



## *HISTORIAL DE LA ASOCIACIÓN ADULTO FELIZ*



## CONTENIDO

|   |                  |
|---|------------------|
| <b>ALIANZAS ESTRATÉGICAS Y CONVENIOS .....</b>  | <b><u>3</u></b>  |
| <b>ACTIVIDADES .....</b>  | <b><u>5</u></b>  |
| <b>I Encuentro sobre Responsabilidad Social y la Reinserción del Adulto Mayor en la Sociedad como Desafío para el próximo Gobierno .....</b>                | <b><u>8</u></b>  |
| <b>Curso Internacional de Envejecimiento y Demencias .....</b>  | <b><u>12</u></b> |
| <b>Programa Compromiso con el Adulto Mayor (2007-2008) .....</b>  | <b><u>13</u></b> |
| <b>Premio Adulto Mayor PRIMA AFP 2007 .....</b>   | <b><u>15</u></b> |
| <b>Premio Adulto Mayor PRIMA AFP 2008 .....</b>   | <b><u>19</u></b> |
| <b>Charlas Pre-Jubilatorias AAFeliz-Prima AFP .....</b>   | <b><u>24</u></b> |
| <b>Paseos AAFeliz-Prima AFP .....</b>   | <b><u>24</u></b> |
| <b>Conversatorio Madrid+5: El Rol Protagonico del Adulto Mayor .....</b>  | <b><u>28</u></b> |
| <b>Elaboración del proyecto "Complejo de Producción y Desarrollo de las Capacidad del Adulto Mayor y del Niño" en el distrito de Los Aquijes, Ica .....</b> | <b><u>33</u></b> |
| <b>I Seminario Internacional de Capacitación "Cuidado Y Autocuidado del Adulto Mayor: Por una Madurez Digna" .....</b>                                      | <b><u>39</u></b> |
| <b>I Concurso Nacional de Investigación sobre la Contribución Económica del Adulto Mayor en el Perú .....</b>   | <b><u>47</u></b> |
| <b>Otras Actividades de Nuestra Presidente .....</b>  | <b><u>49</u></b> |
| <b>ENTREVISTAS Y REPORTAJES .....</b>   | <b><u>52</u></b> |
| <b>Entrevista a AAFeliz en el Programa de Radio "Espacio de Gestión" de la Maestría de Gerencia Social de la PUCP .....</b>                                 | <b><u>55</u></b> |
| <b>PUBLICACIONES .....</b>  | <b><u>64</u></b> |
| <b>NOTICIAS .....</b>   | <b><u>66</u></b> |
| <b>AAFeliz participó en el Fondo de Población de las Naciones Unidas .....</b>  | <b><u>67</u></b> |
| <b>Informe Sobre el Estado de la Población Mundial en el 2008 .....</b>   | <b><u>68</u></b> |
| <b>Más Sabroso es Comer Acompañado .....</b>  | <b><u>70</u></b> |
| <b>María Esther Palant Cineasta .....</b>   | <b><u>71</u></b> |
| <b>ENLACES .....</b>  | <b><u>72</u></b> |
| <b>REFERENCIAS .....</b>  | <b><u>79</u></b> |
| <b>ALBUM FOTOGRAFICO .....</b>  | <b><u>81</u></b> |

## ALIANZAS ESTRATÉGICAS Y CONVENIOS

AAFeliz firmó importantes alianzas estratégicas con:

- La cadena de boticas Mifarma
- La Pontificia Universidad Católica del Perú - PUCP
- Perú 2021
- PRIMA AFP

Así mismo, firmó un convenio con la Asociación de Exfuncionarios de las Naciones Unidas en el Perú - AEFNUP/AFICS





Firma de convenio interinstitucional la AAFeliz y la PUCP



Firma de convenio entre AAFeliz y PRIMA AFP y lanzamiento del Programa Compromiso con el Adulto Mayor



## ACTIVIDADES

| Lugar y Fecha                                | Descripción   |
|--|---|
| Porto Alegre.<br>Brazil, february 21<br>2005 | Presentation of paper "Ethics as Grounds for the Spiritual and Social Development of the Older People" by Heidi Spitzer Chang, in the Workshop Mutirao 43, carried out 2006, February 21, inside the 9 <sup>a</sup> Assembly of the World Council of Churches, Porto Alegre, Brazil.  |
| Lima, 26 de octubre<br>del 2005              | Reunión sobre Masculinidad y Envejecimiento en Sectores Populares, realizado en el local institucional del Fondo de Naciones para Acciones en Población (FENUAP). En este conversatorio, estuvieron presentes por la Asociación Adulto Feliz: Heidi Spitzer Chang (Presidente), Abelardo Zavala Dagnino (Secretario), Juan Luis Herrera Miranda y Nora Donayre Yáñez (Consultores).   |
| Lima, 14 de<br>diciembre 2005                | La Ética como Fundamento del Desarrollo Espiritual y Social del Adulto Mayor. Trabajo presentado por Heidi Spitzer Chang en la Reunión "Hacia una Pastoral del Adulto Mayor" organizada por la Misión Urbana y Rural del Perú y el Concilio Evangélico del Perú   |
| Lima 13 y 14 de<br>marzo 2006                | Primer Encuentro sobre Responsabilidad Social y la Reinserción del Adulto Mayor en la Sociedad como Desafío para el próximo Gobierno. Evento Organizado por la Asociación Adulto Feliz y la Escuela de Graduados de la Pontificia Universidad Católica del Perú.  |
| Lima, 28 de abril<br>del 2006                | Conversatorio "Voluntariado para el Desarrollo. Desarrollo para el Voluntariado", realizado en el local institucional del Programa de Naciones Unidas para el Desarrollo (PNUD) y Seminario "Voluntariado para el Desarrollo y la Participación Ciudadana". Oportunidad de Participación para todas las Edades, realizado en el local institucional del Colegio de Abogados de Lima (CAL). Participaron por la Asociación Adulto Feliz: Heidi Spitzer Chang (Presidente), Juan Luis Herrera Miranda y Nora Donayre Yáñez (Consultores). |
| Arequipa, 2 y 3 de<br>junio del 2006         | Curso Internacional de Envejecimiento y Demencias, organizado por la Asociación Peruana de Enfermedades de Alzheimer y otras Enfermedades y la Facultad de Medicina Humana de la Universidad Católica Santa María de Arequipa. Participaron prestigiosos especialistas como la Dra. Dena Sheik de la Universidad de Carolina del Norte-Charlotte y el Dr. Roberto Ventura de la Universidad del Uruguay. Por AAFeliz asistieron Heidi Spitzer Chang, Presidenta, y Juan Luis Herrera Miranda, consultor.                                |

|                                       |  |
|---------------------------------------|--|
| Lima, 21 a 24 de junio del 2006       | Entre el 21 y el 24 de junio del 2006, se desarrolló en el local de AAFeliz el curso sobre Talleres Prejubilatorios, dictado por la destacada especialista argentina, psicóloga Laura Bottini. En este curso participaron nuestra Presidente, Heidi Spitzer Chang, sus consultores Juan Luis Herrera Miranda y Nora Donayre Yáñez, así como la socióloga María Pilar Rodríguez y las psicólogas Patricia Gómez, Victoria Pareja y Miriam Castro. |
| Lima, 22 de julio del 2006            | I Conferencia Nacional de Voluntariado y IV Encuentro Nacional de Voluntarios, en el cual participó nuestra presidente con una exposición sobre la Ley General de Voluntariado.  |
| Lima, 17 de abril de 2007             | La Mg, Heidi Spitzer, Presidenta de AAFeliz, es nombrada Secretaria Territorial de FIAPAM para los Países Andinos (Bolivia, Colombia, Ecuador, Perú y Venezuela).  |
| Lima, 25 de junio del 2007            | PRIMA AFP y AAFeliz desarrollaron la segunda Charla Prejubilatoria para sus afiliados que están cerca a retirarse de la actividad laboral  |
| Lima, 25 de junio del 2007            | PRIMA AFP y AAFeliz desarrollaron la primera Charla Prejubilatoria para sus afiliados que están cerca a retirarse de la actividad laboral  |
| Lima, 25 de junio del 2007            | PRIMA AFP y AAFeliz desarrollaron la segunda Charla Prejubilatoria para sus afiliados que están cerca a retirarse de la actividad laboral.   |
| Lima, 19 de julio del 2007            | Primer Paseo Recreacional al Country Club El Bosque.   |
| Lima, 22 de agosto del 2007           | Alianza Prima AFP y Asociación Adulto Feliz, 22 de agosto de 2007. Prima AFP anunció su alianza estratégica con la Asociación Adulto Feliz y para consolidarse una AFP que aborda la problemática del Adulto Mayor de una manera profesional y con asesoría especializada.   |
| Lima, 25 de septiembre del 2007       | Ceremonia de Entrega de Premios Adulto Mayor Emprendedor y Adulto Mayor Destacado PRIMA AFP.   |
| Lima, octubre del 2007                | Charla “Los Adultos Mayores un Segmento Emergente en el Mercado Financiero” para el Banco HSBC   |
| Lima, 20 de octubre del 2007          | “El Buen uso del Tiempo Libre” a los adultos mayores de la Asociación “El que Todo lo Puede”.  |
| Lima, noviembre del 2007              | Conversatorio “Madrid +5: El Rol Protagónico del Adulto Mayor”, en el PNUD, con la Federación Iberoamericana de Asociaciones de Personas Adultas Mayores (FIAPAM).   |
| Lima, 21 de noviembre del 2007        | PRIMA AFP y AAFeliz desarrollaron la tercera Charla Prejubilatoria para los afiliados que están cerca a retirarse de la actividad laboral  |
| Brasilia, 2 - 6 de diciembre del 2007 | La Asociación Adulto Feliz representada por su Presidente, Heidi Spitzer Chang, participó en el Foro Regional de Organizaciones de la Sociedad Civil de América Latina y el Caribe sobre Envejecimiento y en la Segunda Conferencia Regional Intergubernamental sobre el Envejecimiento.   |

- Ica y Lima, febrero del 2008 El Dr. Modesto Chato de los Bueys, Presidente de la Federación Iberoamericana de Asociaciones de Personas Adultas Mayores (FIAPAM), visitó Perú para coordinar la ejecución del proyecto “Complejo de Producción y Desarrollo de las Capacidades del Adulto Mayor y del Niño” en Los Aquijes, Ica, a cargo de AAFeliz y la empresa agro-exportadora “El Pedregal SA”.
- Lima, marzo del 2008 Charla sobre las reuniones de Brasilia alrededor del adulto mayor, Instituto Bartolomé de las Casas por nuestra presidente, Heidi Spitzer Chang.
- Lima, 23 de abril del 2008 AAFeliz y PRIMA AFP desarrollaron la charla “Mejorando Nuestra Calidad de Vida”, la misma que se llevó a cabo en el Hotel Sofitel de San Isidro, con una nutrida concurrencia.
- Lima, 9 y 16 de agosto del 2008 I Seminario Internacional de Capacitación "Cuidado y Autocuidado del Adulto Mayor: Por una Madurez Digna" A este Seminario, realizado en la Pontificia Universidad Católica del Perú (PUCP) los días 9 y 16 de agosto, asistieron alrededor de 1,200 personas cada día, multitudinaria concurrencia que superó ampliamente las expectativas de los organizadores.
- Lima, 3 septiembre del 2008 El 3 de setiembre de 2008, a partir de las 7 p.m. en el Hotel Los Delfines de San Isidro, se llevó a cabo la Ceremonia de Premiación: Premio Reconocimiento Adulto Mayor Emprendedor Prima AFP y Premio Reconocimiento Adulto Mayor Destacado Prima AFP.
- Lima, julio a diciembre del 2008 “I Concurso Nacional de Investigación sobre la Contribución Económica del Adulto Mayor en el Perú” con el Auspicio del Fondo de Población de las Naciones Unidas-UNFPA. Ver los trabajos ganadores en las referencias que parecen al final de este historial.



## I Encuentro sobre Responsabilidad Social y la Reinserción del Adulto Mayor en la Sociedad como Desafío para el próximo Gobierno



Organizado por la Asociación Adulto Feliz y la Escuela de Graduados de la Pontificia Universidad Católica del Perú, se llevó a cabo el 25 de Julio del 2007 en el campus de la PUCP.

Contó con la presencia de importantes personalidades del campo académico, político y empresarial como el presidente del Consejo de Ministros, Pedro Pablo Kuczynski, quien explicó que dentro de 35 años el Perú tendrá 22% de su población por encima de los 60 años, mientras que en EEUU solo será de 18%. “Estaremos por encima de EE.UU., pero sin sus recursos, hay que crecer antes de envejecer”, dijo.

El encuentro fue inaugurado por Marcela Chueca Márquez, Coordinadora de la Maestría en Gerencia Social de la PUCP, y por Marcial Blondet, Decano de la Escuela de Graduados de la PUCP.

Congregó una gran asistencia y permitió que distintas entidades expongan sus propuestas respecto a los adultos mayores, entre ellas las organizaciones empresariales como Este encuentro congregó una gran asistencia y favoreció que distintas entidades expongan sus propuestas respecto a los adultos mayores, entre ellas:

- Organizaciones empresariales como la CONFIEP (representada por José Morales Dasso), la Asociación Perú 2021 (representada por Federico Cuneo de la Piedra), la Asociación de AFPs del Perú (representada por Federico Cuneo de la Piedra).
- Medios de comunicación como la Empresa Editora El Comercio (representada por Bernardo Roca Rey), la Revista Caretas (representada por Enrique Zileri Gibson), la Radio y Televisión en general (representadas por José María Salcedo).
- Sociedad civil, como la Asociación Adulto Feliz (representada por su presidente Heidi Spitzer Chang).
- Organizaciones nacionales e internacionales relacionadas a la comunidad internacional, como el Programa de Naciones Unidas para el Desarrollo - PNUD (representado por Jorge Chediek), el



El Dr. Marcial Blondet inaugurando el Encuentro

gobierno de la ciudad de Buenos Aires (a través de la experta en programas de preparación para la jubilación, Gabriela Groba) y la Agencia Peruana de Cooperación Internacional- APCI (representada por Óscar Schiappa-Pietra).

Los adultos mayores son un segmento de la población no considerado en las políticas de las empresas privadas o incluso del Estado, a pesar de toda la experiencia acumulada a lo largo de su vida. Conscientes de ello, algunos partidos tienen propuestas sobre el tema.

Así, por ejemplo, la representante de Unidad Nacional, Milagros Campos, planteó la elaboración de un Plan Nacional 2007-2011 para la Población Adulta Mayor. Este plan tendría lineamientos para integrar a este grupo en proyectos de desarrollo o programas en los que puedan aportar sus conocimientos, así como medidas específicas a mediano plazo para mejorar su calidad de vida. Campos también planteó la creación de un instituto especializado en temas sobre esta población, así como hogares sustitutos a cargo de los municipios para la



Exposición “Situación Actual del Adulto Mayor” por Heidi Spitzer Chang

atención y cobertura de todo adulto mayor que carezca de familia, vivienda o medios económicos.

José Antonio Iriarte, candidato al Parlamento Andino por el APRA, indicó que su partido propone un retorno al sistema obligatorio público de pensiones de manera que se garantice a los trabajadores una pensión mínima en la vejez. “Paralelamente puede haber un sistema alternativo para los trabajadores que teniendo mayores ingresos pueden pagar más para mejorar su pensión, como ya se hace en otros países con resultados positivos”, dijo.

El encuentro fue moderado por Krishna Muro Mesones de Investigadores y Consultores en Mercadeo - ICOM y contó con un selecto grupo de panelistas, tales como:

- Juan Paredes Castro, analista político de la Empresa Editora El Comercio.
- Percy Bobadilla Díaz, docente de la Maestría en Gerencia Social.

- Ignacio Espinosa, especialista principal en organizaciones empresariales de la Organización Internacional del Trabajo - OIT.
- Graciela Fernández Baca, presidente de la Cámara de Comercio de Lima.
- Julio Cotler Dolberg, investigador principal del Instituto de Estudios Peruanos - IEP.
- Víctor Carcelén Barrantes, presidente de la Sociedad de Gerontología y Geriátrica del Perú.
- Fernando Rocabado Quevedo, asesor internacional de promoción de la salud de la Organización Panamericana de la Salud - OPS en el Perú.
- Carmen Rosa Graham Ayllón, presidente del comité de competitividad de la Cámara de Comercio Americana del Perú - AMCHAM.
- Abelardo Zavala Dagnino, de la Asociación Adulto Feliz.

El encuentro fue clausurado por Javier Gonzales Terrones, viceministro secretario general del Ministerio de Relaciones Exteriores del Perú.



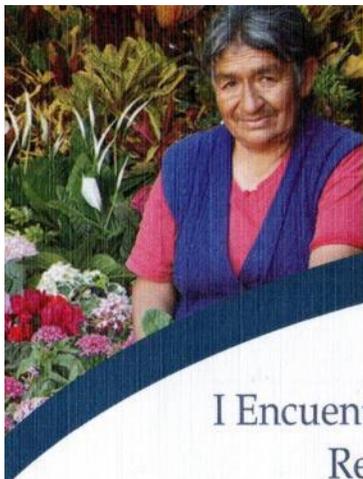
Miembros de AAFeliz y altas autoridades de la PUCP



Heidi Spitzer Chang, José María Salcedo y público asistente



José Morales Dasso de la CONFIEP, otros expositores y público asistente



Nos hemos propuesto que el Perú tenga más adultos felices.

I Encuentro sobre Responsabilidad Social y Reinserción del Adulto Mayor como Desafío para el próximo Gobierno



ESCUELA DE GRADUADOS  
Pontificia Universidad Católica del Perú

## Curso Internacional de Envejecimiento y Demencias

Realizado en el campus de la Universidad Católica de Santa María de la ciudad de Arequipa, entre el 2 y el 3 de junio del año 2006.



Heidi Spitzer Chang, en la mesa de honor



Tuna de adultas mayores de Arequipa



Juan Luis Herrera, entre el público



Universidad Católica Santa María

Participaron prestigiosos especialistas como la Dra. Dena Sheik de la Universidad de Carolina del Norte-Charlotte y el Dr. Roberto Ventura de la Universidad del Uruguay. Por AAFeliz asistieron Heidi Spitzer Chang, Presidenta, y Juan Luis Herrera Miranda, consultor, quienes expusieron los temas “La Asociación Adulto Feliz” y “Situación Actual del Adulto Mayor en el Perú”, respectivamente.

### **Programa Compromiso con el Adulto Mayor (2007-2008)**

Con el fin de revalorar la imagen del adulto mayor en el país, AAFeliz en alianza con PRIMA AFP, desarrolló un conjunto de actividades, como parte del programa Compromiso con el Adulto Mayor, que incluía charlas pre jubilatorias y concursos a nivel nacional de adultos mayores emprendedores y destacados, paseos y charlas sobre emprendimiento y creatividad en los adultos mayores. Nuestra presidente fue miembro del jurado concurso Nacional “Premio Adulto Mayor Prima AFP”, cuyo último concurso fue en el año 2018 en su edición N°12.

El Concurso Nacional Adulto Mayor, en el que AAFeliz tuvo un importante rol organizador, otorgó los siguientes premios:

- El Premio Adulto Mayor Emprendedor, cuyos objetivos fueron fomentar el espíritu emprendedor en el adulto mayor y la posibilidad de que continúe su vida activa y productiva, difundir las experiencias de emprendedores mayores exitosos de nuestro país y brindar un modelo de vida a seguir.
- El Premio Reconocimiento al Adulto Mayor, con cuatro campos (empresarial, de servicio social, artístico e intelectual), cuyos objetivos eran contribuir a revalorar la imagen del adulto mayor en nuestra sociedad, difundir trayectorias de vida de adultos mayores ejemplares de nuestro país y brindar un modelo de vida a seguir por las presentes y futuras generaciones.

Cabe destacar que nuestra presidente fue miembro del Jurado del concurso “Premio Adulto Mayor Prima AFP”, cuya última convocatoria fue en el año 2018 en su edición N°12.

## Apoyo a los adultos mayores



### Alianza entre Prima AFP y Asociación Adulto Feliz

Como parte de su programa "Compromiso con el Adulto Mayor", Prima AFP anunció su alianza estratégica con la Asociación Adulto Feliz y para consolidarse una AFP que aborda la problemática del Adulto Mayor de una manera profesional y con asesoría especializada.

#### LOS OBJETIVOS

El programa "Compromiso con el Adulto Mayor" tiene como objetivos: revalorar la imagen del Adulto Mayor, preparar a los futuros pensionistas para hacer frente a su nueva etapa de la mejor forma, contribuir en la ocupación de su tiempo libre y potenciar el servicio de atención al cliente jubilado.

Para contribuir en la revaloración de imagen del Adulto Mayor, Prima AFP organiza el Concurso Adulto Mayor Emprendedor que premiará a aquellas personas que lograron emprender un negocio o actividad laboral demostrando su iniciativa, capacidad y creatividad. Este concurso premiará con S/. 10,000 y S/. 5,000 para el primer y segundo lugar, a las personas mayores de 60 que hayan iniciado una actividad distinta al llegar a la tercera edad, constituyendo un negocio o una empresa y demostrando que por su potencial creativo y de generación económica forman parte del capital humano del país.

En esa misma línea realizará un reconocimiento público a Adultos Mayores Exitosos, que distinguirá a los adultos mayores que se encuentran en plena actividad y que a lo largo de su trayectoria de vida han brindando valiosos aportes a la familia y a la sociedad, cultivando valores éticos y morales, constituyendo un testimonio vivo de compromiso y responsabilidad social y, por tanto, un ejemplo para las nuevas generaciones.

#### OTRAS ACTIVIDADES

Asimismo, con la asesoría especializada de la Asociación Adulto Feliz, Prima AFP desarrollará para sus afiliados: Charlas pre-jubilatorias que brindarán orientación profesional para facilitar a los afiliados en edad de jubilación la adaptación a esta nueva etapa de su vida; Conversatorios que ofrecerán temas de interés para los pensionistas, y actividades recreacionales, como paseos y otras acciones de interacción social para contribuir al uso de parte de su tiempo libre, siendo complementarias a las realizadas por el Club del Pensionista de la Asociación de las AFP.

A nivel de servicio, Prima AFP ha implementado su nueva Área de Servicio al Adulto Mayor con el objetivo de asegurar un servicio de excelencia en la asesoría e información especializada en planes de jubilación, trámites y pagos de pensiones. Este servicio se complementará con las actividades de su programa de Compromiso con el Adulto Mayor, el cual contribuirá a mejorar la calidad de vida de sus clientes en etapa jubilatoria. La nueva área brindará servicio mensualmente a más de 500 nuevos jubilados. Cabe señalar que Prima AFP cuenta con más de 16,000 jubilados.

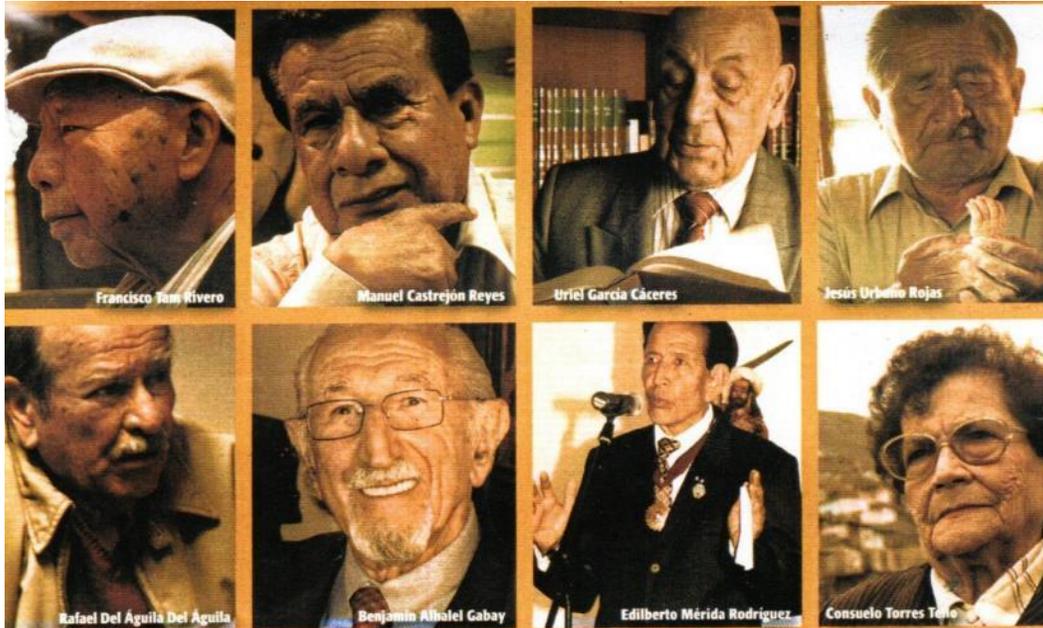
Rubén Loaiza, gerente general de Prima AFP, manifestó: "Prima cree en el potencial del Adulto Mayor y queremos ser los pioneros firmando este convenio con la Asociación Adulto Feliz. En Prima consideramos importante contribuir a seguir mejorando la calidad de vida del Adulto Mayor a través de actividades innovadoras que respondan a las necesidades de los pensionistas, así como a revalorar su imagen dentro de la sociedad ya que existen muchos ejemplos de vida a seguir por los jóvenes."



## Premio Adulto Mayor PRIMA AFP 2007

Entrega de premios a adultos mayores ganadores





## Ganadores de la 1ª edición Premio Adulto Mayor Prima AFP.

Un concurso que reconoce la trayectoria de vida de las personas y destaca también su perseverancia, su espíritu luchador y su aporte a la comunidad.

- PREMIO ADULTO MAYOR DESTACADO PRIMA AFP, para quienes sobresalieron por su trayectoria de vida, brindando valiosos aportes a la sociedad.

**CAMPO EMPRESARIAL**  
Uriel García Cáceres

**CAMPO DE SERVICIO SOCIAL**  
Consuelo Torres Tello

**CAMPO INTELECTUAL**  
Benjamín Alhalel Gabay

**CAMPO ARTÍSTICO**  
Edilberto Mérida Rodríguez  
Jesús Urbano Rojas

- PREMIO ADULTO MAYOR EMPRENDEDOR PRIMA AFP, para quienes se atrevieron a empezar un nuevo negocio en esta etapa de su vida.

**1er. PUESTO**  
Francisco Tam Rivero - Establo San Valentín, Trujillo

**2do. PUESTO**  
Rafael Del Águila Del Águila - Setemin Ingenieros SAC  
Manuel Castrejón Reyes - Cuna, Jardín, Guardería Magic World

*Ellos son un modelo y ejemplo a seguir por las presentes y futuras generaciones.*



Confianza en el futuro

**PRIMA** AFP

Grupo > Crédito



Jurado del Concurso Premios al Adulto Mayor Prima AFP – AAFeliz, 2007



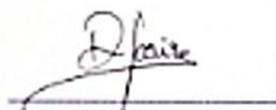
## **PREMIO RECONOCIMIENTO AL ADULTO MAYOR DESTACADO PRIMA AFP**

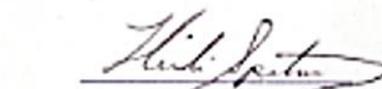
Prima AFP y la Asociación Adulto Feliz  
otorgan el presente diploma a

*Municipalidad de Santiago de Surco*  
*Programa "Adulto Mayor"*

En reconocimiento a su esmerada labor y compromiso  
en favor del adulto mayor en nuestra sociedad.

Lima, 25 de setiembre de 2007

  
Fabian Louza N.  
Consejero General de Prima AFP

  
Iván Spitzer C.  
Presidente Asociación Adulto Feliz

## Premio Adulto Mayor PRIMA AFP 2008



**asociación**  
**AdultoFeliz**  
compartiendo la plenitud de nuestras vidas

**Él tiene toda una vida por delante  
y su nieto también.**

**2<sup>da</sup> Edición del Concurso PREMIO ADULTO MAYOR 2008**

La edad no es impedimento para destacar. Prima AFP junto a la Asociación Adulto Feliz reconocen el esfuerzo de quienes sobresalen por su trayectoria de vida y quienes demuestran que la edad no es un obstáculo para emprender nuevos retos.

El concurso premia dos categorías:

- Premio Reconocimiento Adulto Mayor Destacado.
- Premio Adulto Mayor Emprendedor.

Para mayor información ingresa a [www.prima.com.pe](http://www.prima.com.pe), [www.aafeliz.org](http://www.aafeliz.org) o llama a Prima AFP al **615-7211** y Asociación Adulto Feliz al **242-0667**.

*Confianza en el futuro*

**PRIMA** AFP

Grupo > Crédito

Premio Reconocimiento Adulto Mayor Emprendedor  
Premio Reconocimiento Adulto Mayor Destacado  
Prima AFP 2008

El 3 de setiembre de 2008, a partir de las 7 pm en el Hotel Los Delfines de San Isidro, se llevó a cabo la Ceremonia de Premiación: Premio Reconocimiento Adulto Mayor Emprendedor Prima AFP y Premio Reconocimiento Adulto Mayor Destacado Prima AFP.

A la Ceremonia asistieron más de quinientas personas, las que siguieron con mucho entusiasmo y emoción la entrega de premios y reconocimientos.

El programa de la Ceremonia fue el siguiente:

Mónica Sánchez, fina conductora de la Ceremonia, dio la bienvenida a las autoridades y a los participantes.

Ruben Loaiza Negreiros, Gerente General de PRIMA AFP, y Heidi Spitzer Chang, presidente de AAFeliz, dieron el discurso inaugural.

Prima AFP y la Asociación Adulto Feliz agradecieron a los distinguidos miembros del Jurado Calificador que, con su participación, dedicación y juicio, han dado realce a una premiación de esta importancia: Cecilia Bákula Budge; Esteban Caballero Carrizosa; Luis Bustamante Belaúnde; Fernando D´Alessio Ipinza; Fernando De Lucchi Fernald; Alfredo Ferrero Costa; Monseñor Miguel Irizar Campos; Pedro Pablo Kuczynski Godard; Leslie Lee Crosby; Salomón Lerner Febres; Raúl Vargas; Enrique Zileri Gibson.

Los organizadores reconocieron con diploma a los representantes de las entidades que trabajan por el Adulto Mayor: María Linda Socarráz de Taboada, Presidenta de la Alianza de Apoyo al Instituto Nacional de Enfermedades Neoplásicas – ALINEN; Luz Cristina Portela Macedo, Presidenta de la Asociación de Caridades de San Vicente; Luz Marina Zeballos Velásquez, Coordinadora de la Asociación Voluntariado AMIGOS de Arequipa; Norma Cuniberti Campos, Promotora de la Gerencia de Prestaciones Sociales y Económicas del Centro del Adulto Mayor Essalud Callao; Sebastián Céspedes Gerente General de la Clínica Ricardo Palma; Flor de María Vásquez Samamé, Representante de la Federación Iberoamericana de Personas Adultas Mayores Zona Norte Perú - FIAPAM; Luis Ocrosopoma, Alcalde Jesús María; Salvador Heresi, Alcalde de San Miguel.

Los nonagenarios fueron también premiados. Luis Humberto Ezeta Villalobos de 90 años, presentado por la Asociación Sociedad de Capitanes y oficiales de la Marina Mercante Nacional; Félix Ruperto Álvarez Pérez de 92 años, presentado por la Sociedad de San Vicente de Paúl; Reverendo Padre Rafael Pascual Salustiano de 89 años, presentado por la Orden de la Santísima Trinidad y de los Cautivos; Enrique Bragagnini Alonso, 91 años, presentado por el Centro Adulto Mayor EsSalud de San Isidro; Víctor Manuel Moya-Méndez Acevedo, 89 años, presentado por la Casa del Vecino de la Municipalidad Distrital de Jesús María; Víctor Flores Gutiérrez, 90 años, presentado por la Dirección Nacional de Artesanía del MINCETUR.



El Dr. Carlos Peña Herrera, recibió medalla por haber contribuido significativamente al conocimiento del Perú en nuestra sociedad, a través de su trayectoria tan fructífera como geógrafo, así como por su trabajo docente y de difusión de los recursos nacionales.

Abraham Falcón García, recibió una distinción especial por haber desarrollado un producto distintivo como es la Guitarra Modelo Peruano, de alta técnica, reconocida tanto en el país como en el extranjero, convertida en una auténtica tradición musical transmitida



de generación en generación desde hace 63 años.

Grimaneza Wiese Montero recibió el Premio Adulto Mayor Destacado PRIMA AFP en el campo social. Ella fue presentada por el Centro Peruano de Audición, Lenguaje y Aprendizaje.



Ella es fundadora del Centro Peruano de Audición, Lenguaje y Aprendizaje. Ha recibido las medallas Flora Tristán y de la Orden del Sol, entre otros reconocimientos. Decidió poner esta escuela porque su hijo nació sordo y se ha dedicado a ello por más de 50 años. Su centro se financia con donaciones y ha crecido en el tiempo, para atender las

crecientes demandas, siendo el primer centro del Perú en su naturaleza. Fundó también en Ecuador un centro similar. A la señora Grimaneza le gusta practicar Tai-Chi, la lectura, escribir, disfruta también mucho de salir con sus nietos. Siempre trata con mucho cariño a todos los que acuden a ella para pedirle consejo.

Juan Vicente Ugarte del Pino recibió el Premio Reconocimiento Adulto Mayor Destacado en el campo intelectual. Fue presentado por la Sociedad Peruana de Historia.

Don Juan Vicente es Doctor en Derecho Público en la Universidad Nacional Mayor de San Marcos. Estudió Derecho Internacional en la Universidad de Madrid. Es abogado en Demarcación de la Frontera Marítima en el Ministerio de RR.EE. y profesor emérito de la Universidad Nacional Mayor de San Marcos. Fue profesor de la Academia Diplomática del Perú y Decano del Colegio de Abogados de Lima.

Es uno de los miembros de la comisión que defenderá la posición peruana ante la Corte Internacional de La Haya sobre la controversia marítima que mantiene el país frente a Chile. El doctor Ugarte es una persona muy carismática, de muy buen carácter. Es viudo y no tiene hijos; sin embargo, se siente feliz de tener sus sobrinas, quienes lo adoran y quieren como un segundo padre.





José Vila Arsedá recibió el Premio Reconocimiento Adulto Mayor Destacado en el campo empresarial, presentado por la Pastelería San Antonio S.A..

Él es un empresario español con 51 años viviendo en el país. Vino al Perú con la ilusión de un sueño: poner una pastelería. Trabajó duro por 3 años para juntar capital y comprar herramientas. Se asoció con Emilio Fernández, experto en

administrar bodegas, para fundar la Pastelería San Antonio en 1959. Esta empezó como una pequeña familia de 6 personas en el local de Magdalena del Mar, que elaboraba 100 productos. Hoy es una gran familia de 550 personas, con 5 locales de panadería-pastelería y servicio de cafetería, una fábrica de pan congelado, servicio de delivery y más de 1,000 productos.

Don José Vila y su esposa tienen poco más de 50 años de matrimonio, fruto del cual tuvieron 2 hijos. A consecuencia de la guerra civil española, se vio obligado a trabajar desde muy niño para ayudar a su familia. Desde entonces su filosofía de vida es: mucho amor y trabajo.



Máximo Damián Huamaní recibió el Premio Reconocimiento Adulto Mayor Destacado en el campo Artístico, presentado por la Escuela Nacional Superior de Folklore José María Arguedas.

Violinista autodidacta, ex docente de la Escuela Nacional Superior de Folklore “José María Arguedas”, es intérprete y difusor de danzas típicas, compositor de música ayacuchana, pionero del violín, que enseñó el camino del éxito y abrió las puertas para muchos artistas. Es el músico por excelencia de un baile único en el mundo: La danza de las tijeras.

Don Máximo tiene 3 hijos. Desde niño soñó con ser violinista y aunque su padre siempre se negó a enseñarle alegando que “el ser violinista era un oficio de borrachos”; él, desafiando su autoridad, lo observaba a escondidas en los ensayos y así fue aprendiendo solito. Conoció y cautivó con su arte a José María Arguedas, y fue con él que por primera vez presentó el baile de tijeras en el Teatro Municipal.

Carlos Ponce Castro fue premiado por haber alcanzado el segundo lugar del Premio Adulto Mayor Emprendedor Prima AFP, cuya empresa es Artesanía Artística Mochica.

Con negocio de productos de artesanía en madera que inició el 27/05/99 en Trujillo. Sus productos son de carácter utilitario y decorativo: Réplicas de retablos para iglesias,



de balcones y marcos coloniales, imágenes, mobiliario religioso, etc. El señor Ponce es un artesano, gran exponente del arte colonial en el exterior, que ha obtenido premios nacionales e internacionales. Su mayor deseo es poner una escuela para transmitir sus conocimientos.

Wilson Bernal fue premiado por haber alcanzado el primer puesto del Premio Adulto Mayor Emprendedor Prima AFP, promotor de la Asociación de Apicultores de Amazonas Triple A.

El señor Bernal es presidente y Representante Legal de la Asociación de Apicultores de Amazonas Triple “A”, que inicia sus actividades en junio de 2006 en el distrito de La Peca, provincia de Bagua, región Amazonas. Dicha asociación fue fundada por él, con el fin de desarrollar actividades de crianza de abejas, transformación y comercialización de productos apícolas y sus derivados, reforestación, apiterapia, entre otros. Su lema es “Dar de sí antes de pensar en sí”.



Ver video: <https://www.youtube.com/watch?v=W5bh4tgzgiY>

## **Charlas Pre-Jubilatorias AAFeliz-Prima AFP**

Las charlas pre-jubilatorias organizadas por AAFeliz tuvieron el siguiente contenido: “La Jubilación: Un Cambio de Rumbo”, “Buen Uso del Tiempo Libre”, “Salud Preventiva” y “Empleabilidad”.

El miércoles 21 de noviembre del 2007 se llevó a cabo en el Hotel Sofitel de San Isidro la Tercera Charla Pre-jubilatoria organizada por AAFeliz y PRIMA AFP. Asistieron más de 80 afiliados de PRIMA AFP.

Los temas tratados fueron: Uso del tiempo libre, a cargo de Heidi Spitzer Chang, empleabilidad, a cargo de Krishna Muro Mesones Ponce y Salud preventiva, por Roberto Salinas Durán.

Los oyentes participaron dando testimonio de sus vivencias respecto a la jubilación y agradecieron la oportunidad que les da PRIMA AFP para escuchar las orientaciones sobre los temas tratados que les dan los expertos de AAFeliz.

La charla “Buen Uso del Tiempo Libre” fue replicada a los adultos mayores de la Asociación “El que Todo lo Puede” de Pamplona Alta, Lima, en octubre del 2007.

El 23 de abril del (averiguar año) AAFeliz y PRIMA AFP desarrollaron la charla “Mejorando Nuestra Calidad de Vida”, la misma que se llevó a cabo en el Hotel Sofitel de San Isidro, con una nutrida concurrencia.

## **Paseos AAFeliz-Prima AFP**

### **Primer Paseo Recreacional al Country Club El Bosque**

El día 19 de julio del presente año se llevó a cabo el primer paseo recreacional organizado por AAFeliz y PRIMA AFP. A este paseo asistieron 90 personas, entre jubilados ex afiliados de PRIMA AFP, acompañantes y equipo de apoyo y tuvo como escenario el Country Club El Bosque, Chosica. Los participantes disfrutaron de prácticas de Tai-Chi, juegos muy divertidos y almuerzo amenizado por un conjunto musical de primera. Al final de las actividades recreativas hubo una ceremonia de premiación, se formó el círculo y se cantó la canción de despedida, que fue entonada con gran emoción por los participantes.

### Charlas Pre-Jubilatorias AAFeliz-Prima AFP



Heidi Spitzer Chang



Krishna Muro Mesones



Dr. Roberto Salinas



Público asistente de la AFP Prima



Krishna Muro Mesones



Dr. Roberto Salinas



Heidi Spitzer Chang



Público asistente de la AFP Prima

Paseo al Country Club El Bosque, sede Chosica



## Conversatorio Madrid+5: El Rol Protagonístico del Adulto Mayor

Unos 60 mil damnificados del sismo del 15/08/07 son sexagenarios

Autoridades se habrían olvidado de ellos

La Asociación Adulto Feliz (AAFeliz) y la Federación Iberoamericana de Asociaciones de Personas Adultas Mayores (FIAPAM) llevaron a cabo el “Madrid+5: El Rol Protagonístico del Adulto Mayor”.



Jorge Chediek, Representante Residente del PNUD,  
Heidi Spitzer, Presidente de AAFeliz, y Esteban  
Caballero Representante de UNFPA

Estuvieron presentes: La Secretaria Nacional de FIAPAM, Sra. Sofía Alvarado, representantes de asociaciones afiliadas a FIAPAM y de otras asociaciones de adultos mayores, autoridades gubernamentales, representantes de otras instituciones y medios de comunicación. En total, asistieron 112 personas, pertenecientes a 51 organizaciones.

El Conversatorio se realizó en el local institucional del Programa de Naciones Unidas para el Desarrollo (PNUD) en Lima-Perú, siendo inaugurado por Jorge Chediek, Representante Residente del PNUD, y Heidi Spitzer, Presidente de AAFeliz.

El Sr. Chediek señaló que, aunque por muchos años se enfatizó el trabajo sobre niñez y adolescencia, actualmente “tenemos una realidad, y es que el mundo está envejeciendo; anteriormente se solía ver a los adultos mayores como un problema, como costos de seguridad social y atención médica”.

Agregó que “actualmente hay cada vez más gente mayor en condiciones físicas y mentales excelentes, y ahora se les ve como un elemento de solución a los problemas de desarrollo”.

Finalmente, saludó la labor de Heidi Spitzer, Presidente de la Asociación Adulto Feliz, por “su compromiso con esta causa de dignidad humana y de desarrollo de los pueblos”.

El Representante del Fondo de Población de las Naciones Unidas (UNFPA), Sr. Esteban Caballero, presentó las estadísticas de la situación del adulto mayor en el terremoto del sur. La información, desarrollada por Walter Mendoza (UNFPA), se elaboró con información basada en el censo de damnificados y dio luces sobre la alta vulnerabilidad de este grupo poblacional en las zonas afectadas, demostrada por su alta tasa de muertes y lesiones.

La participación de las personas mayores en la reconstrucción de la zona fue el tema abordado por Elia Luna del Valle, Directora de Personas Adultas Mayores del Ministerio de la Mujer y Desarrollo Social (MIMDES).

La Sra. Flor de María Vásquez Samané, Vicesecretaria General de FIAPAM, habló en representación del Sr. Modesto Chato de los Bueys, Presidente de FIAPAM, quien no pudo asistir por motivos de salud.

La Sra. Vásquez enfatizó el hecho de que esta Federación, con base en España, congrega a más de 5,000 asociaciones de adultos mayores de Iberoamérica, España y Portugal; número que va creciendo por importantes nuevas adherencias de asociaciones, tanto en el Perú como en la Región Andina.

A continuación, el Dr. Abelardo Zavala Dagnino, Secretario de AAFeliz, señaló que FIAPAM y AAFeliz se han impuesto como tarea fundamental ejecutar, con el apoyo de la sociedad civil, un proyecto a favor de los adultos mayores y los niños del centro poblado de Yaurilla-Los Aquijes-Ica, zona afectada por el sismo.

La reinserción del adulto mayor en el mundo laboral fue el tema central tratado por Krishna Muro, Presidente de Investigadores y Consultores de Mercadeo.

Luego, la Coordinadora de la Maestría en Gerencia Social de la PUCP, Marcela Chueca, dio detalles sobre la formación de profesionales para la gestión de programas orientados a personas mayores.

El tema final dedicado a las políticas sobre el adulto mayor de EsSalud fue abordado por el Director de Prestaciones Sociales de esta institución, Sr. Víctor Orihuela.

El Conversatorio, publicitado en varios medios de comunicación, fue clausurado por Elia Luna del Valle, en representación de María Vega Sánchez, Directora de Familia y Comunidad del MIMDES.



*Kimberly-Clark Perú* auspiciadora del Conversatorio

## Inauguradores

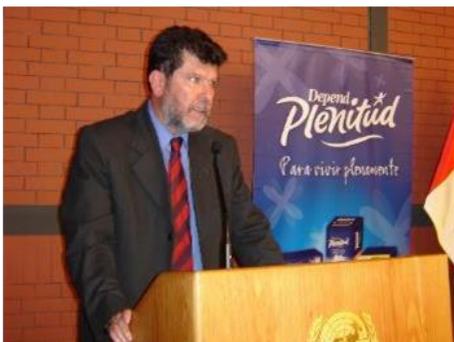


Jorge Chediek, Representante  
Residente del PNUD



Heidi Spitzer, Presidente de la  
AAFeliz

## Expositores



Esteban Caballero, Representante UNFPA



Walter Mendoza, UNFPA



Elia Luna del Valle, MINDES



Abelardo Zavala, AAFeliz



Flor de María Vásquez, FIAPAM



Krishna Muro, ICOM



Marcela Chueca, PUCP



Víctor Orihuela, EsSalud



Fernando Zapater, consultor de DBMJ, empresa líder en Transición de carrera/Outplacement, entre el público



**Público en general**

## Elaboración del Proyecto “Complejo de Producción y Desarrollo de las Capacidad del Adulto Mayor y del Niño”

Niños y mayores fueron el objetivo prioritario de un proyecto que incluía la atención integral y micro-emprendimiento



Don Modesto Chato, Presidente de FIAPAM

El 15 de agosto de 2007 un sismo de 7.9 grados en la escala Richter, azotó diversas regiones del sur y centro del Perú, dejando tras de sí cerca de 600 muertos. Los departamentos más afectados fueron Ica, Lima y Huancavelica. Según el Instituto Nacional de Estadística e Informática, en la región de Ica el 46.5 por ciento de las casas quedaron destruidas y un 18.4 por ciento más quedaron muy afectadas. Esto supone que 218,400 personas perdieron su casa y otras 61,300 quedaron con sus hogares muy afectados estructuralmente.

Preocupada por las desastrosas consecuencias del sismo la FIAPAM inició una campaña entre las asociaciones miembros, a fin de aunar esfuerzos para paliar en lo posible las numerosas necesidades que conlleva esta tragedia.

Una manera de perfilar este proyecto (“Complejo de Producción y Desarrollo de las Capacidad del Adulto Mayor y del Niño”), fue conocer más de cerca la realidad, recoger información de primera mano, contactarse con las autoridades y la población afectada. Por esta razón es que se realizaron varios viajes a la zona siniestrada.

Además, en el marco de estas visitas se logró diversos apoyos y respaldos al proyecto.

La secretaria territorial de FIAPAM, Heidi Spitzer, y la secretaria nacional, Sofía Alvarado, realizaron varias visitas a la zona, acompañadas por la vicesecretaria general Flor de María Vázquez y el secretario de la Asociación Adulto Feliz, Abelardo Zavala.

El objetivo era detectar las necesidades prioritarias de la población (en particular de niños y adultos mayores, por ser los colectivos más afectados y vulnerables tras las catástrofes naturales) y establecer líneas de colaboración con organismos públicos y privados de la zona para impulsar un proyecto de desarrollo local centrado



Adultas mayores y niña de Los Aquijes

principalmente en ambos colectivos.

En este sentido se establecieron alianzas estratégicas y vías de cooperación con la Municipalidad Distrital de Los Aquijes, que se comprometió a donar un terreno de 3,900 metros cuadrados), la Asociación PRO ICA-AGRO y la empresa El Pedregal, entre otras.

Durante el mes de febrero del 2008 el Presidente de FIAPAM viajó al área afectada por el sismo, con el objetivo de respaldar el trabajo hasta entonces realizado e impulsar definitivamente el proyecto.

Modesto Chato estuvo acompañado de Abelardo Zavala, Heidi Spitzer y Flor de María



Modesto Chato de los Bueys dialogando con un adulto mayor de Los Aquijes

Vázquez. El primer día, el equipo se reunió con los gerentes de “El Pedregal SA”, quienes confirmaron una fuerte donación de uvas para la puesta en marcha del proyecto del complejo de producción. Asimismo, expresaron su deseo de replicar el proyecto en otras zonas del país y con la intención de buscar donaciones de otras regiones. A continuación, se reunió con las autoridades de la Municipalidad de Los Aquijes para confirmar la entrega del terreno.

El equipo visitó la zona del desastre. La situación precaria en que viven los adultos mayores y los niños causó un profundo impacto en Modesto Chato. Más tarde, se reunieron con los funcionarios del Centro de Investigación Tecnológica Vitivinícola - CITEvid, a fin de precisar el apoyo que podría prestar esta entidad en la determinación de los posibles derivados de la uva que se podrían producir como parte del proyecto.

El proyecto que llevaba por nombre “Complejo de producción y desarrollo de las capacidades del adulto mayor y del niño de los centros poblados de Yaurilla, Huamanguilla y Tallamana” en su primera fase incluía tres líneas de trabajo: En primer lugar, el micro-emprendimiento para la producción de derivados de la uva; en segundo lugar, un programa de atención integral a la infancia; y, finalmente, un centro para la atención a personas adultas mayores.

Esta primera intervención era parte de un proyecto global que en sucesivas fases incorporaría otras iniciativas productivas, tales como cultivo en invernadero de plantas autóctonas,

producción de artesanía local o creación de un servicio de catering destinado a los trabajadores de las empresas agro-exportadoras del Distrito de Los Aquijes.

Todas estas iniciativas de desarrollo local permitirían la incorporación de adultos mayores de la zona al sector formal de la economía.

Así pues, uno de los hitos importantes del proyecto fue el momento en que los profesionales de la Asociación Adulto Feliz - AAFeliz, FIAPAM y la empresa agro-industrial El Pedregal, aunaron esfuerzos para elaborar un estudio de pre factibilidad para ser presentado a la Comunidad Autónoma de Cantabria para su posible financiamiento.



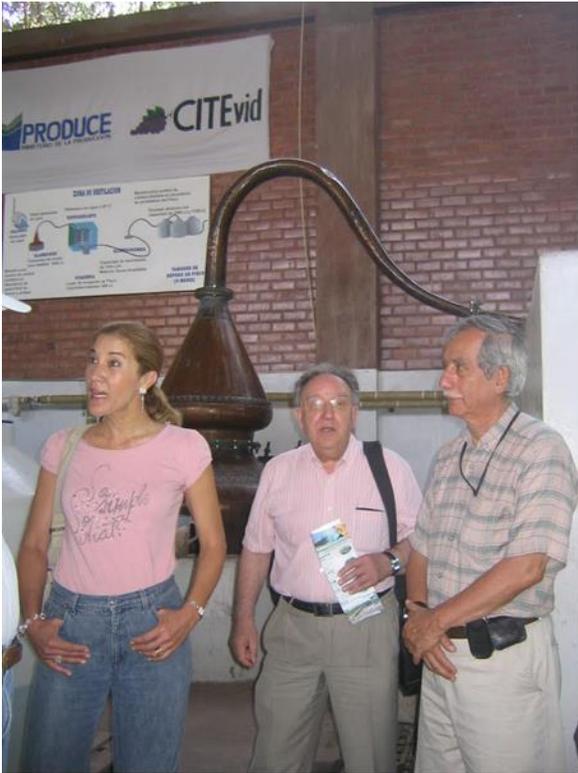
El equipo FIAPAM-AAFELiz-El Pedregal en la Municipalidad de Los Aquijes

Ahora bien, sin esperar la decisión de la mencionada entidad donante (que desgraciadamente fue negativa), las adultas mayores de los comedores populares y vasos de leche de Yaurilla, iniciaron la producción artesanal y sin valor comercial de mermelada y jalea de uva, asociando así su cariñoso esfuerzo al impulso de AAFeliz y la generosidad de “El Pedregal SA”, la cual donó la uva. Es probable que con la ayuda de CITEvid, instalado en Ica, se haya mejorado la producción de mermeladas y jaleas y en el futuro se pueda obtener pasas, macerados, vinagre y néctares.

Además de esta loable tarea, don Modesto Chato, realizó reuniones de trabajo con los miembros de FIAPAM del Perú, en las oficinas de AAFeliz.

## En la empresa agro-exportadora El Pedregal de Ica





En CITEvid de Ica

## Reuniones de trabajo de FIAPAM en AAFeliz



# I Seminario Internacional de Capacitación “Cuidado Y Autocuidado del Adulto Mayor: Por una Madurez Digna”

En Conmemoración del Día Nacional del Adulto Mayor



A este Seminario, realizado en la Pontificia Universidad Católica del Perú (PUCP) los días 9 y 16 de agosto, asistieron alrededor de 1,200 personas cada día, multitudinaria concurrencia que superó ampliamente las expectativas de los organizadores.

En el Campus de la PUCP se desarrolló el Primer Seminario Internacional de Capacitación “Cuidado y Autocuidado del Adulto Mayor: Por una Madurez Digna”, en conmemoración del Día Nacional del Adulto Mayor, que se celebrará el próximo martes 22 de agosto.

Este Seminario fue organizado por la Asociación Adulto Feliz (AAFeliz), la Maestría en Gerencia Social de la PUCP (MGS-PUCP) y la Federación Iberoamericana de Asociaciones de Adultos Mayores (FIAPAM).

Su objetivo fue: Capacitar a cuidadores, familiares, voluntarios y a personas

interesadas en el tema, así como a los propios adultos mayores, en aspectos fundamentales del proceso de envejecimiento y en estrategias para la atención adecuada del adulto mayor, en miras al mejoramiento de su calidad de vida.

Contó con el auspicio de prestigiosas entidades privadas y públicas, nacionales, extranjeras e internacionales: Asociación de Comunicación y Capacitación para la Salud, Asociación Gerontológica Argentina, Colegio de Enfermeros del Perú, Colegio de Psicólogos del Perú, HelpAge Perú, Ministerio de la Mujer y Desarrollo Social (MIMDES), Ministerio de Salud, Perú 2021, Programa de Población de las Naciones Unidas (UNFPA) y Sociedad Peruana de Geriatrias.

Participaron como expositores, connotados especialistas en gerontología como: La socióloga Elia Luna del Valle; los médicos geriatras Roberto Salinas Durán y Humberto Zamudio; el médico traumatólogo Julio A. Segura Pérez; los nutricionistas Julizza Pezo y Miguel Ángel Ramírez; los psicólogos Dante Gazzolo y Laura Bottini (de Argentina y que además es magister en Gerontología, Gestión y Planificación de Residencias y Gestión de Servicios Sociales); la enfermera Martha Vega Farro; la trabajadora social Nancy Espinoza; la economista y presidente de AAFeliz, Heidi Spitzer Chang; el especialista en marketing, Krishna Muro Mesones Ponce; así como Fernando Flores y María Esther Palant (Argentina), cultores del Tai-chi.

Ellos desarrollaron los siguientes temas generales: El proceso de envejecimiento; la salud y



enfermedad, la nutrición y la osteoporosis; la familia y la integración en redes sociales; los cuidados y el estrés del cuidador; el empoderamiento y la participación social; la importancia de las actividades físicas; el buen uso del tiempo y los emprendimientos en esta etapa de la vida.

La periodista Milagros Leiva Gálvez, del Diario El Comercio, ofició de Moderadora de la Mesa de

Debates y Conclusiones, propiciando el diálogo entre los asistentes y los expositores.

El Seminario fue inaugurado el sábado 9 de agosto por la Magíster Marcela Chueca Márquez, Coordinadora de la MGS-PUCP y por el Doctor Esteban Caballero, Representante del UNFPA. Fue clausurado el sábado 16 por el Doctor Luis Cairo Molina, Director General de Familia y Comunidad del MIMDES. En esa ocasión Enrique Zileri, Director de Caretas, dio palabras de aliento a los adultos mayores del Perú.

El Seminario tuvo, en cada uno de los dos sábados en que se desarrolló, una asistencia record, ya que estuvieron presentes alrededor de 1,200 personas. Esta multitudinaria asistencia, superó las expectativas de los organizadores y es una clara expresión del gran interés del público en general por obtener información especializada sobre el cuidado y auto cuidado de los adultos mayores de nuestro país, para mejorar la calidad de vida de ellos, de sus familias y de la sociedad en general.



## Inauguradores y Moderadora



Marcela Chueca, PUCP



Esteban Caballero, FNUAP



Milagros Leiva, moderadora

## Expositores



Elia Luna, socióloga



Roberto Salinas Duran, geriatra



Humberto Zamudio, geriatra



Julio A. Segura, traumatólogo



Julizza Pezo , nutricionista



Miguel A. Ramírez, nutricionista



Dante Gazzolo, psicólogo



Laura Bottini, gerontóloga



Martha Vega Farro, enfermera



Nancy Espinoza, asistente social



Heidi Spitzer Chang, AAFeliz



Krishna Muro, ICOM



María Esther Palant, Taichi



Fernando Flores, Taichi

**Presentaciones de Tango y Marinera  
por Adultos Mayores**



El público asistente sobrepasó el aforo del auditorio de la PUPC por lo que tuvo que se habilitó otros espacios





Publico asistente en general



Enrique Zileri Gibson, director de Caretas



Foto: Julio Rosales



Foto: Julio Rosales



ESCUELA DE  
GRADUADOS  
PONTIFICIA UNIVERSIDAD CATÓLICA DEL PERÚ

## CERTIFICADO

Otorgado a Alida Caycho Valle,  
en calidad de Participante en el I Seminario Internacional de  
Capacitación "Cuidado y Autocuidado del Adulto Mayor: Por una Madurez  
Digna", realizado en la ciudad de Lima, los días 9 y 16 de agosto del 2008,  
con una duración de 17 horas.

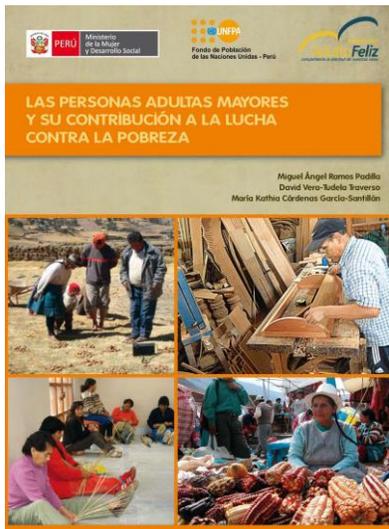
Modesto Chato de los Bueys  
Presidente de la Federación  
Iberoamericana de Asociaciones  
de Personas Adultas Mayores

Heidi Spitzer Chang  
Presidente de la Asociación  
Adulto Feliz

Marcela Chueca Márquez  
Coordinadora de la Maestría en  
Gerencia Social de la PUCP

Marcial Blondet  
Decano de la Escuela de  
Graduados de la PUCP

## I Concurso Nacional de Investigación sobre la Contribución Económica del Adulto Mayor en el Perú



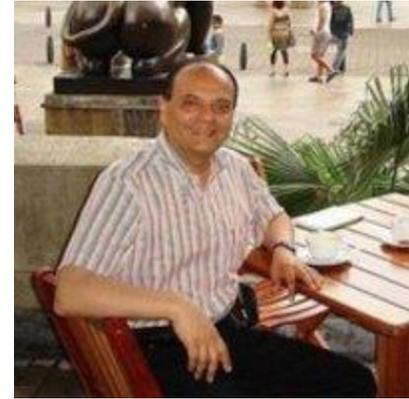
Fue organizado por AAFeliz y realizado entre los meses de julio y diciembre del año 2008, contando con el Auspicio del Fondo de Población de las Naciones Unidas-UNFPA.

Los trabajos ganadores del concurso fueron:

“Contribución económica de la Persona Adulta Mayor a los hogares urbanos en situación de pobreza en el Perú” de Miguel Ángel Ramos Padilla, Miguel Ángel Ramos Padilla.

Este autor es sociólogo, magíster en Demografía; docente investigador en el Departamento Académico de Salud Pública, Administración y Ciencias Sociales y coordinador de la

Maestría de Gerencia de Programas y Proyectos Sociales de la Universidad Peruana Cayetano Heredia; ex director general de la Dirección General contra la Violencia de Género y de la Dirección General de Familia y Comunidad en el Ministerio de la Mujer y Poblaciones Vulnerables del Perú.



Y “El Adulto Mayor y su contribución a la economía en el hogar, una aproximación empírica para el Perú y un estudio de caso en San Juan de Miraflores” de David Vera-Tudela Traverso y María Kathia Cárdenas García-Santillán.



David Vera-Tudela es magister en Economía de la Universidad del Pacífico y estudiante del Programa de Maestría en Gestión Pública Internacional y Políticas Públicas en la Universidad Erasmus de Rotterdam; jefe de la Oficina de Planificación Estratégica y Presupuesto y ex director general de Presupuesto Descentralizado del Ministerio de Educación.; ex consultor de Consultoría de Estrategia y Operaciones – ENACCIÓN; ex director de Seguimiento de Políticas Sociales del Ministerio de Desarrollo e Inclusión Social; ex asociado profesional junior del Banco Mundial.

María Kathia Cárdenas es bachiller en Economía de la Universidad del Pacífico e investigadora en Crónicas del Centro de Excelencia en Enfermedades Crónicas de la Universidad Peruana Cayetano Heredia.

Sus trabajos fueron publicados por UNFPA en un libro titulado Las Personas Adultas Mayores y su Contribución a la Lucha contra la Pobreza, cuya versión digital está disponible en:

<https://www.mimp.gob.pe/webs/mimp/sispod/pdf/48.pdf>

## Otras Actividades de Nuestra Presidente

### **Participación en organismos del Estado:**

Miembro del Consejo de Asesoría Técnica de la Dirección de Personas Adultas Mayores del Ministerio de la Mujer y Desarrollo Social (MIMDES), habiendo colaborado en la Comisión de Elaboración de Pautas y Recomendaciones para el Funcionamiento de los Centros Integrales de Atención al Adulto Mayor (CIAM). Así mismo, miembro del equipo técnico de la Asociación Emergencia Ayacucho (AEA). Recibió diplomas de reconocimiento del MIMDES, por la valiosa contribución a la promoción y valoración personal y social de las personas adultas mayores del Perú, de HelpAge y del Hogar Canevaro, entre otros.

### **Participación en la delegación oficial peruana:**

Igualmente, ha participado como representante de la Sociedad Civil en la Delegación Oficial del Perú, en:

- La “Segunda Asamblea Mundial Sobre el Envejecimiento Activo”. Madrid (abril 2002).
- La “Reunión de Gobiernos y Expertos sobre Envejecimiento en Países de América del Sur” - Seguimiento de la estrategia regional para la implementación del Plan Internacional (Madrid 2002), organizado por CELADE-CEPAL, UNFPA, OPS, BID, OIT y el gobierno de la República Argentina. Buenos Aires (noviembre 2005).
- 13th World Conference de Senior Executive Services, realizada en Zurich (mayo 2007).
- La Segunda Conferencia Regional Intergubernamental sobre Envejecimiento. Brasil, Brasilia (diciembre 2007).

### **En otras actividades académicas e institucionales:**

- Representación de los Docentes en la Ceremonia de egresados de la Primera Promoción de la Maestría en Gerencia Social a Distancia de la Universidad Católica del Perú. (febrero 2005).
- Conversatorio “Voluntariado para el Desarrollo. Desarrollo para el Voluntariado” organizado por el Centro Nacional de Voluntariado–CENAVOL, la Internacional Association for Volunteer Effort–IAVE Perú y el Programa de Voluntarios de las Naciones Unidas –VNU (abril de 2006).
- Seminario “Voluntariado para el Desarrollo y la Participación Ciudadana” Oportunidad para todas las edades, organizado por el Centro Nacional de Voluntariado–CENAVOL, la Internacional Association for Volunteer Effort–IAVE Perú. (abril de 2006).
- I Conferencia Nacional de Voluntariado, IV Encuentro Nacional de Voluntarios, organizada por UN-Volunteers y el Centro Nacional de Voluntariado–CENAVOL en Lima (julio 2006) en el PNUD.
- Charla “La Situación del Adulto Mayor en el Perú”, organizada por el Servicio de Comunidad Femenino SERCOFE (septiembre 2007).

- Charla “¿Enfermedad Silenciosa?... Osteoporosis, organizada por La Sociedad Peruana de Osteoporosis y Enfermedades Óseas” (octubre 2007).
- Charla “Envejecimiento Activo” del “1 Concurso Nacional de Gerontología Social”, organizado por la Universidad Alas Peruanas (mayo 2008).



Presidente de AAFeliz: Heidi Spitzer Chang



PPT basado en la tesis para la Maestría en Gerencia Social de la PUCP de  
Heidi Spitzer Chang



## ENTREVISTAS Y REPORTAJES

AAFeliz ha tenido una serie de apariciones en los medios de comunicación social, como los siguientes:

### Año 2005

| <b>Fecha</b> | <b>Medio</b>  |
|--------------|---|
| 2005         | Revista Caretas   |
| 2005         | Revista Caretas   |
| 03/10/2005   | Radio CPN Radio   |
| 03/10/2005   | RPP   |
| 04/10/2005   | Radio 1160  |
| 07/10/2005   | Revista Caretas   |
| 08/10/2005   | Diario El Comercio  |
| 18/10/2005   | Portal Internet Terra Networks Perú                                 |
| 20/10/2005   | Revista Cosas   |
| 01/11/2005   | Diario Perú 21  |
| 01/11/2005   | TV Canal 4  |
| 02/11/2005   | Radio Ke Buena  |
| 10/11/2005   | Radio CPN Radio   |
| 14/12/2005   | Seminario Nacional hacia una pastoral del Adulto Mayor - Exposición |

### Año 2006

| <b>Fecha</b> | <b>Medio</b>                         |
|--------------|--------------------------------------|
| 24/02/2006   | Radio Bacán                          |
| 03/03/2006   | Canal 6 Plus TV - Programa 3G        |
| 04/03/2006   | Revista Somos                        |
| 09/03/2006   | Canal 6 Plus TV - Fulanos y Menganos |
| 09/03/2006   | Diario El Comercio                   |
| 09/03/2006   | TV Canal 7 - Hola Perú               |
| 10/03/2006   | Radio 1160 - 1                       |
| 11/03/2006   | RPP                                  |
| 11/03/2006   | TV Canal 6 y RPP                     |
| 13/03/2006   | Radio 1160 - 2                       |
| 14/03/2006   | TV Canal 5 - Buenos Días Perú        |
| 15/03/2006   | TV Canal 2 - 90 Segundos             |
| 16/03/2006   | Audio de entrevista a Gabriela Groba |
| 17/03/2006   | Radio 1160 - 3                       |
| 24/03/2006   | Diario Expresión de Chiclayo         |
| 26/03/2006   | TV Canal 7 -                         |
| 03/04/2006   | Diario Gestión Médica                |
| 05/04/2006   | Canal 6 Plus TV - ¡Oh, Diosas!       |

24/08/2006 Diario El Comercio: Universidad Católica forma Gerentes para el Desarrollo.  
 24/08/2006 Revista Caretas: Entrevista a Florencio Coronado - Cuerdas para rato.  
 30/08/2006 Canal 6 Plus TV - Programa 3G  
 01/09/2006 Revista de Egresados del PAD

#### **Año 2007**

| <b>Fecha</b> | <b>Medio</b>  |
|--------------|---|
| 21/06/2007   | Radio Filarmonía – Meridiano  |
| 21/06/2007   | Revista Caretas - Ellos y Ellas   |
| 26/06/2007   | Diario El Comercio - El amor es el inicio y el fin                                |
| 27/06/2007   | RPP - De la noche a la mañana   |
| 29/06/2007   | Canal 2 - La Ventana Indiscreta   |
| 29/06/2007   | Canal N - Rumbo Económico   |
| 03/07/2007   | Diario Perú 21 - Excluimos a los adultos mayores, pero lo seremos todos algún día |
| 03/07/2007   | Plus TV - ¡Oh Diosas!   |
| 09/07/2007   | RPP - Entre Amigos  |
| 10/07/2007   | CNR - Radio PUCP Online   |
| 11/07/2007   | Canal 13 - Global Noticias  |
| 14/07/2007   | Radio María - Hermanos Mayores  |
| 14/07/2007   | Revista Somos - Peruanos que no arrugan   |
| 15/07/2007   | Canal N - Mundo Empresarial   |
| 15/07/2007   | CPN Radio - La Conversa   |
| 31/07/2007   | Canal 7 - Mapa Mundi  |
| 21/09/2007   | CPN Radio - A punto - Amor al Adulto Mayor  |
| 23/09/2007   | La Revista de la República - Los Mejores años                                     |
| 27/09/2007   | Revista Sesenta y más (España) - Trabajando por los mayores peruanos.             |
| 28/09/2007   | CPN Radio - A punto - Amor al Adulto Mayor 2da Parte.                             |
| 30/09/2007   | RPP - Esa es la Idea.   |
| 01/10/2007   | Plus TV - ¡Oh, Diosas! - Entrevista a Heidi Spitzer y Consuelo Torres.            |
| 07/10/2007   | Canal 2 - Ayer y Hoy: Nota informativa.   |
| 16/10/2007   | Suplemento Comercial Tercera Edad.  |
| 22/10/2007   | Canal N - Mundo empresarial - Heidi Spitzer e invitado.                           |

#### **Año 2007**

| <b>Fecha</b> | <b>Medio</b>   |
|--------------|--|
| 13/01/2008   | Diario El Comercio Perú - Ugo de Censi                             |
| 11/02/2008   | Plus TV - César Rivasplata un adulto mayor de mucha creatividad.   |
| 19/02/2008   | Diario El Comercio Perú - entrevista a Modesto Chato de los Bueys. |
| 28/02/2008   | Red Global - Bien de Salud - Tema: Osteoporosis.                   |
| 17/03/2008   | Radio Nacional - Entrevista a AAFeliz y Prima AFP                  |
| 19/03/2008   | Adonde.Com - Prima y AAFeliz lanzan 2da Edición Concurso           |
| 22/03/2008   | Agencia de Noticias Andina   |
| 22/03/2008   | Diario La Republica  |

23/03/2008 Agencia de Noticias Andina  
28/03/2008 TV Perú - Programa Hola Perú  
30/03/2008 Diario El Comercio - Nota Informativa  
31/03/2008 Diario Perú 21 - Nota Informativa  
31/03/2008 Página Web Prima AFP  
01/04/2008 Diario El Comercio - Entrevista a Alicia Ruiz  
04/04/2008 Canal N - Rumbo Económico  
04/04/2008 Radio CPN - Programa: Tu voz Existe  
05/04/2008 Diario Correo - Lanzan 2a. edición del concurso Adulto Mayor  
07/04/2008 Diario Expreso - Suplemento Negocios y Finanzas  
13/04/2008 Diario La República - Nunca es tarde para empezar  
17/04/2008 Revista Caretas - Reportaje y mención del concurso  
17/05/2008 Radioprogramas del Perú (RPP) - Más allá de las canas - anuncio del concurso  
18/05/2008 Diario El Comercio - Postulaciones se aceptarán hasta el 2 de junio  
02/06/2008 Canal Plus TV - Tres G - Después de los 70  
07/07/2008 Revista Caras - Nobleza Mayor - Heidi Spitzer  
30/07/2008 Ecos de la Experiencia - Entrevista a Heidi Spitzer  
06/08/2008 Página Web - Adonde.com  
07/08/2008 Enlace Nacional - Premio Adulto Mayor - Entrevista a Marcela R.  
11/08/2008 Agencia Peruana de Noticias - Andina  
11/08/2008 Canal Plus TV – ¡Oh, Diosas!  
11/08/2008 Radio Nacional - Escuchando la Radio  
17/08/2008 Diario El Comercio - Premio Adulto Mayor ya tiene ganadores  
21/08/2008 Diario La República - Premian a Máximo Damián  
26/08/2008 Noticias Trujillo - Trujillano gana Premio Nacional Emprendedor  
03/09/2008 Ceremonia de Premiación PAM 2008 - Canal N  
06/09/2008 Web de la Municipalidad de Jesús María  
12/09/2008 Radio Nacional - Emprendedores al Día  
29/09/2008 Diario El Comercio - Día 1 - El premio Mayor  
29/09/2008 Página Web - Clínica Ricardo Palma  
03/10/2008 Enlace nacional - Premio Adulto Mayor - Máximo Damián  
05/10/2008 Canal N - Mundo Empresarial - Resumen PAM



## **Entrevista a AAFeliz en el Programa de Radio “Espacio de Gestión” de la Maestría de Gerencia Social de la PUCP**

### **1. ¿Cuál es la situación actual del adulto mayor en el Perú?**

El adulto mayor está en la etapa más decisiva del desarrollo humano que debería convertirse en el periodo más feliz de su vida, lejos de ser un preámbulo a la muerte. Esta es la etapa de mayor individuación y sentido de auto-trascendencia.

A pesar de ello, el adulto mayor enfrenta uno de los problemas más difíciles de la vida: “la soledad”, la cual es una de las principales causas de depresión que continuamente le aqueja. Ésta se debe a pérdidas importantes de familiares y amigos. La red social que le sirve de soporte va disminuyendo.

Paralelo a esto, tiene que enfrentar diversos problemas naturales de su edad como pérdida de la memoria y la disminución de sus sentidos sobre todo los de audición y visión, inclusive a veces con problemas para desplazarse. Por lo tanto, el círculo social del adulto mayor se va reduciendo en forma drástica y éste corre el riesgo de abandonarse a un ocio pasivo.

Son muchos los problemas que el adulto mayor debe de enfrentar en contextos nacionales de pobreza, como el nuestro, y muy pocas las opciones que se presentan como aptas para solucionar o prevenir estos problemas.

Envejecer no es fácil, pero es una etapa natural a la que todos llegaremos algún día y es una situación que, de un modo u otro, requiere preparación y el apoyo de organizaciones especializadas.

El avance de nuestra sociedad contemporánea trae aparejados un descenso de la fecundidad a la vez que un incremento de las expectativas de vida de las personas. Por lo tanto, el número de años vividos del adulto mayor es cada vez más amplio.

Irónicamente, esta aceleración de descubrimientos científicos y tecnológicos tiene efectos culturales que contribuyen a marginar más al adulto mayor.

Las transformaciones sociales, cada vez más rápidas, pueden crear un sentimiento de inseguridad y desorientación. El adulto mayor queda fuera del circuito de producción, teniendo como consecuencia la marginación social, todo lo cual lo lleva a un ocio pasivo. A este aislamiento no sólo intervienen factores sociales, económicos y familiares sino también biológicos.

En él se empieza a manifestar una actitud de pasividad y tedio: Paradójicamente, cuando las personas se jubilan, disponen de uno de los valores más hermosos y codiciados: el tiempo, y teniéndolo a su total disposición se les escapa de las manos tristemente, por no saber qué hacer, no estar preparadas para las mil posibilidades de desarrollar sus facultades dormidas, y, en consecuencia, se aburren mientras vegetan y esperan pasivamente el encuentro con la nada.

Si no se desarrolla una política con adecuada orientación, el ocio puede convertirse en una situación dramática (algunas personas pueden caer en la droga, la depresión, el

aislamiento, problemas psiquiátricos...). Todo ello reclama una educación de adultos de modo urgente.

Se ha comprobado repetidamente que las redes sociales y el apoyo social son elementos cruciales para la salud física y psicológica del adulto mayor, y se ha constatado especialmente la relación entre estrés, enfermedad y apoyo social.

Las diversas formas de ocupar el ocio son una fuente inagotable de recursos para el adulto mayor, ya que le proporcionan un tiempo inmejorable para establecer nuevas relaciones sociales.

### **Magnitud del Problema:**

La especie humana envejece. Ello sucede a nivel mundial, en América Latina y el Perú específicamente.

En América Latina, a partir del año 2000 la población de personas mayores de 60 años llegará a duplicarse en tan sólo dos décadas, llegando aproximadamente a los 80 millones de personas. Cada año habrá 2 millones más de individuos que requieran servicios sociales para este sector. Más grave aún, el envejecimiento de la población de América Latina va siendo más rápido que el de los países desarrollados, y se da en un contexto de pobreza e inequidad socioeconómica.

En el Perú, hasta el año 2002 la población adulta mayor era de 1'978,382 personas, equivalente al 7.2% de la población total del país. Así mismo, para el año 2025 las proyecciones señalan que la población adulta mayor estará sobre el 12.6% de la población total del país; es decir, más de cuatro millones de personas. Para ese año habrá una persona mayor de 60 años por cada dos niños menores de edad.

Los adultos mayores en el país se han incrementado en mayor medida en el área urbana, representando en la actualidad el 70 % de ellos, cifra que ascendería al 80.3% en el año 2025.

Lo repentino de estos cambios demográficos subraya la necesidad acuciante de formular políticas que tengan en cuenta perspectivas innovadoras a fin de aumentar la participación e integración social del adulto mayor.

### **Problemas de Atención de la Salud:**

En el Perú el 63,0% de la población adulta mayor, no cuenta con ningún tipo de seguro médico, siendo más crítica la situación de los residentes en el área rural, donde el porcentaje de población sin cobertura médica alcanza al 90,3%, es decir 9 de cada 10 personas carece de un seguro médico.

A nivel nacional, cerca de 4 de cada 10 personas adultas mayores, poseen cobertura de seguro médico. Del total de personas con seguro, una gran parte es asistida por EsSalud, correspondiéndole una cobertura de 31,4% del total de personas adultas mayores, mientras que aproximadamente 7,2% de este grupo poblacional recurren a otros seguros (seguro privado de salud, seguro de las FF.AA. y la Policía Nacional, etc.).

### **Problemas de Jubilación:**

En la actualidad, en el Perú coexisten dos Sistemas o Regímenes Pensionarios: el Sistema Nacional de Pensiones (SNP) y el Sistema Privado de Pensiones (SPP). Se estima que la

cobertura provisional de estos regímenes fluctúa entre el 53% y el 55% de la población total proyectada en edad de jubilación (1'377,350).

Así pues, vemos que una gran proporción de adultos de mayores está desprotegida desde el punto de vista de la salud y de la jubilación.

## **2. ¿Qué propuestas existen para el mejoramiento de la situación del adulto mayor?**

En 2002 se realizó la segunda Asamblea Mundial en Madrid con representación del Perú, donde se aprobó el Plan de Acción Internacional. En este Plan se resalta la importancia de incorporar la cuestión del envejecimiento en los programas nacionales de desarrollo de todos los Estados. Hay en este documento una clara intención de contribuir con la construcción de una sociedad para todas las edades haciendo que la población que envejece pase e integrar el proceso de desarrollo en todos los niveles.

En el Perú, en el año 2002 el Estado aprobó el “Plan Nacional para las Personas Adultas Mayores 2002-2006” En dicho Plan se propone lo siguiente:

- Diseñar y poner en marcha campañas de información y sensibilización sobre el valor y el sentido del disfrute de la vida a partir de la importancia del uso del tiempo libre por parte de las personas adultas mayores, en actividades que promuevan la recreación formativa y el envejecimiento saludable.
- Fomentar la programación y ejecución de actividades físicas, psicofísicas, artísticas, recreativas y artesanales, de cursos de extensión cultural y ocupacional, así como diseñar “Guías de Tiempo Libre”, que propicien el desarrollo personal de las personas adultas mayores.
- Crear, ampliar y difundir los beneficios preferenciales dirigidos a las personas adultas mayores a fin de promover una mayor participación en actividades deportivas, recreativas, culturales y turísticas, luego de haber realizado un diagnóstico de sus intereses y afinidades al respecto.

En el presente año se realizó el “Segundo Foro Nacional de Envejecimiento Saludable” organizado por el MIMDES, el cual ha creado la Red Nacional de Personas Adultas Mayores, con el fin de mejorar su calidad de vida en los espacios donde ellas viven, generan ingresos, aprenden, interactúan y se recrean. Sus componentes son los siguientes:

- Autocuidado.
- Prevención del maltrato y defensorías.
- Envejecimiento saludable.
- Desarrollo de las capacidades.

Por otro lado, la Ley Orgánica de Municipalidades N° 27792 del 28 de mayo del 2003, determina la existencia de programas dirigidos a este sector y reconoce la importancia de su participación en los diferentes espacios de intervención de la comunidad en el gobierno local.

La Ley General de Educación N° 28044, del 28 de julio de 2003, que reconoce “las posibilidades de desarrollo del adulto mayor abriendo espacios para su formación,

reconociendo la educación como un proceso que se da durante toda la vida y de manera permanente”.

La Ley N° 27408 del 2005 referida a la atención preferente al Adulto Mayor por parte del Ministerio de Salud.

Además, en los últimos años, ha habido un significativo incremento de programas y acciones dirigidas a las personas mayores en el Perú, tanto desde la sociedad civil, como desde el Estado.

Esto se observa a nivel municipalidades, EsSalud, iglesias, universidades, ONGs y organizaciones de comunidades extranjeras en el país.

Existen en el Perú básicamente dos organizaciones que brindan servicios en relación al tiempo libre: Los Centros del Adulto Mayor de EsSalud (CAM) y los Programas del Adulto Mayor (PAM) de las municipalidades.

Actualmente existen 109 CAM a nivel nacional, de los cuales 32 están en Lima y 77 en provincias. Según cifras estimadas de EsSalud, la población adulta mayor que recibe las prestaciones sociales de los CAM es de 149,103 personas (7.55% de la población adulta del país).

Cabe destacar que los CAM han sido premiados por la UPC, otorgándole el galardón a la creatividad empresarial 2002 en la categoría Gestión Pública, por ofrecer un conjunto de actividades sociales, culturales y de mejoramiento de la calidad de vida del adulto mayor.

Las autoridades de EsSalud consideran que estos centros ahorran costos médicos a la institución, lo que demuestra que el aumento de la calidad de vida implica la prevención de enfermedades y por ende disminución de dichos costos.

### **3. ¿Dentro de esas propuestas qué papel juega el uso del tiempo libre?**

Se observa pues un apoyo político de las entidades nacionales, tanto en el poder ejecutivo como en el poder legislativo. Sin embargo, también se observan muchas carencias y limitaciones.

En nuestro país no existe una cultura del tiempo libre y por ello se carece de una conciencia y sensibilidad de lo beneficioso que puede ser para los adultos mayores el aprovechamiento del tiempo libre en diversas actividades productivas, espirituales, intelectuales, culturales, deportivas, turísticas, de esparcimiento, etc.

Ahora bien, recordemos de que partí diciendo que el adulto mayor está en la etapa más decisiva del desarrollo humano que debería convertirse en el periodo más feliz de su vida, lejos de ser un preámbulo a la muerte.

Por ello mi tesis se centró en la solución al problema del inadecuado uso del tiempo libre, el cual a su vez influye en la calidad de vida afectiva del adulto mayor. El problema del uso del tiempo libre radica en que el adulto mayor a pesar de contar con un tiempo libre bastante extenso, no suele utilizar sus potencialidades en ese lapso, debido a que falta una cultura del tiempo libre, se le considera peyorativamente y se da escasa valoración a lo que él pueda realizar en ese tiempo; además, la sociedad contemporánea no le impulsa a un aprovechamiento del ocio y le conduce más bien a un ocio pasivo y consumista. Por

lo demás él se siente cohibido de utilizar en ese tiempo libre en las organizaciones especializadas, por el carácter proteccionista, de beneficencia y segregativo de algunas organizaciones, así como por sus propias limitaciones físicas y psíquicas. Ese desaprovechamiento de su tiempo libre tiene una serie de efectos en su calidad de vida emocional, como, por mencionar algunos, alienación, creatividad reprimida, sentimiento de vacuidad, e incluso drogas, depresión, sentimiento de marginación, aislamiento y problemas psiquiátricos.

Frente a ello en la tesis se plantearon varias propuestas de solución, las mismas que se están profundizando en la Asociación Adulto Feliz, con el fin de que el adulto mayor se sienta integrado, capaz, útil, activo, pleno, y en consecuencia mejore su calidad de vida afectiva.

#### **4. ¿Cuáles son los objetivos de la Asociación Adulto Feliz y qué propuestas tiene?**

La Asociación Adulto Feliz es una asociación civil sin fines de lucro radicada en Lima con proyecciones nacionales, cuya **misión** es la satisfacción de las necesidades de los adultos mayores:

- Ofreciéndole servicios para el buen uso de sus capacidades y de su tiempo libre, así como para la relación intergeneracional, con el propósito de que logren un envejecimiento activo saludable.
- Sensibilizando a la opinión pública en general sobre la necesidad de modificar el paradigma peyorativo de la vejez, demostrando las múltiples capacidades de los adultos mayores que no son adecuadamente potenciadas.

Su **visión** es lograr que los adultos mayores mejoren la calidad de vida que merecen y que ellos mismos contribuyen a crear, participando activamente como proveedores de servicios y no solamente como receptores de los mismos, a fin de que sean protagonistas de su propia realización personal y alcancen un sentimiento de plenitud, integración, utilidad y creatividad.

En concordancia con su misión y visión, el objetivo de la Asociación es implementar, con calidad y profesionalismo, el concepto y la práctica de la promoción, gestión y ejecución de programas sociales, con incidencia fundamental en el adulto mayor. Sus líneas de acción, mediante las cuales se alcanzará este objetivo, son: Atención integral, educación y capacitación, comunicación y difusión, generación de empleo, asesoría y consultoría e investigación.

##### **Propuestas de la Asociación:**

La Asociación está conformada por un equipo interdisciplinario, con amplia experiencia en diversos campos relacionados al adulto mayor, como son gerontología, gerencial social, legislación e investigación de mercados. Dicho equipo ha elaborado una serie de proyectos relacionados al adulto mayor, tales como:

##### **a. Sistema de Servicios de Apoyo al Uso del Tiempo Libre: Centros de día:**

La finalidad de nuestra propuesta es que los centros de día sean incubadoras y facilitadores de actividades a desarrollar por el adulto mayor para su mejor calidad de vida. Su objetivo es satisfacer las necesidades de uso adecuado del tiempo libre de los

adultos mayores y constituir un espacio de socialización, un lugar donde estos adultos mayores se sientan cómodos, donde puedan pasar el día, puedan llevar talleres, cursos y charlas y se sientan útiles e importantes, participando también como proveedores de servicios y no solamente como receptores de los mismos.

**b. Sistema de Expertos Seniors Peruanos:**

El SESPÉR tiene como finalidad la identificación, registro, intermediación, selección colocación, seguimiento, retroalimentación y certificación de expertos seniors (expertos adultos mayores) peruanos, y está orientado al aprovechamiento óptimo de sus conocimientos, experiencias y capacidades en empresas del país o del extranjero, principalmente en la solución de problemas específicos de las mismas. El SESPÉR se constituirá como una entidad autónoma de derecho privado, con dirección legal en la ciudad de Lima-Perú.

**c. Programas de Educación y Capacitación: Educación Presencial en Cascada y Educación a Distancia:**

La finalidad de la educación del adulto mayor es que éste pase de ser un participante pasivo y beneficiario de un evento educacional a ser protagonista y autor de su propia realización personal y social, ayudándole a desarrollar competencias y transmitiéndole valores.

En consonancia con lo anterior, los objetivos de la educación para personas adultas mayores son:

- Desempeñar nuevos roles sociales
- Adaptación a cambios personales, sociales y culturales, acorde con el avance de la edad y desarrollo de los conocimientos.
- Promover la investigación, la reflexión y la curiosidad por el saber
- Promover relaciones intergeneracionales entre estudiantes jóvenes y estudiantes mayores.

Esta educación puede darse a través de dos modalidades: Una presencial en cascada y otra a distancia: La primera intenta ampliar la educación presencial a un mayor número de adultos mayores. La segunda posibilita la llegada a una población adulta heterogénea, con competencias culturales diversas, con múltiples intereses y trayectorias, dispersa geográficamente y localizada en sitios alejados.

**d. Sistema de Información, Orientación y Comunicación:**

El sistema de Información, Orientación y Comunicación del Adulto Mayor (SICAM) utilizará una serie de medios para lograr que los adultos mayores estén adecuadamente informados y orientados y para que se comuniquen entre ellos, generando una amplia red social. Estos medios son:

- Una página Web con información especializada y espacios virtuales, a partir de los cuales las personas mayores tendrán acceso a foros de debate e intercambio en Internet, correo electrónico y/o salas temáticas de chat.
- Consejerías para el Adulto Mayor: De carácter presencial, dirigida a los adultos mayores y/o a sus cuidadores, desarrolladas por personal voluntario de instituciones públicas o privadas (universidades, colegios profesionales, etc.)
- Servicio de Telefonía de Urgencia para el Adulto Mayor: Línea dedicada a la atención de los adultos mayores que necesiten ayuda de urgencia en caso de problemas de salud, maltrato, delincuencia, etc., derivándolos en tiempo real a las instituciones especializadas.

**e. Generación de Micro y Pequeñas Empresas:**

Se pretende promover la generación de MYPES gestadas por adultos mayores a través de:

- La difusión y asesoría del Ministerio de Trabajo a los adultos mayores para que se acojan a los bonos y/o co-financiamiento ofrecidos por el Programa Perú Emprendedor.
- La inclusión de las iniciativas empresariales gestadas por adultos mayores dentro del Fondo de Capacitación Laboral y Promoción del Empleo (Fondoempleo).
- O si dicha inclusión no es posible, la constitución de un fondo especial para la generación de MYPES por iniciativa de adultos mayores, muy similar al anterior pero orientado específicamente a este sector de la población.

**f. Espacios de Encuentros Artísticos Intergeneracionales, Ferias, Campañas y Concursos:**

La convocatoria a estos eventos tiene por finalidad cambiar el paradigma de la vejez, demostrando la capacidad creadora de los adultos mayores. Es parte del mercadeo social para lograr un nuevo posicionamiento de este grupo social.

**5. Mensaje final:**

Los adultos mayores están entrando en un “nuevo continente” pero entran sin una cultura específica. No hay una cultura ya hecha para vivir este fenómeno, tanto social, cultural como mental. El día de hoy, la noción de vejez está replanteándose.

Hago un llamado a la sociedad civil, a las autoridades gubernamentales, a las empresas, para que abandonen el antiguo y peyorativo concepto de vejez y asuman el hecho de que el adulto mayor es una persona madura y portadora de experiencias que puede aportar mucho y de esta forma incrementar el capital social de nuestro país.

La participación de las empresas en esta cruzada daría un valor agregado al cumplimiento de su responsabilidad social y por ende al desarrollo de la patria.



Entrevista de América TV a AAFeliz



Entrevista de Latina Televisión a nuestra presidente



## PUBLICACIONES

Nuestra página Web colgó una serie de publicaciones sobre jubilación y otros temas afines que presentamos luego:

### Documento

### Descripción



Ley N° 28678 publicada el Viernes 3 de marzo 2006 en El Peruano.

Contiene la norma que “promueve la actividad laboral de pensionistas del régimen del Decreto Ley 19990”.



Envejecimiento de la Población y los Sistemas de Protección Social en América Latina, Fabio M. Bertranou, Oficina Internacional de Trabajo (OIT).

El autor trata sobre las tendencias demográficas en América Latina, las características y problemas de los sistemas de protección social, los sistemas de jubilaciones y pensiones, sus reformas e implicancia, y los principales desafíos en vistas a los cambios demográficos.

Fuente: Organización de las Naciones Unidas, México, 24 de agosto del 2005.



El documento contiene, en primer lugar, una breve descripción del Sistema Público de Pensiones, una explicación del régimen del Decreto Ley N° 19990 o Sistema Nacional de Pensiones (incluyendo las pensiones de jubilación, invalidez, viudez, orfandad y ascendientes) y el régimen del Decreto Ley N° 20530 o “cédula viva” (con los mismos tipos de pensiones) y analiza la situación financiera de estos diferentes regímenes, las obligaciones provisionales, la carga fiscal, la inequidad y los cambios recientes en el Sistema Público de Pensiones

## Sistema de Pensiones

En segundo lugar, una breve descripción del Sistema Privado de Pensiones, sus prestaciones y pensiones de jubilación, invalidez y sobrevivencia, las modalidades de pensión, las aportaciones y la importancia de la cobertura del seguro provisional, la rentabilidad en el SPP y los niveles de pensión, el bono de reconocimiento y los bonos complementarios. También hace un estudio de la evolución y situación financiera del SPP, de la afiliación y aportación, los beneficiarios de la jubilación, invalidez y sobrevivencia, la rentabilidad, el SPP como un sistema en desarrollo y la carga fiscal que representa, el alcance y los cambios recientes en el SPP.

Fuente :

Ministerio de Economía y Finanzas, Dirección General de Asuntos Económicos y Sociales, Mayo, 2004.



Opiniones sobre el SPP.

Opiniones sobre el SPP.

Reglamento de la Ley del Adulto Mayor

RENIEC: DNI gratuito adulto mayor

Ley del Adulto Mayor 28803

Ley N° 28735 regula la atención de las personas con discapacidad, mujeres embarazadas y adultos mayores en medios de transporte



## **NOTICIAS**

En nuestra anterior página Web, se presentaron las noticias más significativas relacionadas a las PAM. A continuación, presentamos una pequeña selección de las mismas:

## La Asociación Adulto Feliz participó en Conversatorio sobre Masculinidad y Envejecimiento en el Fondo de Población de las Naciones Unidas

 INICIO: Eventos

### Eventos del UNFPA Perú

octubre 2005

#### APDP Y UNFPA se reunieron para tratar masculinidad y envejecimiento en sectores populares

**26 de octubre UNFPA - Sede Perú**



El Fondo de Población de las Naciones Unidas (UNFPA) y la Asociación Peruana de Demografía y Población (APDP) realizaron una reunión con diferentes miembros de la sociedad civil para tratar el tema "Masculinidad y Envejecimiento en Sectores Populares de Lima". El encuentro se llevó a cabo el 26 de octubre en las instalaciones de UNFPA, y es ya la tercera reunión que sobre temas de interés común vienen organizando ambas instituciones.

La reunión empezó con la presentación de Walter Mendoza, oficial del programa Población y Estrategias de Desarrollo del UNFPA, quien describió someramente el proceso de envejecimiento poblacional en el Perú. Acto seguido Teobaldo Espejo, Presidente de la APDP, presentó las novedades en la discusión regional sobre el envejecimiento, que se presentaron en el reciente congreso de Demografía realizado en Argentina.



El tema central motivo de la reunión fue la presentación de uno de los 4 trabajos ganadores del II Concurso de Investigación en Población y Desarrollo, a cargo de Miguel Ramos: La Masculinidad en el Envejecimiento en Villa María del Triunfo. El estudio, desarrollado sobre la base entrevistas en profundidad, mostró entre sus hallazgos más relevantes que la existencia de elementos de la construcción de la masculinidad hegemónica agudizan aún más percepciones de malestar entre los ancianos entrevistados; así como que uno de los elementos claves es la pérdida del rol de proveedor, que los sume en la vergüenza y los deprime.

La reunión, contó, entre otros, con la participación de representantes de ONGs, que trabajan el tema como Heidi Spitzer, miembro de la delegación del Perú en la Segunda Asamblea Mundial de las Naciones Unidas sobre envejecimiento activo, Lilian Hidalgo, médico geriatra del Hospital Naval, Dina Li del INEI, Susana Guevara de la APDP. ●

26 de octubre del 2005

## Informe sobre el Estado de la Población Mundial en el 2008

### Respeto cultural es clave para el éxito de programas de desarrollo.



UNFPA estado de la población mundial 2008  
Ámbitos de convergencia:  
Cultura, género y derechos humanos

**ONU insta a entidades oficiales a trabajar bajo un enfoque cultural. Práctica de parto vertical reportó avances en salud en el Perú.**

Por Elizabeth Cavero

Quienes luchan contra la mutilación femenina en Kenia lograron que, en algunas comunidades, esta práctica fuera sustituida por otras ceremonias de 'purificación' de la mujer. A la vez, el período de retiro para que la futura esposa sea instruida en materia sexual es aprovechado para darle más información sobre salud reproductiva. En Irán, la participación de los líderes religiosos y políticos en los programas de salud reproductiva se traduce en una mejora de los indicadores. En Camboya, los monjes budistas ocupan un lugar prominente en la lucha contra el

VIH/sida.

Casos como estos son los que reseña el reporte anual del Fondo de Población de Naciones Unidas (UNFPA), Estado de la Población Mundial 2008, en el que se afirma que el respeto y la comprensión de las diferentes culturas son claves para el éxito de los programas de desarrollo. El informe enfatiza, sin embargo, que “la sensibilidad y el involucramiento culturales no significan aceptar las prácticas tradicionales nocivas, ni dar carta blanca a los abusos contra los derechos humanos”.

En un comunicado de prensa emitido desde Nueva York, la directora ejecutiva del UNFPA, Thoraya Ahmed Obaid, resumió que “la cultura no es un muro que haya que derribar. Es una ventana para ver, una puerta para abrir y lograr mayores adelantos hacia la vigencia de los derechos humanos”. El UNFPA instó así a todas las instituciones oficiales a trabajar bajo un enfoque de respeto cultural.

El tema se hace crítico cuando se trata de avanzar en la igualdad entre hombres y mujeres, una brecha que se mantiene sobre todo por razones culturales. El informe del UNFPA corrobora que tres de cada cinco pobres en el mundo son mujeres, dos de cada tres analfabetos son mujeres y siete de cada diez niños que no van a la escuela son mujeres. Detrás de estas cifras hay relaciones de poder entre hombres y mujeres. Es decir, patrones culturales.

Por ello, uno de los puntos más importantes para combatir esta desigualdad es desde hace algunos años el de la salud reproductiva, cuyos indicadores el UNFPA registra cada año en su informe. ¿Qué dicen estas cifras con respecto al Perú?

### **Menos muertes en el Perú**

Uno de los indicadores demográficos y sociales más importantes es el de los partos atendidos por personal calificado. El Perú es uno de los países en los que aún, por razones culturales, hay mujeres que quieren dar a luz en sus casas. Sin embargo, las cifras de este año (ver

gráfico) muestran que sigue creciendo la proporción de partos atendidos por obstetras o médicos.

Esteban Caballero, representante del UNFPA en el Perú, confirmó que en este indicador ha tenido impacto el hecho de que, desde hace varios años, el Ministerio de Salud haya decidido atender partos en posición vertical, que es la posición ancestral del alumbramiento y la forma en que quieren dar a luz muchas mujeres en zonas rurales de la sierra y selva del Perú.

El informe consigna también un drástico descenso en la tasa de mortalidad debido a la maternidad, pues el número de fallecimientos por cada 100.000 nacidos vivos cayó de 410 a 240. En contraposición a estas buenas noticias, el informe revela que en el Perú el problema del embarazo adolescente ha recrudecido, pues la cifra de embarazos por cada 1.000 mujeres entre los 15 y 19 años subió de 51 a 60.

### **Las cifras**

Números para tomar en cuenta:

39 millones de habitantes en el Perú para el 2050 es la proyección que ofrece el informe “Ámbitos de convergencia: cultura, género y derechos humanos”, sobre el estado mundial de población 2008 del Fondo de Naciones Unidas para la Población (UNFPA) presentado ayer.

6.750 millones de personas existen en el mundo, según el informe anual entregado. Del total, 3.350 son mujeres y 3.400 hombres.

1.000 y 4.000 millones de habitantes aproximadamente podría ser el rango de crecimiento de la población mundial hasta el 2050. Las principales tasas de crecimiento se darían en países en desarrollo, advierte el documento del UNFPA.

60% de los mil millones de habitantes más pobres de la tierra son mujeres, jóvenes, adultas y niñas, destaca el estudio.

2 tercios de los 960 millones de adultos que no saben leer corresponden a mujeres, resalta el informe.

70% de los 130 niños que no asisten a la escuela son mujeres, dice el documento sobre población mundial 2008.

14 millones de adolescentes en el mundo cada año tienen un niño, la mitad de ellas sin haberlo buscado.

Acceder a documento completo:

[https://www.unfpa.org/sites/default/files/pub-pdf/swp08\\_spa.pdf](https://www.unfpa.org/sites/default/files/pub-pdf/swp08_spa.pdf)

## Más Sabroso es Comer Acompañado

### El Ingrediente Secreto en la Tercera Edad

Los alimentos del adulto mayor no deben dejar de sazonarse

Por Álvaro Gastañaduí Ramírez



Para los adultos mayores, tan importante como alimentarse bien, con la suficiente cantidad de carbohidratos, proteínas y grasas, es compartir con alguien el momento de las comidas. No hacerlo significa depresión y una oportunidad para que no coman lo que les corresponde.

Según la decana del Colegio de Nutricionistas de Lima y Callao, María Miranda Flores, el adulto mayor debe comer acompañado. "Al igual que los niños,

desarrollan una sensibilidad que los lleva a dejar de alimentarse como deben", explica.

También advierte que las comidas no pueden dejar de estar sazonadas, con hierbas o productos naturales, pues la falta de sabor también los puede inducir a dejar de comer adecuadamente.

### No hay dieta única

Para el jefe de la Unidad de Geriatría del Hospital Dos de Mayo, Jorge Zapatel Vildoso, la dieta del adulto mayor debe tener en cuenta no solo las enfermedades que pueda padecer, sino también su estado físico y las actividades que realiza.

De manera coincidente con Miranda, el geriatra sostiene que los mayores deberían tener cinco comidas al día de reducido volumen (el desayuno, a media mañana, el almuerzo, a media tarde y la cena). Sin embargo, no hay problemas si son tres.

Para la nutricionista, su dieta debe tener alimentos ricos en calcio (lácteos), vitamina B (cereales integrales) y proteínas (todo tipo de carnes). Recomendó que se incluya mucho líquido --en promedio dos litros al día-- y alimentos de fácil masticación.

### Más datos

Según los nutricionistas, los adultos mayores no deben consumir gaseosas, porque la cafeína que contienen bloquea la absorción de calcio. Además, producen gases y pueden agravar los casos de gastritis y reflujo gastroesofágico.

Para el geriatra Jorge Zapatel, si los adultos sufren de hipertensión, su dieta debe ser baja de sal. Además, si tienen diabetes deben consumir bajas cantidades de carbohidratos.

Fuente: Diario El Comercio. Fecha: 09 de noviembre del 2008

## María Esther Palant Artista Múltiple



María Esther Palant es comunicadora social, cineasta e instructora de Tai Chi. Como pintora trabajó en los talleres de Teodoro Núñez Ureta, Cristina Gálvez, Margarita Checa y Leslie Lee. Actualmente se dedica al retrato y al mural en la modalidad de “Trampa para los ojos”. Ella fue obtuvo un premio Adulto Mayor de PRIMA AFP.

Son casi treinta las cintas de celuloide de 35 mm que María Esther Palant filmó en nuestro país a partir de la década de 1960. La Ley de Cine 19327 estimulaba la creación de cortometrajes para ser exhibidos en salas comerciales antes de la proyección de las películas. En ese contexto, Palant se dedicó a realizar producciones con artistas locales, como el ceramista Félix Oliva, la escultora Marina Núñez del Prado, el pintor indigenista Enrique Camino Brent, el pintor Milner Cahuaranga, la artista Cristina Gálvez y el pintor Teodoro Núñez Ureta, de quien fue discípula, así como un homenaje póstumo a José Sabogal. Todos ellos quedaron perennizados en cortometrajes que forman parte de un archivo audiovisual que se encuentra actualmente bajo el cuidado de la Filmoteca de la PUCP.

Tan solo la cinta de Cristina Gálvez se encuentra digitalizada y publicada en YouTube. Este cortometraje, de siete minutos de duración, no es el acercamiento convencional en el que se busca conseguir declaraciones que sinteticen la obra de la artista; por el contrario, Palant procura que cada toma se convierta en un vínculo único del espectador con el personaje que aparece en su estado creativo más puro.

María Esther Palant nació en Buenos Aires, Argentina, en 1932. De joven se dedicaba a la pintura y escultura. A mediados de 1950, el Fondo Nacional de las Artes de su país la animó a realizar un cortometraje sobre la obra del escultor Agustín Riganelli. Es así que, desde el total desconocimiento, María Esther, con un amigo fotógrafo, empezó a experimentar e innovar a través del lente. “Cuando los jóvenes innovan mandan al diablo todas las reglas”.

Hoy, a los 87 años, María Esther Palant sigue pintando enormes lienzos, ha preparado un guión de cine con su hija Silvia, y se mantiene informada de los últimos estrenos a través de su smartphone. Como muchos de nosotros, ha sucumbido bajo los efectos hipnóticos de series y películas de Netflix.



## ENLACES

En nuestra anterior página Web establecimos enlaces a páginas de interés común:

**[Proyecto Pro-Infancia, apoyado por el Ayuntamiento de Torrelavega, Cantabria - España y, canalizada por FIAPAM \(España\) e IPIFAP \(Perú\) en Chiclayo.](#)**

**[Programa de la Gerontología en la Universidad de Carolina del Norte en Charlotte](#)**

**[Senior On Line - Portal](#)**

**[Senior On Line - Boletín](#)**

**[Todo Natación](#)**

**[Fundación Internacional José Guillermo Carrillo](#)**

**[Centro Interdisciplinar de Asistencia e Pesquisa en Envelhecimento \(CIAPE\)](#)**

**[AARP](#)**

**[Asociación Peruana de Enfermedad Alzheimer y otras Demencias \(APEAD\)](#)**

**[Perú 2021](#)**

**[UNFPA, Fondo de Población de las Naciones Unidas](#)**

**[Escuela de Dirección de la Universidad de Piura \(PAD\)](#)**

**[Página especializada en problemas de memoria, Alzheimer, etc. alz.org](#)**

**[DeMayores.com](#)**

**[MAESTRIA EN CADA GERENCIA SOCIAL](#)**

**[Universidad de la Experiencia UNEX](#)**

**[Información acerca de la prevención del abuso del adulto mayor INPEA](#)**

**[La Dirección Académica de Responsabilidad Social \(DARS\)](#)**

**[SwissContact ORG](#)**

**[Cooperación Suiza en el Perú](#)**

Proyecto Pro-Infancia, apoyado por el Ayuntamiento de Torrelavega, Cantabria - España y, canalizada por FIAPAM (España) e IPIFAP (Perú) en Chiclayo.  
**<http://www.ipifap.org/proinfancia>**

[regresar arriba](#)

Senior On Line es un periódico virtual de SECOT para el voluntariado empresarial. Para visitarlo presione aquí: [http://www.secot.org/senioronline n 19,senioronlinexyx4069 blanca.htm](http://www.secot.org/senioronline_n_19,senioronlinexyx4069_blanca.htm)

[regresar arriba](#)

Programa de la Gerontología en la Universidad de Carolina del Norte en Charlotte

El Programa de la Gerontología en la Universidad de Carolina del Norte en Charlotte es un programa interdisciplinario ubicado en la Universidad de Artes y Ciencias. Ofrece el Pre-Grado, el Magister en Artes y el Diplomado en Gerontología. Cada uno de sus programas combina los cursos interdisciplinarios y multidisciplinarios sobre envejecimiento y adultez mayor. Ofrece, además, cursos interdisciplinarios a través del Programa de Gerontología (designado como GRNT) y cursos multidisciplinarios en una variedad de programas y departamentos.

Si quiere acceder a su página Web (en inglés) presione aquí <http://www.gerontology.uncc.edu>

Esta página contiene la siguiente información

Estudiantes

Introducción

Requisitos

Integridad académica

Información del campus

Proyecto ISL

Cursos ofrecidos

Certificado de graduación

Objetivos

Requisitos

Administración

Responsabilidades del estudiante

Cursos ofrecidos

Maestría en Artes

Objetivos

Requisitos

Cursos requeridos

Administración

Responsabilidades del estudiante

Tesis

Opción de proyecto aplicado

Desarrollo de su Comité de Graduados

Progresión recomendada a tiempo completo

Progresión recomendada a tiempo parcial

Prácticas

Examen oral comprensivo

Asistencia al graduado

Cursos ofrecidos

Eventos

Facultad

Becas

Beca a graduados NMR

Manuales

Sitios relacionados

Centro de Envejecimiento Duque

Instituto del Envejecimiento

Concejo Nacional sobre Envejecimiento (NCOA)

Universidad del Estado Wayne

Tesis y Proyectos de Maestría

Resúmenes - Proyectos aplicados

Resúmenes - Tesis

Propuestas - Proyectos aplicados

Propuestas - Tesis

Proyectos aplicados

Tesis

Trabajos sobre proyectos aplicados finales

[regresar arriba](#)

Senior On Line es un periódico virtual de Seniors Españoles para la Cooperación Técnica (SECOT), dirigido el voluntariado empresarial. Para visitarlo presione aquí:

<http://www.secot.org/senioronline.htm>

<http://www.secot.org/home.htm>

[regresar arriba](#)

La página Web de Todonatación.com ofrece una serie de artículos sobre natación para adultos mayores. Presione:

<http://www.todonatacion.com/natacion-adultos/mayores.php>

[regresar arriba](#)

## Fundación Internacional José Guillermo Carrillo

Dicha fundación tiene por finalidad fomentar, desarrollar y proteger la creación de una biblioteca de voces, mediante el uso de fonogramas con registros literarios, históricos, científicos, artísticos y culturales, proveniente de cualquier lugar del orbe terrestre.

Su página Web [www.fundacionjoseguillermocarrillo.com](http://www.fundacionjoseguillermocarrillo.com) contiene temas como:

Protagonistas de la Historia  
Literatura Hispanoamericana  
Música del Siglo XX  
El Libertador Simón Bolívar  
Danielle Digital Radio Biradcasting  
Asimismo, los tópicos:

La Fundación  
Contáctenos  
Web Amigas  
Comentarios

[regresar arriba](#)

Centro Interdisciplinario de Asistencia e Investigación sobre Envejecimiento (CIAPE). Centro Interdisciplinario de Asistencia e Investigación sobre Envejecimiento (CIAPE)

El objetivo del CIAPE es “Promover el bienestar del enfermo de SIDA, velando por su salud y respetando su individualidad, contando con un equipo de Profesionales de Salud altamente calificados. La preocupación por la optimización de la calidad de vida del enfermo de SIDA y de los pacientes crónicos, como están siendo tratados en los hospitales y en casa, ha sido el principal elemento que enrumba las acciones de CIAPE. En CIAPE se considera que la participación del enfermo de SIDA, sus familiares y cuidadores es esencial para que se consiga un esfuerzo auto-sustentable de promoción y mantenimiento de la salud. Para alcanzar los efectos deseados, el CIAPE coloca a su clientela en el centro de las atenciones y en los procesos adoptados en sus decisiones. Por tanto, la directriz más importante es la promoción de la autonomía y la participación de la persona con SIDA”.

Su página Web en portugués ([www.ciape.org.br](http://www.ciape.org.br)) contiene información acerca de: Legislación del enfermo de SIDA, el CIAPE, sus Objetivos, Cursos, Servicios, Fotos, Material. Didáctico, Contactos, Artículos, Agenda, Links y Novedades.

[regresar arriba](#)

Con más de 35 millones de miembros, la AARP es una asociación no lucrativa y neutral para las personas de 50 y más años de edad líder en los Estados Unidos.

El grupo es conocido por proporcionar una variedad de servicios a este creciente segmento de la población:

Informando a sus miembros y al público sobre asuntos importantes para este grupo etáreo.

Defendiéndolos en asuntos legislativos, de consumo y legales

Promoviendo el servicio comunitario

Ofreciendo a un amplio rango de productos y servicios especiales a sus miembros

Si quiere conocer esta asociación presione

Si quiere conocer más y/o inscribirte a esta asociación

presione <http://www.aarp.org/>

[regresar arriba](#)

La Asociación Peruana de Enfermedad Alzheimer y otras Demencias (APEAD) es una organización sin fines de lucro formada por familiares de pacientes con Alzheimer y profesionales que trabajan en el área. Es miembro definitivo de Alzheimer's Disease International (ADI).

Si quieres conectarte con esta Asociación presiona [www.alzheimerperu.org](http://www.alzheimerperu.org)

[regresar arriba](#)

Geronto-geriatria on line es una red virtual que trata de unir y promocionar a todas las sociedades y/o asociaciones de gerontología y geriatría nacionales y/o internacionales que deseen profundizar los conceptos gerontológicos y geriátricos brindándoles un espacio de comunicación. Ha sido declarada Órgano Oficial de la Federación Argentina de Geriatría y Gerontología (FAGG) y está auspiciada por la Universidad Internacional Itinerante de Gerontología Sede República Argentina (UNITAGE - RA) y por todas las Asociaciones y/o Sociedades que conforman la FAGG.

Conectarte con esta Asociación presiona [www.gerontogeriatría.com.ar](http://www.gerontogeriatría.com.ar)

[regresar arriba](#)

Perú 2021 es una asociación civil sin fines de lucro, cuyos fines son promover el desarrollo educativo y cultural de la sociedad peruana de manera individual y comunitaria para poder lograr su desarrollo y bienestar social, mediante la realización de una serie de actividades. Perú 2021 es socia y aliada de la Asociación Adulto Feliz.

Conectarte con esta Asociación presiona [www.peru2021.org](http://www.peru2021.org)

[regresar arriba](#)

El UNFPA, Fondo de Población de las Naciones Unidas, es una agencia de cooperación internacional para el desarrollo que promueve el derecho de cada mujer, hombre y niño a disfrutar de una vida sana, con igualdad de oportunidades para todos. El UNFPA apoya a los países en la utilización de datos socio-demográficos para la formulación de políticas y programas de reducción de la pobreza, y para asegurar que todo embarazo sea deseado, todos los partos sean seguros, todos los jóvenes estén libres de VIH/SIDA y todas las niñas y mujeres sean tratadas con dignidad y respeto.

Publicaciones de UNFPA sobre el tema de envejecimiento

<http://www.unfpa.org/public/>

[regresar arriba](#)

La Escuela de Dirección de la Universidad de Piura (PAD) desea contribuir a la formación de directivos en ejercicio y de potenciales directivos desarrollando sus capacidades en la comprensión de los problemas empresariales, en la toma de decisiones, en el gobierno de las personas a su cargo. Tiene programas de maestría, tanto de tiempo completo como de tiempo parcial, maestría ejecutiva, y programas de perfeccionamiento para directivos; un claustro académico con profesores experimentados en la enseñanza, así como en la investigación y la práctica; y una metodología comprobadamente adecuada.

La página Web del PAD

<http://www.pad.edu/>

[regresar arriba](#)

Página especializada en problemas de memoria, Alzheimer, etc.

[www.alz.org](http://www.alz.org)

[regresar arriba](#)

Si quieres ingresar al blog personal de José Luis Jordana Laguna, haz clic aquí

[www.demayores.com](http://www.demayores.com)

[regresar arriba](#)

MAESTRIA EN CADA GERENCIA SOCIAL

Boletín Electrónico E-Gersoc. de la Maestría en Gerencia Social de la Pontificia Universidad Católica del Perú.

<http://posgrado.pucp.edu.pe/maestrias/interdisciplinarias/gerencia-social/>

[regresar arriba](#)

UNEX

Universidad de la Experiencia (UNEX), programa de extensión creado por la Facultad de Letras y Ciencias Humanas.

<http://unex.pucp.edu.pe/>

[regresar arriba](#)

INPEA

INPEA se dedica a la difusión global de la información acerca de la prevención del abuso del adulto mayor. (Sitio en Ingles)

<http://www.inpea.net/>

[regresar arriba](#)

La Dirección Académica de Responsabilidad Social (DARS) es la instancia de la Pontificia Universidad Católica del Perú encargada de desarrollar, acompañar, promover, articular y difundir iniciativas de responsabilidad social universitaria (RSU)

<http://dars.pucp.edu.pe/>

[regresar arriba](#)

Promovemos el desarrollo económico, social y ambiental, apoyando a las personas para que se integren con éxito a la economía local. Con ello, les abrimos oportunidades para que puedan mejorar sus condiciones de vida mediante su propio esfuerzo.

<http://www.swisscontact.org.pe/>

[regresar arriba](#)

Cooperación Suiza en el Perú

<http://www.cooperacionsuizaenperu.org.pe/>

[regresar arriba](#)



## REFERENCIAS

Nuestra Asociación AAFeliz es citada por diversas publicaciones en INTERNET. A continuación, presentamos algunas de ellas:

### **Stakeholders:**

Alianza Prima AFP y Asociación Adulto Feliz, 22 de agosto de 2007. Prima AFP anunció su alianza estratégica con la Asociación Adulto Feliz y para consolidarse una AFP que aborda la problemática del Adulto Mayor de una manera profesional y con asesoría especializada.

<http://stakeholders.com.pe/noticias-sh/alianza-prima-afp-y-asociacion-adulto-feliz/>

### **IMSERSO:**

En Unión Trabajando por los mayores peruanos ASOCIACIÓN ADULTO FELIZ. <https://www.yumpu.com/es/document/read/38789687/en-union-asociacion-adulto-feliz-trabajando-por-los-imserso>

<https://colaboracion.imserso.es/publicaciones/60ymas/2007/ses263/files/downloads/ses263.pdf>

### **Info Ibero América:**

FIAPAM, con los afectados de terremoto de Perú: Asociación Adulto Feliz (AAFeliz), FIAPAM y la empresa agro-industrial El Pedregal, aunaron esfuerzos para elaborar un estudio de pre-factibilidad para ser presentado a la Comunidad Autónoma de Cantabria para su posible financiamiento.

<https://fiapam.org/wp-content/uploads/2012/11/Ibero2007-2diciembre-abril.pdf>

Encuentro sobre la reinserción del adulto mayor en la sociedad, organizado por la Asociación Adulto Feliz–AAFeliz y la Maestría en Gerencia Social de la Pontificia Universidad Católica del Perú–PUCP.

<https://fiapam.org/wp-content/uploads/2012/11/Ibero2006-2abril-septiembre.pdf>

Las Personas Adultas Mayores y su Contribución a la Lucha contra la Pobreza. <https://www.mimp.gob.pe/webs/mimp/sispod/pdf/48.pdf>

Seminario de Capacitación “Cuidado y Autocuidado del Adulto Mayor: Por una Vejez Digna”.

<https://issuu.com/stakeholdersrs/docs/stakeholders11>

### **Red Latinoamericana de Gerontología:**

El rol protagónico del adulto mayor fue el tema principal del conversatorio realizado el 29 de noviembre en la sede del PNUD en Lima.

<https://www.gerontologia.org/portal/information/showInformation.php?idinfo=1042>

### **Tesis sobre adultos mayores que citan como fuente a la página Web de AAFeliz:**

- Centro de Atención Integral y Aprendizaje Intergeneracional para el Adulto Mayor, Gálvez Nieto, Alexander Junior's y Ponce Cerna, Luis Alonso, Facultad de Arquitectura y Urbanismo, Universidad Ricardo Palma.

[http://repositorio.urp.edu.pe/bitstream/handle/urp/862/galvez\\_naponce\\_cl.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://repositorio.urp.edu.pe/bitstream/handle/urp/862/galvez_naponce_cl.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

- Centro de Rehabilitación y Reposo para el Adulto Mayor en la Parroquia de Cumbayá, Provincia de Pichincha, Ortega Gaona, Juan Carlos, Facultad de Arquitectura y Urbanismo, Universidad Central del Ecuador.

<http://www.dspace.uce.edu.ec/handle/25000/8850>

- Lineamientos de Política Social con Enfoque de Derechos para las Personas Mayores en el Departamento de Cundinamarca desde una Perspectiva Gerontológica, Guerrero Rocero, Camilo Andrés, Cabrera Sánchez Jéssica Paola y Orjuela, José Francisco, Facultad de Educación, Universidad de San Buenaventura, Bogotá, Colombia.

<http://biblioteca.usbbog.edu.co:8080/Biblioteca/BDigital/43186.pdf>

- Programa Educativo: Envejecimiento Saludable, y Conocimiento del Adulto Mayor. Centro De Salud “Víctor Larco”, 2017, Rosales Mendoza, Lucy Esther, Facultad de Enfermería, Universidad Nacional de Trujillo.

<http://www.dspace.unitru.edu.pe/bitstream/handle/UNITRU/13735/1831.pdf?sequence=1&isAllowed=y>



# ALBUM FOTOGRÁFICO

## Fundadores



Heidi Spitzer Chang



Krishna Muro Mesones



Manuela Gordillo Arévalo de Urbina



Marcela Chueca Márquez

## Colaboradores



Nora Donayre Yáñez



Juan Luis Herrera Miranda



Nuestra presidente, Heidi Spitzer Chang y nuestro colaborador Juan Luis Herrera Miranda, con un grupo de adultos mayores notables

Nuestra asociación es miembro de la Federación Iberoamericana de Asociaciones de Personas Adultas Mayoras (FIAPAM) y de la Confederación Española de Ayudas de la Tercera Edad (CEATE)

### Los proyectos que venimos desarrollando

- ✓ Sistema de Servicio de Apoyo al Uso del Tiempo Libre.
- ✓ Sistema de Expertos Senior Polivalentes.
- ✓ Programas de Capacitación.
- ✓ Sistema de Información, Orientación y Comunicación.
- ✓ Generación de Micro y Pequeñas Empresas.
- ✓ Espacios de Encuentro Antica Intergeneracional, Fiestas, Campañas y Concursos.

Av. Dos de Mayo  
1847 - Alifanones  
Lima, Perú  
**Teléfono**  
(011) 242-6688  
**e-mail**  
contacto@sofeliz.org



Nos hemos  
propuesto que  
el Perú tenga  
más adultos  
felices.



  
**asociación  
AdultoFeliz**  
Juntos juntos el día a día para la vida  
[www.asofeliz.org](http://www.asofeliz.org)

### Quiénes Somos

Somos una asociación civil sin fines de lucro radicada en Lima con proyecciones nacionales, conformada por un equipo interdisciplinario, con amplia experiencia en diversos campos relacionados al adulto mayor como son: Gerontagogía, Geriatria, Gerontología, Gerencia Social, Derecho, Psicología, Educación, Nutrición y Medio Ambiente.

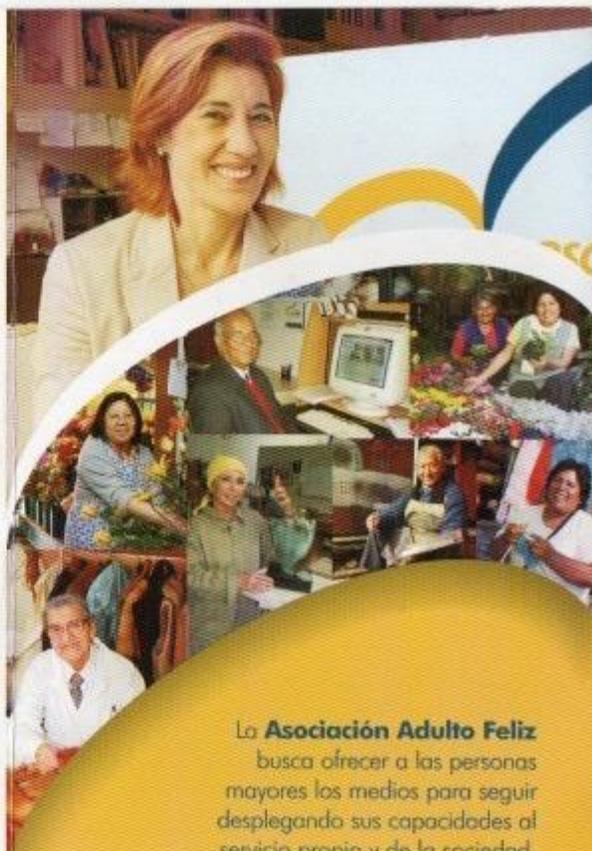
### Nuestra Misión

Satisfacer las necesidades de los adultos mayores:

- ✓ Ofreciéndoles servicios para el buen uso de sus capacidades y de su tiempo libre, así como para la relación intergeneracional, con el propósito de que logren un envejecimiento activo saludable.
- ✓ Sensibilizando a la opinión pública en general sobre la necesidad de modificar el paradigma peyorativo de la vejez, demostrando las múltiples capacidades de los mayores que no son adecuadamente potenciadas.

### Nuestra Visión

Calidad de vida que merecen y que ellos mismos contribuyen a crear, participando activamente como proveedores de servicios y no solamente como receptores de los mismos, a fin de que sean protagonistas de su propia realización personal y alcancen un sentimiento de plenitud, integración, utilidad y creatividad.



La **Asociación Adulto Feliz** busca ofrecer a las personas mayores los medios para seguir desplegando sus capacidades al servicio propio y de la sociedad.

Estamos seguros que de esa manera contribuimos a su plenitud y felicidad -de ahí nuestro nombre- pero también al bienestar general de la sociedad, que se beneficia con las riquezas y la experiencia de quien ya ha dado los primeros pasos en la vida.

**Ayúdanos a lograrlo**

**Para mayor información escribir al correo electrónico [contacto@aafeliz.org](mailto:contacto@aafeliz.org)**

