

Deseo agradecer la presencia del

Dr. Heriberto Grijalva Monteverde, Rector de la Universidad de Sonora,

Dr. Roberto Jiménez Ornelas, Secretario General del Sindicato Académico de la Universidad de Sonora.

M.A. Modesto Torres Valerio, Secretario General del Sindicato de Trabajadores y Empleados de la Universidad de Sonora.

A los miembros fundadores de la Asociación a Artemisa López López, Esperanza Flores Castro

Ex presidentes de la asociación Dr. Manuel Sánchez Lucero, Marcelo Adolfo Save Monge

Compañeros Asociados:

A nombre de quienes integramos la actual mesa directiva, me permito dar un merecido reconocimiento a la labor de la mesa directiva saliente encabezada por el Prof. Armando Quijada Hernández, y agradecer la confianza depositada a la actual mesa directiva. Estamos seguros que haremos nuestro mejor esfuerzo para servir a la Asociación. Aprovecho esta oportunidad para pedirles que su inquebrantable disposición y el espíritu universitario, “formado desde hace años, no decaiga, sino que vaya hacia arriba; que el espíritu de unidad, de razón, de imaginación y trabajo que contribuyeron al desarrollo y la consolidación de esta casa de estudios se fortalezca más, porque estamos comprometidos con nuestra Universidad de Sonora”. Que buscaremos con la ayuda de todos, a mejorar las condiciones de vida de quienes dieron su vida y talento a la Universidad de Sonora y estoy seguro que seguiremos aportando nuestros conocimientos, capacidad y experiencia procurando la unidad entre jubilados y familia universitaria

Igualmente les invito a que sigan asistiendo a nuestras asambleas, el segundo jueves de cada mes, donde estaremos tratando los asuntos de nuestra asociación.

Les damos de una manera muy especial, la bienvenida a quienes recientemente se han dado de alta, esperando que se integren con entusiasmo a las actividades de la asociación. Les reitero mi cordial saludo, invitándoles a seguir fomentando todas aquellas acciones que propicien el acercamiento y la comunicación entre nuestros asociados, para de esta manera seguir forjando una agrupación fuerte y solidaria.

## **Programa de Trabajo de la Mesa Directiva 2014-2016**

### **Acciones sugeridas:**

#### **A. De la asociación**

1. Actualizar la normativa de la asociación.
2. Incrementar el número de socios.
3. Implementar un programa permanente de información de las actividades de la asociación, así como la difusión de sus estatutos.
4. Establecer un programa de reconocimientos de los asociados.
5. Promover un Programa de Atención Integral al Pensionado de la Universidad de Sonora.
6. Crear los espacios físicos y equipamiento de la asociación para que sus miembros puedan tener un desarrollo integral dentro de un Programa de Atención Integral al Pensionado de la Universidad de Sonora, teniendo en cuenta su participación y crecimiento personal, la recreación, la salud y el manejo del tiempo libre.
7. Aprovechar un recurso muy valioso de la Universidad de Sonora: sus estudiantes y personal académico. El Programa de Atención Integral al Pensionado de la Universidad de Sonora, debe convertirse en un Centro de Prácticas Profesionales y servicio social para un buen número de programas académicos de la Universidad.
8. Promover e impulsar un proyecto de la estancia de retiro, destinada al descanso y esparcimiento de los universitarios en el retiro.
9. Buscar fuentes de financiamiento para la realización de las actividades de la Asociación.

#### **B. Derecho de los Asociados**

1. Llevar a cabo una revisión de los derechos que como jubilados y pensionados tienen los miembros de la asociación a fin de contar con una información clara y dárselos a conocer para puedan ejercerlos en su beneficio.

### **C. Proyectos de apoyo a la salud**

1. Implementar programas de mejoramiento de la salud de los asociados y su familia.
2. Implementar un programa de visitas a socios que se encuentren con problemas de salud.
3. Realizar paseos y caminatas ecológicas a fin de contribuir de la salud física y emocional de los pensionados y ofrecer múltiples oportunidades para su integración.
4. Ofrecer oportunidades para la actividad física orientada al cuidado de la salud, tales como el baile recreativo, la gimnasia dirigida, el taichi, el yoga, la natación etc.
5. Realizar talleres y conferencias de crecimiento personal, mejoramiento de la autoestima, la memoria, beneficios de una dieta sana, cocina creativa y saludable, el autocuidado, el desapego, el perdón, la muerte, como respirar mejor, manejo del estrés y la relajación, compartires de experiencias y saberes.
6. Llevar a cabo conferencias y talleres para aprender a disfrutar de la vejez, aceptando los cambios que acarrea.

#### **D. Proyectos de Superación personal y recreativa de los asociados**

1. Promover programas de superación personal orientados a la prevención de problemas potenciales en la salud emocional de la población de pensionados.
2. Organizar actividades culturales y recreativas para los asociados.
3. Motivar a los asociados el aprendizaje de arte creativo y manualidades a través de talleres, visitas a museos, exposiciones de artes plásticas. La conformación de grupos con intereses artísticos en música, expresión corporal, pintura, literatura, cine, teatro y danza.
4. Llevar a cabo talleres de escritura y círculos de lectura a fin de convertirlos en un medio para recuperar no sólo las memorias individuales de los pensionados sino también la historia de la Universidad.
5. Contribuir en la consecución de excursiones y paquetes turísticos con precios y condiciones favorables a destinos locales, nacionales e internacionales.
6. Aprovechar uno de los mayores recursos de la asociación, los propios pensionados y jubilados de la Universidad que están dispuestos a compartir sus pasiones intelectuales, artísticas y recreativas con otros pensionados.

**CONSEJO DIRECTIVO DE LA  
ASOCIACION DE PENSIONADOS Y JUBILADOS DE LA UNIVERSIDAD DE SONORA,  
ADALBERTO SOTELO ROMERO, A.C.  
EN EL PERIODO  
26 DE JUNIO DE 2014 – 26 DE JUNIO DE 2016**

<b>PRESIDENTE</b>	<b>DOMINGUEZ CARBALLO LUIS ALFONSO</b>
<b>VICEPRESIDENTE</b>	<b>SANCHEZ PADILLA JESUS ANTONIO</b>
<b>SECRETARIO</b>	<b>FERNANDEZ CASTRO MACLOVIA</b>
<b>PRO-SECRETARIO</b>	<b>MOYA CAMARENA IMELDA</b>
<b>TESORERO</b>	<b>PERALTA ABOYTIA CARMEN LOURDES</b>
<b>PRO-TESORERO</b>	<b>LEAL FRANCO JUAN</b>

CONSEJO DIRECTIVO	NOMBRE	DOMICILIO	TELEFONO	Correo
<b>PRESIDENTE</b>	LUIS ALFONSO DOMINGUEZ CARBALLO	Calle 11, Privada F # 1, E/ Saturnino Campoy Y Mendoza, Sahuaro Indeco	<b>3018066 / 6622562226</b>	<a href="mailto:ldoming@gmail.com">ldoming@gmail.com</a>
<b>VICEPRESIDENTE</b>	JESUS ANTONIO SANCHEZ PADILLA	Amado Nervo # 15, Col. Valle Hermoso	<b>2142795 / 6622573565</b>	<a href="mailto:jeansa42@yahoo.com.mx">jeansa42@yahoo.com.mx</a>
<b>SECRETARIO</b>	MACLOVIA FERNANDEZ CASTRO	Calle Armeria # 6, E/ Real Del Arco Y Alcazar, Col. Villa Satélite	<b>2181804 / 6621900940</b>	<a href="mailto:mfdez@quaymas.uson.mx">mfdez@quaymas.uson.mx</a>
<b>PRO-SECRETARIO</b>	IMELDA MOYA CAMARENA	Enrique Quijada #768, Col Magisterial Sahuaro	<b>2189810 / 6621730789</b>	<a href="mailto:imelda_moya@hotmail.com">imelda_moya@hotmail.com</a>
<b>TESORERO</b>	CARMEN LOURDES PERALTA ABOYTIA	Mimbres # 31 E/ Colonizadores Y Jose De Pima, Col. Residencial De Anza	<b>2606559 / 6621390011</b>	<a href="mailto:profe_lulu@hotmail.com">profe_lulu@hotmail.com</a>
<b>PRO-TESORERO</b>	JUAN LEAL FRANCO	Rosalio Moreno #11 Blvd. Universidad Y Manuel R. Bobadilla	<b>6621714226</b>	<a href="mailto:jlf195206@gmail.com">jlf195206@gmail.com</a>