



OCTUBRE
MES DE LAS PERSONAS ADULTAS MAYORES
CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES 2006

V Feria Nacional de la Persona Adulta Mayor

Lugar: Salón El Tobogán

Fecha: 2 octubre Hora: 9 a.m.

Organiza: Consejo Nacional de la Persona Adulta Mayor (CONAPAM)

Información: Catalina Zúñiga al 223-82-83

Caminata Intergeneracional, Encuentro Artístico, Feria de Artesanía, Premiación Concurso de Dibujo Infantil, Baile, Cine Foro, Premiación XV Concurso Literario de Personas Mayores

Lugar: Varios

Fecha: 1, 25 y 26 octubre Hora: varias

Organiza: Asociación Gerontológica Costarricense

Información: Alejandra Muñoz al 221-03-10

Primera Jornada Cantonal de Autocuidado para el envejecimiento exitoso (actividades varias)

Lugar: Varios

Fecha: 2 al 6 octubre Hora: varias

Organiza: Coopesiba R.L. Barva de Heredia

Información: Norma Celina Sánchez al 261-56-85

Actividades Varias (mensaje a la congregación, rally espiritual, inauguración del programa para la persona adulta mayor, salida recreativa, terapia de hábitos saludables)

Fecha: 1 al 25 octubre

Organiza: Grupo Surcos de Oro

Información: Mayela Arrones al 219-39-43

Mural alusivo a la conmemoración de las personas adultas mayores y Reunión de motivación personal (dirigida a la Asociación de Diabéticos, Hipertensos y Adultos Mayores de Santa Ana)

Lugar: Santa Ana

Fecha: octubre

Organiza: Área de Salud de Santa Ana

Información: Beatriz Reyes al 282-52-42

Actividades varias de la Caja Costarricense de Seguro Social

Fecha: octubre

Organiza: Departamento Ciudadano de Oro, Programa de Desarrollo de la Población Adulta Mayor, Programa de Envejecimiento Activo y Área de Atención Integral de las Personas Adultas Mayores.

Información: Dpto Ciudadano de Oro al 295-27-05, Programa de Desarrollo de la Población Adulta Mayor al 295-27-10, Programa de Envejecimiento Activo al 295-26-97 y Área de Atención Integral de las Personas Adultas Mayores al 257-62-44.

Día de Oro (oferta formativa del Instituto Nacional de Aprendizaje, acondicionamiento físico, taller de artesanía)



Lugar: Instalaciones del Instituto Nacional de Aprendizaje en la Uruca

Fecha: 3 octubre Hora: 9 a.m.

Organiza: Instituto Nacional de Aprendizaje

Información: Victoria Artavia al 210-64-93

Actividades Varias (Ejercicios de relajación, Tai chi, bingo, baile del recuerdo, exposición de experiencias recreativas)

Lugar: varios

Fecha: 3 al 24 octubre Hora: en las mañanas

Organiza: Área de Salud Desamparados 2

Información: Caroline Carpio al 251-05-78

Convivio de Personas Adultas Mayores (grupos comunales previamente convocados) y Charla "Autoestima en la Persona Adulta Mayor"

Lugar: Cartago

Fecha: 4 y 27 octubre

Organiza: Hospital Max Peralta

Información: Vilma Fallas al 550-19-99

Charlas: "Salud buco-dental del adulto mayor", "Importancia de la nutrición en el adulto mayor" y "La salud mental en el proceso de envejecimiento", Bingo Bailable y Caminata con estudiantes de centros educativos.

Lugar: Salón Parroquial Iglesia San Blas y Salón Comunal de Jardines de Moravia

Fecha: octubre

Organiza: Comisión Cantonal de Atención al Adulto Mayor de Moravia

Información: Comisión Cantonal de Atención al Adulto Mayor de Moravia al 245-36-12

Actividades Varias (bingo, celebración de las culturas, coronación de la Reina de Simpatía, Convivio de las pastorales de la vicaría 6)

Lugar: Salón Parroquial de San Pedro e Instalaciones deportivas de la Universidad de Costa Rica

Fecha: 5 al 28 octubre Hora: varias

Organiza: Comité Pro Fiesta de Ciudadano de Oro

Información: Flor de María Chacón al 224-12-57

Charla "Cambio de actitud", Taller "Cuidado de Orquídeas" y Clase de Aeróbico y Relajación

Lugar: Chaperno, INBioparque

Fecha: 5 octubre Hora: varias

Organiza: INBioparque

Información: Connie Guthrie al 507-81-41

Celebración del mes de las personas adultas mayores (dirigido a adultos mayores activos de las siguientes Vicarías: Santo Domingo de Esquipulas, Nuestra Señora de Guadalupe, San Miguel Arcángel y Santiago Apóstol, Nuestra Señora de Desamparados, San Pedro Apóstol e Inmaculada Concepción de Heredia)

Lugar: Varios

Fecha: 6 al 28 octubre Hora: varias

Organiza: Comisión Arquidiocesana de Pastoral del Adulto Mayor



Información: Grace Carvajal al 292-70-95

Reinado de la Amistad y La cocina de mi abuela

Fecha: 6 y 29 octubre

Organiza: Área de Salud de Coronado

Información: Virginia Acuña al 294-29-15

III Festival Multicultural e Inauguración de la exhibición “El primer voto secreto de los ciegos en Costa Rica”

Lugar: Museo Nacional

Fecha: 8 y 12 octubre

Organiza: Museo Nacional

Información: Wendy Segura al 257-14-33

Actividades Varias (Charla, Cine Forum, Juegos Tradicionales)

Fecha: 12, 17 y 19 Hora: varias

Organiza: Asociación de Funcionarios Universitarios Pensionados

Información: María Luisa Lindo al 253-95-07

IV Edición de los Juegos de la Amistad para el Adulto Mayor

Lugar: Plaza González Víquez

Fecha: 13 octubre Hora: 9 a.m. a 3 p.m.

Organiza: Comité Cantonal de Deportes y Recreación de San José y Municipalidad de San José

Información: Javier Parra al 222-79-16 o Priscila Solano al 295-60-61

Actividades Varias

Lugar: varios

Fecha: octubre

Organiza: Ministerio de Salud, Región Central Este y Huetar Norte

Información: Región Central Este al 553-16-87 y Huetar Norte al 460-05-71

Actividades Varias (Feria de la Salud, misa, murales, ejercicios, concurso de comida típica)

Lugar: Coopesalud R.L., Clínica de Pavas

Fecha: 13 octubre Hora: varias

Organiza: Comisión de Adulto Mayor, Coopesalud R.L.

Información: Yalile Marchena al 231-60-44

Exposición de pinturas de los estudiantes del Taller de Artes Plásticas del Programa de Gerontología de la Universidad Estatal a Distancia

Lugar: Paraninfo de la UNED

Fecha: 20 al 27 octubre Hora: 8 a.m. a 4 p.m.

Organiza: Universidad Estatal a Distancia

Información: Ana Cecilia Murillo al 527-23-83



Seminario-Taller “La problemática del Adulto Mayor desde el punto de vista legal”

Lugar: Sede de la Asociación de Jubilados y Pensionados del Ministerio de Obras Públicas y Transportes

Fecha: 27 octubre Hora: 8:30 a.m.

Organiza: Federación Nacional de Jubilados y Pensionados

Información: Marielos Castro al 221-23-34

Actividades Varias (charlas, convivios, intercambios, festejos)

Fecha: octubre

Organiza: Gerencias Regionales y Sedes del Instituto Mixto de Ayuda Social

Información: Carmen Fallas al 202-41-18

Festival Deportivo y Festival de Cine

Fecha: octubre Hora: varias

Organiza: Programa Integral para la Persona Adulta Mayor de la Universidad de Costa Rica.

Información: Programa Integral para la Persona Adulta Mayor al 207-50-35

Baile Recuerdos del Ayer

Lugar: Antiguo Banco Anglo, San Pedro de Montes de Oca

Fecha: 9 noviembre (conmemorativa del mes de octubre) Hora: 1 p.m.

Organiza: Red Intersectorial de la Persona Adulta Mayor de Montes de Oca

Información: Ivette Ramírez al 225-54-05

Personas Adultas Mayores están de fiesta

- CONAPAM celebra el 1 de octubre como “Día Nacional e Internacional de la Persona Adulta Mayor” promoviendo la participación activa de esta población.
- CONAPAM inaugura octubre, mes de las personas adultas mayores, con la V Feria Nacional de la Persona Adulta Mayor.
- Instituciones y organizaciones desarrollan actividades dirigidas a las personas adultas mayores durante este mes.

Durante quinto año consecutivo, las personas adultas mayores disfrutarán de variadas actividades programadas en la **V Feria Nacional de la Persona Adulta Mayor** que se realizará este 2 de octubre en el Salón El Tobogán.

A partir de las 9:00 de la mañana y hasta las 4:30 de la tarde, las personas adultas mayores participarán de una jornada con actividades culturales, recreativas, participativas y educativas como un homenaje en su día.



La V Feria, organizada por el Consejo Nacional de la Persona Adulta Mayor (CONAPAM) se lleva a cabo en el marco de la celebración del 1 de octubre como “Día Nacional e Internacional de la Persona Adulta Mayor” y del Mes de octubre dedicado a esta población. De igual manera, varias instituciones y organizaciones realizarán eventos para este grupo poblacional.

Dicha Feria tiene como fines promover un envejecimiento activo en las personas adultas mayores, propiciar un espacio de participación social y cultural para esta población y fomentar estilos de vida saludables y productivos en todas las generaciones.

“Esperamos más de mil personas adultas mayores de todo el país, por lo que nuestro principal interés es realizar para ellas un día de fiesta, alegría y atención personalizada; integrando a sus familias y promoviendo encuentros generacionales que estimulen la cercanía entre personas jóvenes y personas mayores”, comentó Lidieth Barrantes, Presidenta de la Junta Rectora del CONAPAM.

Más de 40 actividades diferentes se llevarán a cabo a lo largo y ancho del país durante el mes de octubre. Entre ellas, caminatas, concursos, bailes, charlas, juegos deportivos, y muchas más.

Un día especial para las personas adultas mayores

Este lunes 2 de octubre, el Tobogán tiene una cita para mil personas adultas mayores, merecedoras de un día dedicado exclusivamente a ellas, por ello la V Feria tiene actividades variadas para fomentar la participación activa del público adulto mayor.

“Las recibiremos con la comparsa de Alajuelita, ganadora del segundo lugar a nivel nacional y posteriormente se llevarán a cabo actividades deportivas, artísticas y culturales para su disfrute. Además, contaremos con puestos informativos de instituciones públicas y empresas privadas que ofrecen diversos servicios a esta población”, comentó Emiliana Rivera, Directora Ejecutiva del CONAPAM.

También, extendió la invitación e incentivó a sus familias y a la comunidad en general para que participen y disfruten de esta Feria así como, de las actividades que se han organizado durante el mes de octubre para las personas adultas mayores.

Por su parte, Lidieth Barrantes indicó que “todos estamos unidos en esta gran causa hacia las personas adultas mayores; gracias a la voluntad política, institucional, organizacional y empresarial que permite que las buenas intenciones se traduzcan en cambios reales,

profundos y permanentes hacia esta población. Este proceso de participación interinstitucional, intersectorial y multidisciplinario, garantiza los derechos para el mejoramiento de la calidad de vida de esta población”.

PROGRAMA DE LA FERIA

- 9:00 a.m. Acto protocolario con la presencia de invitados especiales de los Tres Supremos Poderes de la República
- 10:00 -10:30 a.m.
Charla sobre Prevención del Cáncer de Mama y Cérvix
Charla sobre Prevención del fumado y enfermedades relacionadas
Presentación de la obra “No soy feliz, pero tengo marido” a cargo de María Torres.
Presentación de Tai Chi
Juegos Dorados
Maquillaje, corte de cabello y arreglo de uñas
Taller de Dibujo
Taller de Elaboración de Adornos Navideños
- 10:30-11:00 a.m.
Charla sobre Hábitos de Vida Saludable para la población adulta mayor
Charla sobre Prevención de Cáncer de Estómago
Presentación de grupo de Gimnasia Coreográfica
Taller de Candelas
Preparación de Platos Saludables
- 11:00- 12:00 m.d.
Charla sobre Plantas Medicinales
Concurso de Karaoke
- 12: 00 - 1:00 p.m.
Almuerzo amenizado con Marimba y grupos folclóricos (el almuerzo tiene un costo de ₡800)
- 1: 00 -1:30 p.m.
Concurso de Bombas y Retahílas
- 2:00 – 4:00 p.m.
Baile con la Orquesta Siguaray
- 4:00-4:30p.m.
Despedida con el Mariachi Hermanos Calderón

