



BOLETÍN DE PRENSA

Ciudad de México, miércoles 09 de julio de 2025

No. 338/2025

IMSS Colima impulsa cultura de vida activa y saludable en Centros de Seguridad Social

- **El Seguro Social ofrece cursos y talleres que representan una alternativa accesible para aprender, ejercitarse y desarrollar nuevas habilidades.**
- **Voleibol, futbol, yoga, acondicionamiento físico, taekwondo, natación, panadería, diseño y decoración de uñas, teclado y grupo de baile ZumbIMSS, algunas de las opciones.**

El Instituto Mexicano del Seguro Social (IMSS) en Colima cuenta con Centros de Seguridad Social (CSS) en Colima, Tecomán y Manzanillo en los que otorga cursos y talleres para fortalecer el bienestar físico, mental y social de personas derechohabientes y población en general, con una amplia gama de actividades, cursos y talleres dirigidos a niñas, niños, jóvenes, adultos y personas mayores.

La titular de la Jefatura de Servicios de Salud en el Trabajo, Prestaciones Económicas y Sociales en la representación del IMSS en Colima, maestra Sandra Velázquez Alcaraz, explicó que estas unidades operativas tienen la misión de impulsar acciones permanentes que fortalezcan la convivencia familiar y comunitaria, hábitos de vida saludables e inclusión.

Destacó que estos espacios representan una alternativa accesible a toda la población para aprender, ejercitarse y desarrollar nuevas habilidades, al otorgar actividades de promoción a la salud, desarrollo cultural, deporte y capacitación técnica.

En ese sentido, afirmó que sigue vigente el legado de Griselda Álvarez Ponce de León, primera gobernadora de Colima y exdirectora de Prestaciones Económicas y Sociales del IMSS, quien impulsó la creación de guarderías de prestación directa -que se convertirán en Centros de Educación y Cuidado Infantil (CECI)- y los CSS como espacios que fomentan la salud integral de la población.

En la entidad, los Centros de Seguridad Social ofrecen una diversidad de actividades y talleres:



UNIDAD DE COMUNICACIÓN SOCIAL

- En Colima: Voleibol, futbol, yoga, acondicionamiento físico, taekwondo, natación, panadería, diseño y decoración de uñas, teclado y grupo de baile ZumbIMSS.
- En Tecomán: Diseño y decoración de uñas, ajedrez, voleibol, escuela de especialización deportiva en voleibol y basquetbol, y clases de música instrumental (guitarra y percusiones).
- En Manzanillo: clases de ejercicio físico ZumbIMSS, higiene de columna, actividad física para personas mayores de 60 años, y talleres de habilidades para la vida, proyecto de vida, manejo del duelo y apoyo en depresión.

Velázquez Alcaraz destacó que para personas que cursan enfermedades crónico-degenerativas, los CSS disponen del Programa de Atención Social a la Salud (PASS), con estrategias de orientación nutricional, rutinas de ejercicio y grupos de autoayuda para complementar el tratamiento médico y mejorar su calidad de vida.

Invitó a las personas que requieren mayor información a comunicarse a los teléfonos de los CSS de Colima, 312 314 2082; Tecomán, 313 324 1192; y Manzanillo, 314 330 773, o acudir directamente al Centro de Seguridad Social más cercano para conocer la oferta de actividades, fechas y horarios disponibles.

---oo---

LINK DE FOTOS

<https://drive.google.com/drive/folders/1C9SKtz7r5rP8wbOL-U49D1KndNdhas7X?usp=sharing>

LINK DE VIDEO

<https://www.swisstransfer.com/d/1f0b6d5d-1591-49cf-93bb-3cc0f7aaea52>