extremas y las inequidades de género, que aseguren sus necesidades básicas y desarrollen su capacidad e iniciativas en un entorno social incluyente”.*

Así como en cumplimiento a su Estatuto Orgánico, artículo 24, Fracción VIII que establece:

*“Promover los derechos de las personas adultas mayores e informar sobre los servicios especializados que brindan las instituciones, dependencias y entidades de la administración pública de los tres niveles de gobierno, así como los sectores social y privado de acuerdo con sus atribuciones y ámbitos de competencia”.*

Elabora el presente catálogo con el objetivo de difundir los programas, acciones y servicios que brinda en beneficio de las personas mayores.

*Actualización a junio de 2024*





## Índice

1. Capacitación.....	1
1.1 Catálogo de capacitación gerontológica.....	1
1.2 Programa Anual de Capacitación para Personas Servidoras Públicas.....	2
1.3 Programa Anual de Capacitación para Personas Mayores, Organizaciones de la Sociedad Civil y Público en General.....	3
1.3 Curso de “Cuidado Básico de la Persona Adulta Mayor en Domicilio” ECO669.....	4
2. Asesoría Jurídica para personas adultas mayores.....	5
3. Afiliación - Credencial del INAPAM.....	6
4. Centro de Atención Integral (CAI).....	8
5. Clínica de la memoria.....	8
6. Vinculación productiva.....	9
7. Residencias de día.....	16
8. Albergues.....	16
9. Centros culturales.....	17
10. Clubes.....	18
11. Servicio Social.....	19
12. Catálogo de fuentes de información sobre temas de vejez y envejecimiento 2023.....	19
13. Directorio de Instituciones Educativas que ofertan formación Gerontológica 2023.....	19
14. Registro Único de Instituciones Públicas y Privadas que Brindan Servicios a Personas Adultas Mayores.....	20





# 1. Capacitación

El Instituto Nacional de las Personas Adultas Mayores, (INAPAM) ofrece una amplia gama de actividades de capacitación y actualización en temas gerontológicos tales como: cursos, talleres y conferencias dirigidas a personas adultas mayores, servidoras públicas, personal de las organizaciones sociales y público en general, con el propósito de fomentar una cultura del envejecimiento saludable, reconociendo a las personas mayores como sujetas de derechos, así como proporcionar conocimientos en materia gerontológica a las personas que brindan servicios a esta población, mejorando su práctica profesional y contribuyendo así al bienestar de las personas adultas mayores.

## 1.1 Catálogo de capacitación gerontológica.

El INAPAM ha diseñado un catálogo de capacitación gerontológica conformado por cursos, talleres y pláticas sobre temas gerontológicos, dirigidos a personas mayores, personas servidoras públicas, organizaciones de la sociedad civil y público en general. Entre los temas se destacan:

1. Atención centrada e integrada en la persona
2. Autocuidado
3. Autoestima
4. Capacidades cognitivas
5. Cuidados y personas cuidadoras
6. Relaciones interpersonales
7. Gestión de las emociones
8. Entornos amigables con las personas adultas mayores
9. Estilos de vida saludable
10. Estimulación de la memoria y procesos cognitivos
11. Expresión corporal
12. Formación de personas cuidadoras primarias de personas adultas mayores
13. Género y vejez
14. Gerontología con perspectiva de género
15. Introducción a los cuidados paliativos a las personas mayores
16. Manejo del estrés para un envejecimiento saludable
17. Manejo del perdón
18. Nutrición y alimentación
19. Personalidad
20. Plan de vida futura





- 21. Planificación de servicios de asistencia social para las personas adultas mayores
- 22. Prevención del maltrato hacia las personas adultas mayores
- 23. Promoción de los derechos humanos de las personas adultas mayores
- 24. Psicogerontología
- 25. Salud mental en personas mayores
- 26. Sexualidad en la vejez
- 27. Tanatología, duelo y sentido de vida
- 28. Terapia ocupacional en las personas adultas mayores
- 29. Vejez, panorama general

Para solicitar más información sobre las actividades que brinda el Departamento de Capacitación del INAPAM, favor de comunicarse al teléfono **55 5687-9182** o enviar correo electrónico a la dirección: **[ensenianzainapam@outlook.com](mailto:ensenianzainapam@outlook.com)**.

## 1.2 Programa Anual de Capacitación para Personas Servidoras Públicas.

Con los objetivos de mantener una capacitación continua que coadyuve en la profesionalización de las personas servidoras públicas y privadas, así como de consolidación una cultura del envejecimiento con bienestar desde lo individual hasta lo social, el INAPAM ha diseñado dos programas anuales de cursos y conferencias sobre temas sensibles y prioritarios.

El primero de ellos, dirigido a personas servidoras públicas de los tres órdenes y niveles de gobierno, integrando los enfoques de derechos y de género. Se anexa tabla con los cursos programados para el segundo semestre 2024.

Cursos y Conferencias 2024 para personas servidoras públicas		
Evento	Horario	Imparte
<b>Conferencia:</b>	<b><i>Orientación y asesoría jurídica para personas mayores</i></b>	Por definir
Fecha:	<b>Jueves 4 de julio, 2024</b>	
Horario:	11:00 a 12:000 horas	
<b>Curso</b>	<b><i>Cuidados paliativos</i></b>	T.S. Magnolia Cantero y Enf. Esp. En Geriátría Myriam García
Fecha:	<b>Martes y jueves 6, 8, 13, 15, 20 y 22 de agosto, 2024</b>	
Horario:	10:00 a 13:00 horas	
<b>Conferencia:</b>	<b><i>Primeros auxilios para personas mayores</i></b>	Por definir.
Fecha:	<b>Jueves 29 de agosto, 2024</b>	
Horario:	11:00 a 12:000 horas	





<b>Cursos y Conferencias 2024 para personas servidoras públicas</b>		
<b>Evento</b>	<b>Horario</b>	<b>Imparte</b>
<b>Curso:</b>	<b><i>Prevención del maltrato en personas mayores</i></b>	Mtra. Verónica Rodríguez
Fecha:	<b>Lunes, miércoles y viernes 2, 4, 6 y 9 de septiembre, 2024</b>	
Horario:	10:00 a 13:00 horas	
<b>Conferencia:</b>	<b><i>Igualdad de género, participación social y personas mayores</i></b>	Psic. Griselda Pardavell
Fecha:	<b>Jueves 26 de septiembre, 2024</b>	
Horario:	11:00 a 12:00 horas	
<b>Curso:</b>	<b><i>Atención integrada y centrada en la persona</i></b>	Licda. Jaqueline Tello
Fecha:	<b>Martes y jueves 8, 10, 15, 17 y 22 de octubre, 2024</b>	
Horario:	10:00 a 13:00 horas	
<b>Curso:</b>	<b><i>Pérdidas y duelo en la vejez</i></b>	Psic. Corina Espinosa
Fecha:	<b>Martes y jueves 19, 21, 26 y 28 de noviembre, 2024</b>	
Horario:	10:00 a 13:00 horas	
<b>Conferencia:</b>	<b><i>Inclusión digital: tecnologías de la información y personas mayores</i></b>	Por definir
Fecha:	<b>Jueves 5 de diciembre, 2024</b>	
Horario:	11:00 a 12:00 horas	

### **1.3 Programa Anual de Capacitación para Personas Mayores, Organizaciones de la Sociedad Civil y Público en General.**

El segundo, dirigido a personas adultas mayores, organizaciones de la sociedad civil y el público en general. Se anexa tabla con los cursos programados para el segundo semestre 2024.

<b>Cursos y Conferencias 2024 para personal de las organizaciones sociales, personas adultas mayores y público en general.</b>		
<b>Evento</b>	<b>Horario</b>	<b>Imparte</b>
<b>Curso</b>	<b><i>Manejo del estrés para un envejecimiento saludable</i></b>	Licda. Silvia García
Duración:	21 horas, 7 sesiones de 3 horas cada una	
Fecha:	<b>8, 10, 12, 15, 17, 19 y 22 de julio, 2024</b>	
Horario:	Lunes, miércoles y viernes, de 10:00 a 13:00 horas	





<b>Cursos y Conferencias 2024 para personal de las organizaciones sociales, personas adultas mayores y público en general.</b>		
<b>Evento</b>	<b>Horario</b>	<b>Imparte</b>
<b>Curso:</b>	<b><i>Salud mental en personas mayores</i></b>	Licda. Magnolia Cantero Mohedano Dr. Elier González Sáenz
Duración:	15 horas, 5 sesiones de 3 horas cada una	
Fecha:	<b>5, 7, 9, 12 y 14 de agosto, 2024</b>	
Horario:	Lunes, miércoles y viernes, de 10:00 a 13:00 horas	
<b>Curso:</b>	<b><i>Psicogerontología</i></b>	Mtra. Erika Ortiz
Duración:	12 horas, 4 sesiones de 3 horas cada una	
Fecha:	<b>10, 12, 17 y 19 de septiembre, 2024</b>	
Horario:	Martes y jueves, de 10:00 a 13:00 horas	
<b>Curso:</b>	<b><i>Cuidados paliativos para personas adultas mayores</i></b>	EGG Myriam García González Licda. Magnolia Cantero
Duración:	18 horas, 6 sesiones de 3 horas cada una	
Fecha:	<b>7, 9, 11, 14, 16 y 18 de octubre, 2024</b>	
Horario:	Lunes, miércoles y viernes, de 10:00 a 13:00 horas	
<b>Curso:</b>	<b><i>Prevención del maltrato en las personas mayores</i></b>	Mtra. Verónica Rodríguez
Duración:	14 horas, 4 sesiones de 3.5 horas cada una	
Fecha:	<b>5, 7, 12 y 14 de noviembre, 2024</b>	
Horario:	Martes y jueves, de 10:00 a 13:30 horas	

### **1.3 Curso de “Cuidado Básico de la Persona Adulta Mayor en Domicilio” ECO669.**

Con objetivo de brindar las herramientas teóricas y prácticas que permitan a la persona cuidadora atender necesidades y actividades de la vida diaria (básicas e instrumentales) de la persona adulta mayor con dependencia dentro de su domicilio, lo que contribuye a la reducción de la brecha de desigualdad social, mediante acciones orientadas al cuidado.

El INAPAM pone a disposición del público en general, el curso de formación a personas cuidadoras apegado al estándar de competencia ECO669 “Cuidado Básico de la Persona Adulta Mayor en Domicilio”





El curso se imparte dos veces al año de forma presencial y tiene una duración de 65 horas, distribuido en 16 sesiones de 4 horas cada una, abordando las temáticas:

- ✓ Demografía y envejecimiento
- ✓ Envejecimiento saludable
- ✓ Importancia de la funcionalidad y autonomía
- ✓ Movilización y traslado
- ✓ Accesibilidad y movilidad
- ✓ Terapia ocupacional
- ✓ Enfermedades más frecuentes en la vejez
- ✓ Control y cuidado de la salud
- ✓ Registros
- ✓ Autocuidado de la persona cuidadora
- ✓ Síndromes geriátricos
- ✓ Aspectos socio jurídicos en el cuidado de las personas adultas mayores

Para solicitar más información sobre el curso escribir a los correos: [s.ambriz@inapam.gob.mx](mailto:s.ambriz@inapam.gob.mx) y [a.cortes@inapam.gob.mx](mailto:a.cortes@inapam.gob.mx)

## 2. Asesoría Jurídica para personas adultas mayores

El INAPAM en atención a las atribuciones señaladas en la Ley de los Derechos de las Personas Adultas Mayores, proporciona asesoría y orientación jurídica gratuita a las personas mayores de 60 años, haciendo de su conocimiento las acciones legales que pueden llevar a cabo en caso de así requerirlo, de conformidad con lo dispuesto en el artículo 28 fracciones II y IV de la *Ley de los Derechos de las Personas adultas Mayores*.

Las Modalidades para acceder a este servicio son:

- a) **Modo presencial:** en el Módulo de Asesoría Jurídica, ubicado en Calle Petén núm. 419, Colonia Vértiz Narvarte, Alcaldía Benito Juárez, Ciudad de México, C.P. 03020.

### Requisitos:

- Contar con 60 años o más
- Presentar identificación vigente: Credencial INAPAM, INE, Pasaporte u otros documentos que acrediten su identidad expedidos por la autoridad correspondiente.
- Registrarse en el Área de Trabajo Social, para solicitar el servicio.





**Horario de atención:** lunes a viernes de 8:00 a 15:00 horas. Por excepción cuando la persona adulta mayor no esté en posibilidades de acudir personalmente a las oficinas de atención, se brindará la orientación jurídica gratuita al familiar que así lo solicite, para lo cual deberá presentar su identificación oficial, así como la identificación de la persona adulta mayor.

- b) **Correo electrónico:** Para manifestar alguna duda o solicitar asesoría jurídica puede enviar un correo electrónico a **asesoriajuridicainapam@inapam.gob.mx**, misma que será turnada al área jurídica para asesorar a la persona adulta mayor.

Asimismo, por este medio se podrán presentar quejas, sugerencias o felicitaciones respecto a la atención recibida por parte del personal del INAPAM.

- c) **Vía telefónica: 55 5925-5366** con horario de lunes a viernes de 8:00 a 15:00 horas.

### **Canalización:**

En los casos en que es necesario que las personas adultas mayores solicitantes del servicio requieran una atención en trámites o gestiones diversas a la competencia del INAPAM, **bajo el principio de concurrencia y colaboración institucional** se solicita la coadyuvancia de las instituciones y entidades de la Administración Pública Federal, Estatal o Municipal que sea competente para conocer y/o resolver respecto al problema planteado.

Para lo anterior, se entrega a la persona adulta mayor atento oficio de canalización, exponiendo el problema por el cual se requiere le sea proporcionada más información respecto al seguimiento del asunto en cuestión, esto con la finalidad de dar atención preferente por ser un grupo vulnerable, en términos de la Ley de los Derechos de las Personas Adultas mayores en el artículo 4, fracción V y artículo 5 fracción I.

## **3. Afiliación - Credencial del INAPAM**

Todas las personas mayores de 60 años pueden solicitar su credencial del Instituto Nacional de las Personas Adultas Mayores (INAPAM), para acceder a múltiples beneficios con relación a:

- **Alimentación**  
[https://www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/883334/Alimentacio\\_n\\_2024.pdf](https://www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/883334/Alimentacio_n_2024.pdf)
- **Asesoría y servicios legales**  
[https://www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/883337/Asesori\\_a\\_2024.pdf](https://www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/883337/Asesori_a_2024.pdf)





- **Educación, recreación y cultura**  
[https://www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/883344/Educacio\\_n\\_2024.pdf](https://www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/883344/Educacio_n_2024.pdf)
- **Predial y agua**  
[https://www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/883349/Predial\\_2024.pdf](https://www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/883349/Predial_2024.pdf)
- **Salud**  
[https://www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/883354/Salud\\_2024.pdf](https://www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/883354/Salud_2024.pdf)
- **Transporte**  
[https://www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/883365/Transporte\\_2024.pdf](https://www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/883365/Transporte_2024.pdf)
- **Vestido y Hogar**  
[https://www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/883380/Vestido\\_2024.pdf](https://www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/883380/Vestido_2024.pdf)

El trámite es sin costo y permanente, los horarios de atención son de lunes a viernes de 8:00 a 14:00 horas, para más información se puede consultar la página:

<http://200.77.236.49/CINAPAM.bienestar/>

Para obtener la credencial INAPAM es necesario acudir al módulo más cercano con los siguientes documentos:

1. Acta de nacimiento.
2. Documento de Identificación vigente: Credencial para votar o Pasaporte vigente u otros documentos que acrediten identidad expedidos por la autoridad correspondiente.
3. Clave Única de Registro de Población (CURP).
4. Comprobante de domicilio (máximo 6 meses de antigüedad) o constancia de residencia de la autoridad local.
5. Una fotografía tamaño infantil.
6. Datos del contacto de emergencia (nombre, CURP y teléfono).

Para consultar los requisitos, ingresar al siguiente enlace:

<https://www.gob.mx/inapam/acciones-y-programas/tarjeta-inapam-conoce-los-requisitos-para-obtener-la-tarjeta-inapam>

Para consultar la ubicación de los módulos de atención, ingresar al siguiente enlace:

<http://200.77.236.49/CINAPAM.bienestar/>





## 4. Centro de Atención Integral (CAI)

El Centro de Atención Integral es un espacio donde se brinda atención médica gratuita de primer nivel, con enfoque gerontológico a personas adultas mayores con el objetivo de promover, proteger y restaurar su salud

Los servicios médicos que se brindan son de medicina general, estudios de gabinete y las siguientes especialidades:

- ✓ Audiología
- ✓ Dermatología
- ✓ Geriatria
- ✓ Ginecología
- ✓ Homeopatía
- ✓ Nutrición
- ✓ Odontología
- ✓ Optometría
- ✓ Ortopedia
- ✓ Psicología
- ✓ Psiquiatría
- ✓ Rehabilitación
- ✓ Reumatología
- ✓ Tanatología
- ✓ Trabajo social
- ✓ Estudios de gabinete:
  - Ultrasonido
  - Electrocardiograma

Para acceder a estos servicios, se debe contar con 60 años o más y presentar una identificación oficial (INE, Cédula profesional, pasaporte o credencial INAPAM) en el Centro de Atención Integral, ubicado en Avenida Universidad núm. 150, Col. Narvarte, Alcaldía Benito Juárez, C.P. 03020, Ciudad de México. El horario de atención es de 8:00a 15:00 horas y de 14:30 a 21:00 horas.

Para más información, comunicarse al teléfono **55 3923-2052** o al correo electrónico: [cai.universidad@inapam.gob.mx](mailto:cai.universidad@inapam.gob.mx)

## 5. Clínica de la memoria

La Clínica de la Memoria brinda consulta externa para detectar, confirmar o descartar diagnósticos de deterioro cognitivo leve o trastorno neurocognitivo mayor (demencia), a través de atención especializada e individualizada de acuerdo con las necesidades de la persona adulta mayor.



El personal brinda atención integral no solo a las personas adultas mayores, sino que también proporciona información y orientación a sus familiares y cuidadoras(es) sobre el diagnóstico, tratamiento y seguimiento.

Para recibir atención en la clínica de la memoria es necesario que la persona adulta mayor cuente con los siguientes requisitos: tener 60 años o más, presentar sospecha de un problema de la memoria, acudir acompañada de un familiar o persona cuidadora y presentar una identificación oficial (INE, Cédula profesional, pasaporte o credencial INAPAM). Y comunicarse al teléfono **55 3923-2052**, el horario de atención es de 08:00 a 15:00 horas, de lunes a viernes en el Centro de Atención Integral, ubicado en Avenida Universidad núm. 150, Col. Narvarte, Alcaldía Benito Juárez, C.P. 03020, Ciudad de México.

## 6. Vinculación productiva

A través de este programa el INAPAM colabora en vinculaciones que promueven empleos remunerados, así como actividades voluntarias que generan ingresos para las personas adultas mayores. Además, mediante la sensibilización al sector empresarial, el INAPAM facilita y promueve la inclusión de personas adultas mayores al sector laboral.

Las modalidades de inclusión son:

- a) **El empleo formal:** en empresas interesadas en incorporar a las personas de 60 años y más, que brindan:
  - ✓ Sueldo base
  - ✓ Prestaciones de Ley
  - ✓ Contrataciones por hora, por jornada o por proyecto y/o servicios
  - ✓ En algunos casos prestaciones superiores a las de la Ley
- b) **El Sistema de empacadores voluntarios de mercancías:** es una actividad voluntaria, que les permite a las personas adultas mayores generar un ingreso propio.

El Servicio de Vinculación Productiva es sin costo, las personas interesadas deberán presentarse con credencial del INAPAM y CURP, en un horario de lunes a viernes de 8:00 a 14:00 horas en los módulos de vinculación ubicados en:



### **AGUASCALIENTES:**

**Domicilio:** Secretaría del Bienestar, Calle Julio Díaz Torre No. 110, Ciudad Industrial, Aguascalientes, Aguascalientes. C. P. 20290

**Tel:** 449-971-2622

**Correo:** [aguascalientes@inapam.gob.mx](mailto:aguascalientes@inapam.gob.mx)

### **BAJA CALIFORNIA:**

#### **1. MEXICALI**

**Domicilio:** Secretaría de Bienestar. Avenida Pioneros No. 1005, P. B. Entrada Cuerpo B, Colonia Centro Cívico, Mexicali, Baja California, C.P. 21100.

**Tel:** 686-104-7885

**Correo:** [baja.california@inapam.gob.mx](mailto:baja.california@inapam.gob.mx)

#### **2. TIJUANA**

**Domicilio:** DIF Municipal, Boulevard Insurgentes No. 1760-8, Fraccionamiento Los Álamos, Tijuana, Baja California, C.P. 22170, Referencia Parque Morelos.

**Tel:** 664-382-6210

**Correo:** [baja.california@inapam.gob.mx](mailto:baja.california@inapam.gob.mx)

### **BAJA CALIFORNIA SUR:**

**Domicilio:** *Secretaría de Bienestar.* Boulevard Gral. Agustín Olachea, Esq. Luis Donald Colosio. Colonia Las Garzas, La Paz, Baja California Sur, C. P. 23079

**Tel:** 612-124-2269

**Correo:** [baja.californiasur@inapam.gob.mx](mailto:baja.californiasur@inapam.gob.mx)

### **CAMPECHE:**

**Domicilio:** *Secretaría de Bienestar.* Av. 16 de septiembre S/N, 1er Piso, Col. Centro, Campeche, Campeche, C.P. 24000

**Tel:** 981-816-5366

**Correo:** [campeche@inapam.gob.mx](mailto:campeche@inapam.gob.mx)

### **CIUDAD DE MÉXICO:**

#### **1. CENTRO DE ATENCIÓN INTEGRAL (CAI) UNIVERSIDAD**

**Domicilio:** Avenida Universidad #150, Col. Narvarte, C.P. 3020, Alcaldía Benito Juárez

**Tel:** 552-124-2095

**Correo:** [u.vinculacion@inapam.gob.mx](mailto:u.vinculacion@inapam.gob.mx)

**Horario:** de 8:00 a 20:00 horas



**BIENESTAR**

SECRETARÍA DE BIENESTAR



**INAPAM**

INSTITUTO NACIONAL DE LAS  
PERSONAS ADULTAS MAYORES

## 2. VENUSTIANO CARRANZA

**Domicilio:** Calle Norte 172 S/N, (dentro del mercado Pensador Mexicano) Col. Pensador Mexicano, C.P. 15510, Alcaldía Venustiano Carranza.

**Tel:** 552-124-5869

**Correo:** vco.vinculacion@inapam.gob.mx

## COAHUILA:

**Domicilio:** Centro Integrador Central de Autobuses. Calle Reforma No. 199 interior 1, Esquina Periférico Luis Echeverría, Colonia Lourdes, Saltillo, Coahuila de Zaragoza. C. P. 25070

**Tel:** 844-412-8963

**Correo:** coahuila@inapam.gob.mx

## COLIMA:

**Domicilio:** Secretaría de Bienestar. Boulevard Camino Real No. 120 Esq. Francisco Hernández Espinoza, Colonia Centro Colima, Colima, C. P. 28000.

**Tel:** 312-313-9500

**Correo:** colima@inapam.gob.mx

## CHIAPAS:

**Domicilio:** Secretaría de Bienestar. Calle 12a Ote. Sur No. 150, Edificio G, Planta Baja, Colonia Centro, Tuxtla Gutiérrez, Chiapas. C. P. 29000, Frente al Parque

**Tel:** 961-612-6878

**Correo:** chiapas@inapam.gob.mx

## CHIHUAHUA:

**Domicilio:** Secretaría de Bienestar. Calle Río Satevo No. 7117, Colonia Unidad Vallarta, Chihuahua, Chihuahua. C.P. 31100

**Tel:** 614-438-3225

**Correo:** chihuahua@inapam.gob.mx

## DURANGO:

**Domicilio:** Secretaría de Bienestar, Río Papaloapan No. 211, Fracc. Valle Alegre. Durango, Durango. C.P. 34139. Cerca de la Secretaría de Comunicaciones y Transportes.

**Tel:** 618-818-1776

**Correo:** durango@inapam.gob.mx

## ESTADO DE MÉXICO:

### 1. TOLUCA

**Domicilio:** Secretaría de Bienestar. Francisco del Paso Castañeda No. 107, Colonia Universidad, Toluca. Estado de México. C.P. 50130.

**Tel:** 722-214-4824

**Correo:** edomex@inapam.gob.mx





## 2. AMECAMECA

**Domicilio:** Oficinas del DIF, Av. Parque Nacional S/N, Col. Centro Amecameca, Estado de México, C.P. 56900

**Tel:** 59 79 78 46 44

**Correo:** amecameca@inapam.gob.mx

## 3. CHALCO

**Domicilio:** Asociación Civil, Calle Playa Azul 41, Colonia La Bomba, Chalco de Díaz de Covarrubias, Estado de México, C.P. 56600.

**Tel:** 555-087-0974

**Correo:** chalco@inapam.gob.mx

## 4. ECATEPEC

**Domicilio:** Instalaciones INAPAM. Calle 5 de mayo No. 40 Fraccionamiento Hogares Marla, San Cristóbal Centro, Ecatepec de Morelos, Estado de México, C.P. 55030

**Tel:** 552-125-4801

**Correo:** chalco@inapam.gob.mx

## GUANAJUATO:

### 1. ALBERGUE INAPAM "NICÉFORO GUERRERO"

**Domicilio:** Callejón Hospitales No. 8, Colonia Centro, Guanajuato, Guanajuato, C. P. 36000.

**Tel:** 473-732-0948

**Correo:** guanajuato@inapam.gob.mx

### 2. IRAPUATO

**Domicilio:** Asociación Civil Provisi. Calle Saltillo No. 234, Colonia Miguelito. C. P. 36557, Irapuato, Guanajuato

**Tel:** 462-114-7535

**Correo:** guanajuato@inapam.gob.mx

### 3. LEON

**Domicilio:** Asociación Civil, Calle María Luisa No. 103, Colonia Loma Bonita, León, Guanajuato, C.P. 37420

**Correo:** guanajuato@inapam.gob.mx

## GUERRERO:

**Domicilio:** Parque Papagayo, Av. Juan Sebastián Cano s/n Fraccionamiento Hornos Insurgentes, Acapulco, Guerrero, C.P. 39350.

**Tel:** 744-486-0248

**Correo:** guerrero@inapam.gob.mx



### **HIDALGO:**

**Domicilio:** Casa de Día de los y las Personas Adultas Mayores del Estado de Hidalgo, Calle Moctezuma No. 112, Colonia Centro. Pachuca, Hidalgo. C.P. 42000. Cerca de la Plaza Juárez.

**Tel:** 771-167-1805

**Correo:** hidalgo@inapam.gob.mx

### **JALISCO:**

**Domicilio:** Secretaría de Bienestar, Palacio Federal, Basamento A, Avenida Fray Antonio Alcalde, No. 500, Colonia Centro, Guadalajara, Jalisco, C.P. 44280.

**Tel:** 333-658-5254

**Correo:** jalisco@inapam.gob.mx

### **MICHOACÁN:**

**Domicilio:** Avenida Madero Poniente No. 3080, Colonia Los Ejidos, Morelia Michoacan de Ocampo, C. P. 58180

**Tel:** 443-147-6408

**Correo:** michoacan@inapam.gob.mx

### **MORELOS:**

#### **1. CUERNAVACA**

**Domicilio:** Delegación Bienestar Morelos. Carretera Cuernavaca Tepoztlán Km 1+200 Col. Chamilpa, Cuernavaca, Morelos, C.P. 62210

**Tel:** 777-100-1506

**Correo:** morelos@inapam.gob.mx

#### **2. CUAUTLA**

**Domicilio:** Edificio del Ayuntamiento. Av. Acueducto S/N, Fraccionamiento Manantiales, Colonia Cuautlixco. Cuautla, Morelos, C. P. 62746.

**Tel:** 735-108-3974

**Correo:** morelos@inapam.gob.mx

### **NAYARIT:**

**Domicilio:** Secretaría de Bienestar, Grupos prioritarios. Av. Paraíso No. 263 (entre Cedro y Encino), Colonia San Juan, Tepic, Nayarit, C.P. 63130

**Tel:** 311-688-3570

**Correo:** nayarit@inapam.gob.mx

### **NUEVO LEÓN:**

**Domicilio:** Palacio Federal Av. Benito Juarez s/n, 2do Piso, Zona Centro, Municipio de Guadalupe Nuevo León, C. P. 67100, cerca del metro Eloy Cabazos.

**Tel:** 811-098-3932

**Correo:** nuevo.leon@inapam.gob.mx



### **OAXACA:**

**Domicilio:** Palacio Federal de Oaxaca. Independencia No. 709, Colonia Centro, Oaxaca, Oaxaca, C. P. 68000. Cerca de Catedral.

**Tel:** 951-514-8913

**Correo:** [oaxaca@inapam.gob.mx](mailto:oaxaca@inapam.gob.mx)

### **PUEBLA:**

**Domicilio:** Casa del Adulto Mayor, instalaciones INAPAM, Calle 2 Oriente No. 2020, Entre calle 20 y calle 22 Norte, Colonia Resurgimiento, Puebla, Puebla, C. P. 72373  
Cerca del Parque Ecológico.

**Tel:** 222-235-8650

**Correo:** [puebla@inapam.gob.mx](mailto:puebla@inapam.gob.mx)

### **QUERÉTARO:**

**Domicilio:** Secretaría de Bienestar. Av. Estadio No. 106, P. B., Colonia Centro Sur, Querétaro, Querétaro, C. P. 76070

**Correo:** [queretaro@inapam.gob.mx](mailto:queretaro@inapam.gob.mx)

### **QUINTANA ROO:**

**Domicilio:** Instalaciones de Bienestar. Av. Venustiano Carranza s/n, Esquina Avenida Nápoles, Colonia Nueva Italia, Chetumal, Quintana Roo, C. P. 77035

**Tel:** 983-833-4176

**Correo:** [quintana.roo@inapam.gob.mx](mailto:quintana.roo@inapam.gob.mx)

### **SAN LUIS POTOSÍ:**

**Domicilio:** Secretaría de Bienestar. Calzada Fray Diego de La Magdalena s/n, 2do Piso, Colonia El Saucito, San Luis Potosí, SLP, C.P. 78110

**Tel:** 444-569-2913

**Correo:** [sanluis.potosi@inapam.gob.mx](mailto:sanluis.potosi@inapam.gob.mx)

### **SINALOA:**

**Domicilio:** Secretaría de Bienestar. Calle Javier Mina No. 1247, Colonia Jorge Almada, Culiacán Sinaloa, C. P. 80129, Cerca Palacio de Gobierno.

**Tel:** 667-761-1544

**Correo:** [sinaloa@inapam.gob.mx](mailto:sinaloa@inapam.gob.mx)

### **SONORA:**

**Domicilio:** Palacio Federal. Calle Aquiles Serdán y Pino Suárez, s/n, Colonia Centro, Hermosillo, Sonora, C. P. 83000

**Tel:** 662-217-2000

**Correo:** [sonora@inapam.gob.mx](mailto:sonora@inapam.gob.mx)



### **TABASCO:**

**Domicilio:** Centro Gerontológico del Sistema DIF Tabasco. Av. Ramón Mendoza Herrera 182, Colonia El Recreo, Villahermosa, Tabasco, C.P. 86020

**Tel:** 993-313-5923

**Correo:** tabasco@inapam.gob.mx

### **TAMAULIPAS:**

**Domicilio:** Secretaría de Bienestar. Carretera México-Laredo Km. 228+500, Colonia Las Brisas, Ciudad Victoria, Tamaulipas, C.P. 87180

**Tel:** 834-112-8959

**Correo:** tamaulipas@inapam.gob.mx

### **TLAXCALA:**

**Domicilio:** Secretaría de Bienestar. Calle Miguel Guridi y Alcocer s/n, Colonia Centro Tlaxcala, Tlaxcala, C.P. 90000

**Tel:** 246-466-0920

**Correo:** tlaxcala@inapam.gob.mx

### **VERACRUZ:**

#### **1. JALAPA**

**Domicilio:** DIF Estatal. Avenida 20 de Noviembre Oriente No. 357, Zona Centro, Jalapa, Veracruz, C. P. 91000. Cerca de la Iglesia de La Piedad.

**Tel:** 228-841-4969

**Correo:** veracruz@inapam.gob.mx

#### **2. ORIZABA**

**Domicilio:** Casa de la Cultura Ito, Sur 11 No. 139, Colonia Centro, Orizaba, Veracruz, C.P. 94300, (entre Oriente 2 y 4)

**Tel:** 272-688-5259

**Correo:** veracruz@inapam.gob.mx

### **YUCATÁN:**

**Domicilio:** Instalaciones del Gobierno Estatal, Calle 61 No. 444, por 50 y 52, Colonia Centro, Mérida, Yucatán, C. P. 97000

**Tel:** 999-923-9600

**Correo:** yucatan@inapam.gob.mx

### **ZACATECAS:**

**Domicilio:** Secretaría de Bienestar, Centro de Bienestar "El Orito", Calle Santa Barbara s/n, Col. El Orito 1ra y 2da Sección, Zacatecas, Zac. C.P. 98087

**Tel:** 492-688-1562

**Correo:** zacatecas@inapam.gob.mx





## 7. Residencias de día

El INAPAM cuenta con seis residencias de día, cinco de ellas se encuentran ubicadas en la Ciudad de México y una en el municipio de Jerez, Zacatecas.

En estos espacios se brinda atención gerontológica. La cual consiste en: atención médica, psicológica, cuidados generales, alimentación, intervención de trabajo social, terapia ocupacional y estimulación cognitiva. La estancia es temporal de lunes a viernes de 8:00 a 15:00 horas. En este tipo de servicio se busca contribuir a mantener, recuperar y promover la capacidad funcional, la salud, el bienestar y el ejercicio de sus derechos humanos.

Las personas adultas mayores interesadas en ingresar a una residencia de día del INAPAM deben cumplir con los siguientes requisitos: tener 60 años o más, expresar su voluntad para ingresar, realizar actividades básicas de la vida diaria, tales como: alimentarse, asearse y movilizarse sin dificultad, entre otras, contar con una persona responsable ante el INAPAM, pagar una cuota mensual (establecida a través de estudio socioeconómico). Para mayores informes comunicarse al correo [dgero\\_contacto@inapam.gob.mx](mailto:dgero_contacto@inapam.gob.mx), o a los teléfonos: **55 9155-4154** en un horario de lunes a viernes 08:00 a 14:30 horas.

## 8. Albergues

El INAPAM cuenta con seis albergues, cuatro de ellos ubicados en la Ciudad de México y dos foráneos, uno en Guanajuato, y otro en Tuxtepec, Oaxaca.

En estos espacios, de estancia permanente, se brinda atención gerontológica a personas adultas mayores la cual consiste en: alojamiento permanente, servicio de alimentación, actividades físicas, recreativas, ocupacionales, culturales, estimulación cognitiva, atención médica y servicios de cuidado las 24 horas del día y los 365 días del año, con el objetivo de proteger, mantener, recuperar y promover su capacidad funcional, la salud y el bienestar.

Las personas adultas mayores interesadas en ingresar a un albergue del INAPAM debe cumplir con los siguientes requisitos: tener 60 años o más, expresar su voluntad para ingresar, presentar dificultad para realizar actividades instrumentales de la vida diaria, contar con redes de apoyo insuficientes, tener dos personas responsables de ella ante el INAPAM y pagar una cuota mensual (establecida a través de estudio socioeconómico). Para mayores informes comunicarse al correo [dgero\\_contacto@inapam.gob.mx](mailto:dgero_contacto@inapam.gob.mx), o a los teléfonos: **55 9155-4154** en un horario de lunes a viernes 08:00 a 14:30 horas.





## 9. Centros culturales

Los Centros Culturales INAPAM son espacios en donde se brinda atención a las personas adultas mayores a través de la impartición de actividades educativas, culturales, físicas y recreativas, entre otras; que dan satisfacción a sus necesidades, gustos e intereses.

Tienen como objetivo impulsar, promover y fomentar la participación de las personas adultas mayores en un espacio digno y seguro en el que se brinda atención de calidad a través de la realización de actividades que promueven el fortalecimiento de su capacidad funcional y el despliegue de sus potencialidades dentro de los ámbitos familiar y comunitario, con el fin de promover el envejecimiento activo y saludable.

Para poder asistir, las personas adultas mayores deben cubrir los requisitos solicitados y realizar su trámite de inscripción trimestral acudiendo al Centro Cultural de su preferencia y seleccionando las actividades de su interés entre un catálogo de más de 150 actividades.

El INAPAM cuenta con cuatro Centros Culturales con un horario de funcionamiento de lunes a viernes de 8:00 a 15:00 horas, ubicados en:

### Centro Cultural Alhambra

Alhambra 1113 BIS, Col. Portales, Alcaldía Benito Juárez, CDMX.



**Tel:** 555-532-3082



**Correo:** cc.alhambra@inapam.gob.mx

### Centro Cultural Aragón

Aragón 224, Col. Álamos, Alcaldía Benito Juárez, CDMX.



**Tel:** 559-180-1794



**Correo:** cc.aragon@inapam.gob.mx

### Centro Cultural Cuauhtémoc

Cuauhtémoc 956, Col. Narvarte, Alcaldía Benito Juárez, CDMX.



**Tel:** 555-669-3104



**Correo:** cc.cuauhtemoc@inapam.gob.mx

### Centro Cultural San Francisco

San Francisco 1809, Col. Actipan, Alcaldía Benito Juárez, CDMX.



**Tel:** 555-534-9597



**Correo:** cc.sanfrancisco@inapam.gob.mx



Las personas adultas mayores interesadas en inscribirse deben acudir a los espacios:

- En diciembre para iniciar actividades en enero.
- En marzo para iniciar actividades en abril.
- En junio para iniciar actividades en julio.
- En septiembre para iniciar actividades en octubre.

Y presentar:

- ✓ Identificación oficial
- ✓ Credencial INAPAM
- ✓ Clave Única de Registro de Población (CURP)
- ✓ Dos fotografías tamaño infantil
- ✓ Certificado médico
- ✓ Formato de inscripción en Centros Culturales INAPAM
- ✓ Cuota de recuperación

## 10. Clubes

Los clubes son grupos autogestivos de personas de 60 años y más, con intereses comunes, que se reúnen en espacios comunitarios, que promueven y realizan diversas actividades sociales, culturales, físicas, recreativas y de enseñanza, las cuales contribuyen a mejorar su calidad de vida.

Para identificar el club más cercano a su domicilio, consultar Directorio Clubes a nivel Nacional:

<https://www.gob.mx/inapam/documentos/directorio-de-clubes-inapam-2024>

Para más información sobre el registro de clubes o bien para integrarse a un club, comunicarse a los correos:

Ciudad de México [clubescdmx.vinculacion@inapam.gob.mx](mailto:clubescdmx.vinculacion@inapam.gob.mx)

Interior de la República [clubesestatales.vinculacion@inapam.gob.mx](mailto:clubesestatales.vinculacion@inapam.gob.mx)



## 11. Servicio Social

El INAPAM impulsa la profesionalización de nuevas generaciones de estudiantes de nivel medio y superior en temas de vejez y envejecimiento, a través del desarrollo de su servicio social o prácticas profesionales en sus unidades, buscando con ello:

- ✓ Emplear y fortalecer los conocimientos teóricos adquiridos mediante la práctica directa con las personas adultas mayores.
- ✓ Fomentar en las y los estudiantes una conciencia de solidaridad y compromiso hacia la población que asisten.

Para más información, comunicarse al correo electrónico:

**[m.garnica@inapam.gob.mx](mailto:m.garnica@inapam.gob.mx)** o consultar la página:

**<https://www.gob.mx/inapam/documentos/servicio-social-inapam>**

## 12. Catálogo de fuentes de información sobre temas de vejez y envejecimiento 2023

Es una fuente de información que incluye proyectos de investigación, artículos de revista, tesis, tesinas y otras publicaciones de carácter científico de acceso gratuito, que tiene como objetivo facilitar el estudio y la generación de acciones, programas y políticas públicas en beneficio de las personas adultas mayores a través de la difusión de fuentes de consulta especializada.

El Catálogo se actualiza de manera semestral y actualmente cuenta con 479 registros, el cual puede consultarse en:

**<https://www.bienestar.gob.mx/pb/images/INAPAM/transparencia/TransFoca/CatlogoFuentesInformacin1S2024.xlsx>**

## 13. Directorio de Instituciones Educativas que ofertan formación Gerontológica 2023

Es una base de datos que recopila la oferta educativa de nivel superior, impartida en el país, que en su plan de estudio contempla por lo menos una asignatura relacionada con vejez y envejecimiento. Tiene como objetivo difundir y facilitar la búsqueda de oferta educativa con perspectiva gerontológica de nivel superior.



Actualmente cuenta con 769 ofertas educativas de 32 estados de la República, el cual puede consultarse en la liga:

<https://www.bienestar.gob.mx/pb/images/INAPAM/transparencia/TransFoca/DirectorioInstitucionesEducativas1S2024.xlsx>

## 14. Registro Único de Instituciones Públicas y Privadas que Brindan Servicios a Personas Adultas Mayores.

El Registro Único INAPAM es un directorio nacional de instituciones públicas y privadas que brindan servicios a personas adultas mayores, el cual considera a todo aquel espacio que independientemente de su denominación, régimen jurídico o modelo de atención realice acciones tendientes a mejorar las condiciones de vida de las personas adultas mayores.

El Registro Único tiene por objetivo recopilar información relevante y suficiente sobre la operación y servicios proporcionados por las instituciones a fin de favorecer la toma de decisiones para el diseño y ejecución de acciones institucionales encaminadas a su fortalecimiento, incidiendo de manera positiva en el ejercicio de los derechos de las personas adultas mayores que reciben sus servicios.

El Registro Único se encuentra disponible en la página web del INAPAM, mediante el vínculo:

[https://www.bienestar.gob.mx/pb/images/INAPAM/transparencia/TransFoca/REGISTO\\_U%CC%81NICO\\_INAPAM\\_OCTUBRE\\_2023.xlsx](https://www.bienestar.gob.mx/pb/images/INAPAM/transparencia/TransFoca/REGISTO_U%CC%81NICO_INAPAM_OCTUBRE_2023.xlsx)

Con la finalidad de fortalecer a las instituciones el INAPAM invita a las personas interesadas a ponerse en contacto a través del teléfono **55 5687-9182** y el correo electrónico [registrounico@inapam.gob.mx](mailto:registrounico@inapam.gob.mx) donde se brindará información más detallada sobre la incorporación al Registro Único, así como orientación sobre el adecuado funcionamiento de los Centros Gerontológicos, en apego a la normativa vigente.

